

Naturisme : le grand
hebdomadaire de culture
humaine / directeur : Dr André
Durville ; rédacteur en chef :
Dr Gaston [...]

. Naturisme : le grand hebdomadaire de culture humaine / directeur : Dr André Durville ; rédacteur en chef : Dr Gaston Durville. 1933-05-04.

1/ Les contenus accessibles sur le site Gallica sont pour la plupart des reproductions numériques d'oeuvres tombées dans le domaine public provenant des collections de la BnF. Leur réutilisation s'inscrit dans le cadre de la loi n°78-753 du 17 juillet 1978 :

- La réutilisation non commerciale de ces contenus ou dans le cadre d'une publication académique ou scientifique est libre et gratuite dans le respect de la législation en vigueur et notamment du maintien de la mention de source des contenus telle que précisée ci-après : « Source gallica.bnf.fr / Bibliothèque nationale de France » ou « Source gallica.bnf.fr / BnF ».
- La réutilisation commerciale de ces contenus est payante et fait l'objet d'une licence. Est entendue par réutilisation commerciale la revente de contenus sous forme de produits élaborés ou de fourniture de service ou toute autre réutilisation des contenus générant directement des revenus : publication vendue (à l'exception des ouvrages académiques ou scientifiques), une exposition, une production audiovisuelle, un service ou un produit payant, un support à vocation promotionnelle etc.

[CLIQUER ICI POUR ACCÉDER AUX TARIFS ET À LA LICENCE](#)

2/ Les contenus de Gallica sont la propriété de la BnF au sens de l'article L.2112-1 du code général de la propriété des personnes publiques.

3/ Quelques contenus sont soumis à un régime de réutilisation particulier. Il s'agit :

- des reproductions de documents protégés par un droit d'auteur appartenant à un tiers. Ces documents ne peuvent être réutilisés, sauf dans le cadre de la copie privée, sans l'autorisation préalable du titulaire des droits.
- des reproductions de documents conservés dans les bibliothèques ou autres institutions partenaires. Ceux-ci sont signalés par la mention Source gallica.BnF.fr / Bibliothèque municipale de ... (ou autre partenaire). L'utilisateur est invité à s'informer auprès de ces bibliothèques de leurs conditions de réutilisation.

4/ Gallica constitue une base de données, dont la BnF est le producteur, protégée au sens des articles L341-1 et suivants du code de la propriété intellectuelle.

5/ Les présentes conditions d'utilisation des contenus de Gallica sont régies par la loi française. En cas de réutilisation prévue dans un autre pays, il appartient à chaque utilisateur de vérifier la conformité de son projet avec le droit de ce pays.

6/ L'utilisateur s'engage à respecter les présentes conditions d'utilisation ainsi que la législation en vigueur, notamment en matière de propriété intellectuelle. En cas de non respect de ces dispositions, il est notamment passible d'une amende prévue par la loi du 17 juillet 1978.

7/ Pour obtenir un document de Gallica en haute définition, contacter utilisation.commerciale@bnf.fr.

LIRE DANS CE NUMÉRO :

« LA PREMIÈRE CONFÉRENCE INTERNATIONALE
DU FRUIT-ALIMENT »

NATURISME

LE GRAND
HEBDOMADAIRE
DE CULTURE
HUMAINE



Photo procédé Akoba.

Photo Templier.

LE FRUIT-ALIMENT

LA SEMAINE DERNIÈRE A EU LIEU, A PARIS, LA PREMIÈRE CONFÉRENCE INTERNATIONALE DU FRUIT-ALIMENT, ACCOMPAGNÉE D'UNE EXPOSITION DES FRUITS ET DE LEURS DÉRIVÉS. DE NOMBREUX PRODUCTEURS DE TOUS PAYS AVAIENT TENU A EXPOSER, ET MAINTS ÉTALAGES SE FIRENT REMARQUER PAR UNE PRÉSENTATION ARTISTIQUE OU LA QUALITÉ DES FRUITS JOUAIT UN RÔLE IMPORTANT. VOICI UNE VUE DU STAND DE L'UNION FRUITIÈRE ESPAGNOLE, AUX DESTINÉES DE LAQUELLE PRÉSIDE M. BATALLA.

ONZIÈME ANNÉE - N° 254

BnF
DEP 1 FR. 25

JEUDI 4 MAI 1933

Au crible, les idées !...

LA DILATATION D'ESTOMAC

La dilatation d'estomac est une maladie extrêmement fréquente. Bouchard disait qu'elle existe chez plus de la moitié des malades atteints d'affections chroniques. Nous la considérons comme plus fréquente encore, et nous n'hésitons pas à dire qu'on trouve l'estomac dilaté chez plus de la moitié des gens en bonne santé apparente, et chez 90 % des malades.

■ ■ ■

Un estomac normal doit se trouver entièrement logé dans l'espace compris entre une ligne horizontale passant à un ou deux travers de doigt au-dessous du mamelon, et une autre ligne horizontale passant à un travers de doigt au-dessus de l'ombilic. Tout estomac qui dépasse ces limites extrêmes soit en haut (dilatation par des gaz de fermentations), soit en bas (abaissement du fond de l'estomac), est dilaté, si le pylore reste à sa place normale, ptosé si le pylore accompagne l'estomac dans sa descente dans la cavité abdominale.

Dans la dilatation, en effet, les deux orifices de l'estomac, le cardia, porte d'accès à l'œsophage (orifice d'entrée), et le pylore, porte d'accès à l'intestin (orifice de sortie) changent à peine de place et conservent leurs rapports réciproques.

Le fond de l'estomac dilaté, qui porte le nom de grande courbure, descend en dessous de sa limite inférieure normale : il s'insinue entre les deux feuillets d'un repli du péritoine, le grand épiploon (tablier des bouchers), en entraînant avec lui le côlon transverse ; il peut ainsi finir par occuper toute la cavité abdominale, y compris le petit bassin.

La partie de l'estomac qui se trouve en rapport avec le diaphragme (grosse tubérosité) se dilate également ; gonflée de gaz, elle repousse la voûte diaphragmatique et vient faire saillie dans le thorax, où elle déplace souvent et comprime le poumon et le cœur.

■ ■ ■

La cause de la dilatation gastrique est toujours dans une difficulté anormale qu'éprouve l'organe à évacuer son contenu.

La doctrine naturiste proclame que nous mangeons trop et trop vite. En mangeant trop, nous imposons à notre estomac un surcroît de travail considérable. En mangeant peu, mais trop vite, l'estomac doit faire face, dans un laps de temps restreint, au brassage d'une masse alimentaire trop importante, et le même phénomène de surmenage se produit.

Néanmoins, la maladie gastrique ne fait pas son apparition immédiatement. Le muscle gastrique va d'abord se défendre. Pendant un temps plus ou moins long suivant les résistances anatomiques du sujet, l'estomac va faire effort pour assurer quand même l'intégrité des fonctions digestives : sa paroi musculaire va s'hypertrophier, comme s'hypertrophie tout muscle qu'un travail intensif fait exagérément travailler ; la muqueuse va se développer parallèlement et augmenter sa surface utile, en créant des replis nouveaux, et en multipliant le nombre de ses glandes. Pendant cette période, tout va relativement bien, et la dilatation se révèle à peine par quelques vagues malaises, d'ailleurs rares.

Mais si le malade ne tient pas compte des petits avertissements de son organisme, s'il persiste dans ses fautes, s'il ne commence pas d'urgence un rationnement progressif et savamment dosé, le moment va venir où les défenses organiques vont commencer à fléchir ; la musculature, surmenée, cesse de s'hypertrophier et commence à s'atrophier, la muqueuse se déplisse et ses glandes disparaissent. A l'hyperfonctionnement général de l'estomac va succéder l'atonie de l'organe. Et prend naissance alors la vraie dilatation, qui fera de l'estomac un vaste sac inerte, une outre énorme toujours pleine de gaz et de résidus alimentaires, et dans laquelle une digestion, d'autant plus imparfaite que la muqueuse sera plus atrophiée, se continuera à perpétuité, envers et contre toutes les lois naturelles du rythme, par lesquelles le repos succède au travail, le sommeil à la veille, le jour à la nuit, le beau temps à la pluie.

En dehors de cette cause « alimentaire » habituelle de la dilatation d'estomac, il en existe une autre, infiniment plus rare, mais mieux connue des chirurgiens : la présence au pylore d'un obstacle gênant l'évacuation des aliments de l'estomac dans le duodénum : striction due à un ulcère, présence d'une tumeur, etc. L'estomac se dilate en suivant le même processus que ci-dessus, la phase définitive d'atrophie finissant par succéder à une phase temporaire d'hypertrophie.

■ ■ ■

L'examen clinique permet de déceler trois gros signes de dilatation gastrique : la fluctuation, la succussion et le bruit de clapotage.

1. La fluctuation est une sensation de flot qu'on obtient en déprimant d'un côté, puis de l'autre, la région de l'es-

tomac avec les deux mains posées à plat : on éprouve sous la main l'impression d'un flot qui passe et repasse ;

2. La succussion est un bruit qu'on entend, alors que la fluctuation est une sensation qu'on perçoit. En secouant l'abdomen dont on a pris soin de bien faire relâcher les muscles, on entend un bruit de liquide, comme lorsqu'on secoue un tonneau à moitié vide ;

3. Le bruit de clapotage s'obtient dans la région du fond de l'estomac, d'autant plus au-dessous de l'ombilic que l'estomac est plus dilaté, en tapotant légèrement l'abdomen avec deux ou trois doigts réunis.

Par la percussion, le médecin rendra souvent évidente la dilatation, en situant d'une part la grande courbure très abaissée, d'autre part en mesurant la saillie anormale de la grosse tubérosité dans le thorax, à travers le diaphragme refoulé.

L'estomac est vide le matin, dans les cas bénins ; il contient encore des aliments dans les cas graves.

Quand l'estomac est vide à jeun, il suffit de faire boire un peu d'eau au dilaté de l'estomac pour que le bruit de clapotage ou de succussion apparaisse. Ce signe est un indice certain de dilatation, car l'estomac normal se moule toujours exactement sur son contenu, liquide ou solide, et empêche tout bruit, ce que l'estomac atrophié du dilaté ne peut plus faire.

Dans les cas très graves, en particulier dans la dilatation par obstacle pylorique, tous les symptômes que nous venons de décrire sont aggravés et un nouveau signe fait son apparition : par moments, l'estomac se dessine sous la peau et on peut le délimiter d'un simple coup d'œil, distendu qu'il est par les gaz et les aliments.

■ ■ ■

Le traitement naturiste de la dilatation d'estomac comporte la diminution progressive, non seulement de la masse alimentaire, cause des désordres locaux, mais aussi de la qualité nutritive des aliments, cause des désordres généraux.

On accélérera considérablement la marche de la guérison en pratiquant, sur la région gastrique, des massages vibratoires profonds, pratiqués avec le bout des doigts réunis, en allant de la grosse tubérosité vers le pylore, comme si on voulait pousser la masse alimentaire vers l'intestin.

D^r G. et A. DURVILLE.

Voir la suite en page 10.

L'opinion de M. L'Hévéder, député du Morbihan

DANS notre dernier numéro, nous présentions à nos lecteurs une interview de M. Marcel Delarbre, secrétaire général du Comité Supérieur de l'Éducation Physique, au sujet de la récente loi portant réglementation du professorat libre d'éducation physique ; aujourd'hui, c'est l'opinion de M. L'Hévéder, député du Morbihan, que nous soumettons ici même.

C'est M. L'Hévéder qui, du reste, fut chargé par la Commission de l'Enseignement et des Beaux-Arts du Palais-Bourbon du rapport du projet de loi déposé par le gouvernement sur le bureau de la Chambre des Députés.

Félicitons hautement le jeune parlementaire pour son étude sur la question et laissons-lui la parole :

— L'enseignement de l'éducation physique a pris, depuis quelques années, un développement considérable qui a amené l'État à surveiller et à contrôler l'exercice de la culture physique et des différents sports.

Le niveau des diplômes exigés des professeurs de gymnastique et d'éducation physique des établissements d'enseignement public a été relevé d'une façon appréciable et les maîtres actuellement en fonctions dans les établissements de l'État donnent, tant par leur compétence que par leur culture générale, toutes les garanties que la nation est en droit d'exiger d'eux.

Mais si des mesures rigides et sévères ont été prises pour réglementer l'exercice du professorat officiel d'éducation physique, en revanche rien n'a été fait, jusqu'à présent, pour réglementer parallèlement le professorat libre.

Des personnes sans diplômes, sans connaissances suffisantes, ont pu ainsi prendre impunément le titre de professeur d'éducation physique.

Il n'est pas utile d'insister sur les graves conséquences que cette situation de fait peut entraîner.

Le but de l'éducation physique est de fortifier les individus, de consolider leur santé, d'augmenter la souplesse de leur corps et leurs facultés de résistance.

Or, tout le monde est d'accord pour reconnaître que les méthodes empiriques employées par certains éducateurs incompetents sont de nature à produire un effet opposé à celui qu'on en attend.

Telle ou telle déformation physiologique signalée à la famille par le médecin risqué, par exemple, de s'aggraver si le professeur d'éducation physique préconise, au lieu des mouvements correctifs nécessaires, des mouvements arbitraire-

ment choisis, inutiles dans l'hypothèse la moins défavorable, et le plus souvent nuisibles.

Telle région atrophiée du corps peut n'être jamais sollicitée par le travail musculaire commandé par un maître ignorant, alors que telle autre région du corps déjà prédominante accentuera son influence déformante.

La gymnastique orthopédique, tout particulièrement, est une chose extrême-



M. Louis L'Hévéder
(Photo A. Crolard).

ment délicate dont l'enseignement doit être confié exclusivement à des professeurs consciencieux et avertis dont l'action tendra à compléter l'action propre du médecin compétent.

Or, que voyons-nous aujourd'hui ?

Le premier charlatan venu peut, en dépit de son inexpérience et de son ignorance, prendre le titre de professeur d'éducation physique.

Pour une somme plus ou moins importante, de soi-disant écoles de culture physique délivrent, au bout d'un stage de un à trois mois, de magnifiques diplômes.

L'une de ces écoles, installée à Paris, indique dans un prospectus véritablement curieux que les cours peuvent être suivis par correspondance et qu'une fois le cours assimilé, il suffira que l'élève vienne passer vingt-quatre ou quarante-huit heures à l'école de Paris pour y subir l'examen et y recevoir les dernières instructions et précisions utiles.

Dans une revue d'éducation physique, nous avons relevé l'anecdote suivante dont l'authenticité est garantie : un Brésilien de passage à Paris se présente dans une école en déclarant :

« Je prends demain le paquebot au Havre ; il me faut, ce soir, un diplôme de professeur de culture physique. »

« Bien, répond le professeur libre, c'est 1.000 francs. »

La leçon commence, dure pendant deux heures dans la matinée, reprend l'après-midi pendant une heure et le diplôme est délivré.

Ces faits pris entre tant d'autres nous fixent avec précision sur la qualité des magnifiques diplômes que peuvent délivrer ces fameuses « officines d'éducation physique » dont la publicité s'étale sur tous les murs.

La délivrance de ces diplômes n'aurait, d'ailleurs, qu'une importance minime si leurs titulaires se bornaient à les faire encadrer.

Il n'en est malheureusement pas ainsi.

Munis d'un papier impressionnant qu'ils ont payé un bon prix, les « professeurs » libres s'empressent d'exploiter leur acquisition.

Leur activité néfaste et tapageuse s'exercera sans tarder dans toutes les cités, sur les plages à la mode, dans les stations climatiques ou balnéaires.

Les administrations municipales insuffisamment averties et parfois incompetentes en matière d'éducation physique leur accorderont trop souvent les autorisations officielles sans lesquelles ils pourraient difficilement exercer leur « industrie » et il leur sera désormais loisible d'écumer tranquillement les bourses de leurs dupes tout en compromettant la santé publique.

Bien entendu, les agissements des professeurs « marrons » de culture physique ont soulevé la réprobation de ceux des professeurs qui ont acquis honnêtement, par leur travail et par leur compétence, un titre officiel. Ceux-ci n'admettent pas que ce titre puisse être galvaudé et déprécié par des individus qui l'usurpent frauduleusement et commettent ainsi vis-à-vis du public un véritable abus de confiance.

A diverses reprises, des groupements d'éducateurs physiques sont intervenus auprès du Sous-Secrétaire d'État à l'Éducation physique pour lui demander « de fixer les conditions requises pour donner l'éducation physique ».

Se rendant à leurs raisons, M. le Ministre de l'Éducation nationale a déposé un projet de loi ayant pour but de « réglementer le professorat libre d'éducation physique ».

C'est ce projet qui vient d'être voté à la Chambre des Députés ; espérons qu'il ne tardera pas à entrer en vigueur.

Roger VERNOS.

ATHLÈTES

NATURISTES



Toute forme vivante est l'expression d'une idée. Une belle forme animale, humaine, traduit l'idée santé. Quand l'être humain s'enlaidit, il devient malade. La déchéance de la forme trahit une déchéance de la santé. En reconstituant la forme humaine normale, primitivement si belle, on reconstruit la santé. Il y a parallélisme entre la vigueur d'un muscle et la beauté de sa ligne. Les ventrus sont des dégénérés, les étiques le sont aussi. Le seul homme normal, c'est l'athlète. Il appartient aux naturistes, qui doivent montrer l'exemple de la sagesse vitale, de mettre en évidence qu'il est toujours possible, si l'on s'y adonne avec patience, de développer le muscle. Quel que soit le degré de dégénérescence musculaire d'un être, il n'est pas douteux que, par un travail persévérant, cet être créera du muscle là où il n'y en a pas. L'organisme humain a ceci de merveilleux qu'il obéit à peu près à tout ce qu'on lui demande. L'homme nouveau doit fabriquer lui-même son corps par la pratique rationnelle du naturisme. Et la femme doit être vigoureuse, sportive, presque aussi musclée que l'homme. Tout le monde doit faire de la culture physique, tout le monde doit devenir athlète. Nos photos représentent quelques beaux spécimens humains forgés par la culture naturiste. Au centre : le docteur Gaston Durville.

Quel est le plus bel enfant naturiste ?



PHOTO N° 17

Numéro de concours (à spécifier dans la réponse) : **19**

Ce jeune et souriant bambin (au-dessous) a 16 mois 1/2. Le sommet de sa tête atteint, lorsqu'il est debout, l'altitude respectable de 0 m. 80, et l'aiguille de la balance accuse, sous l'influence de son poids, le chiffre non négligeable de 11 kg. 050. Il a été nourri par sa mère jusqu'à six mois, et ensuite son alimentation s'est composée de lait de vache et farine de céréales. Habitant la campagne, son existence se déroule, bien entendu, entièrement au grand air. Aussi est-il en parfaite santé, et n'a-t-il donné aucune inquiétude à ses parents.



PHOTO N° 18

Numéro de concours (à spécifier dans la réponse) : **17**

Le bébé que la photographie ci-dessus représente jouant dans un jardin ensoleillé avait, à l'époque où fut pris ce cliché (en août dernier), 14 mois. Il mesurait alors 0 m. 77 et pesait 10 kg. 250. Alimenté selon les principes naturistes, il est bien réglé en ce qui concerne les heures de repas et les heures de sommeil. Tous les jours, et par tous les temps, ses parents lui font faire une promenade en plein air. Agé actuellement de 21 mois, il n'a eu jusqu'à présent aucune maladie.



PHOTO N° 19

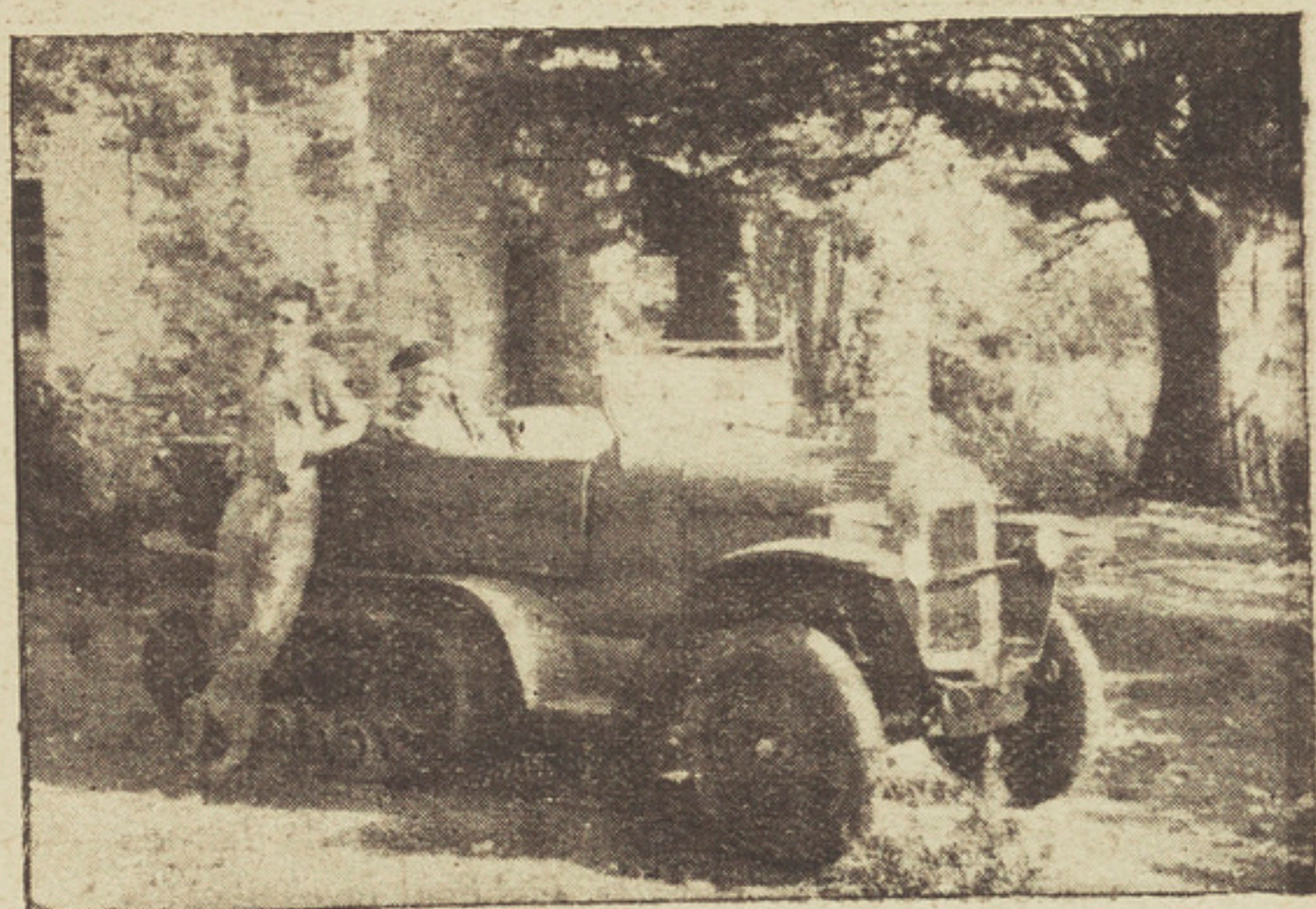
Numéro de concours (à spécifier dans la réponse) : **18**

La petite bonne femme que voici (ci-dessus) a 3 ans et 5 mois. Taille : 1 m. 05. Poids : 19 kilos. Elle n'a jamais été malade. Son alimentation se compose surtout de légumes et fruits crus, pain complet ; le matin, tartine de confiture ou miel ; pas de lait ; un peu d'eau. En été, tous les jours à la rivière, et bains de soleil. Promenade quotidienne, par n'importe quel temps. Gymnastique chaque jour. Un détail : à un an, pour une taille de 0 m. 90, elle pesait 30 livres, ce qui était formidable. Les parents ont alors réduit son alimentation (pas de farineux, beaucoup de légumes), et ont obtenu le résultat cherché : un poids plus raisonnable.



Numéro de concours (à spécifier dans la réponse) : **20**

Quatrième d'une famille de cinq enfants, la fillette ci-contre a 5 ans et 3 mois. Taille : 1 m. 11. Poids : 18 kg. 700. Elle se lève en chantant, est heureuse de tout et d'un rien. D'une grande souplesse, elle est large d'épaules et déjà musclée sur tout le corps. Elle grimpe à la perche, fait le pont et des tractions comme un athlète. Son plus grand bonheur consiste à faire de la gymnastique et à être « monitrice ». Gourmande de soleil, vêtue en fonction seulement de la température, elle est d'une grande robustesse. Elle court au jardin la moitié de l'année, vêtue seulement d'une culotte, dort fenêtre ouverte, boit de l'eau, mange « naturiste », campe sous la tente un mois par an, avec ses parents, frères et sœurs, commence à savoir nager, sait faire la planche, rouler en « vélo », canoter et pagayer seule. C'est la vedette de la famille et... une référence pour le naturisme.



On reconnaît, au volant de cette voiture, M. Jean Bernier, le sympathique adjoint spécial de l'île du Levant.

Autour d'une retraite...

JEAN BERNIER

BERNIER, mon bon ami, votre décision nous navre ! Vous, le vieux compagnon des rudes moments, prenez votre retraite...

Il est en la vie des jours nuancés de tristesse ; celui qui présidera à votre départ de l'île du Rêve, de l'île du Levant, sera, pour nous, marqué de ce sceau !

Et, cependant, souvent nous avons songé à cette éventualité, en raison même de votre valeur : un jour, une situation meilleure nous l'enlèvera, pensions-nous ! Les temps sont révolus !

Il faut nous séparer ! Nous regrettons de ne pas avoir pu vous donner selon vos mérites et jalousons ceux qui vous enlèvent, tout en restant heureux de votre ascension sociale.

Un espoir lointain reste en nous : la possible nostalgie de cette minuscule terre, de celle qui fut dans l'antiquité l'une des « Stoichades Insulæ » : *Hypœa* !

Lors, si d'aventure vous et votre charmante compagne songez trop mélancoliquement à l'île du Rêve, reprenez le chemin que nous-mêmes tant de fois parcourûmes ; vous retrouverez, sur son sol, l'empreinte de vos pas, que nous n'aurions garde d'effacer !

L'amitié est fragile, quand on la confond avec la sympathie ! Nous, notre sympathie, à votre égard, s'est transformée, au cours des ans, en amitié solide.

Mais, au fait, bien des hommes, à notre époque, ignorent ce qu'est au juste ce sentiment de divine essence.

Platon définissait l'amitié ainsi : « Une bienveillance réciproque, qui rend deux êtres également soigneux du bonheur l'un de l'autre ». C'est comme une âme en deux corps, estimait Aristote. Voltaire, lui, est plus précis : « C'est un mariage de l'âme entre des hommes vertueux, car les méchants n'ont que des complices ; les voluptueux ont des compagnons de débauche ; les intéressés ont des associés ; les politiques assemblent les factieux ; le commun des oisifs a des liaisons ; les princes ont des courtisans ; les hommes vertueux ont seuls des amis ! »

Nous savons que nous vous devons beaucoup depuis votre arrivée sur l'île ; nous ne pourrions l'oublier dans l'avenir, car les traces en resteront visibles fort

longtemps — le mot *toujours* est vain. La route du vieux village au Fort Napoléon, pour ne prendre qu'un exemple, cet ouvrage de Titan, qui fit l'admiration de parlementaires, c'est votre œuvre. Quand vient l'heure des adieux, il ne faut exhumer des souvenirs que les doux moments. Songeons donc, de compagnie, aux longues discussions philosophiques, aux recherches des sciences perdues ou mortes, au trésor... du Pénitencier !

Souvenez-vous aussi du Castellat ! Et pensez que bientôt il se dressera à nouveau, défiant les barbares de toutes sortes.

Hypœa doit renaître — l'île du Levant n'est que la réincarnation — et connaître à nouveau sa splendeur passée ; ce sont là les volontés de la Loi Universelle de l'attraction.

Hypœa, dès les premiers siècles du christianisme, dut être choisie comme retraite par un certain nombre d'anachorètes ; mais ce fut au commencement du V^e siècle qu'elle acquit, paraît-il, une grande renommée et une prospérité remarquable.

A cette époque, les moines de Lérins y établirent une importante succursale de leur couvent, sous la direction d'un saint homme nommé Théodore, qui devint, en 426, troisième évêque de Fréjus.

« L'île du Levant était alors bien cultivée, couverte de vignes, d'arbres verts, de végétaux précieux qu'Hyères recevait d'elle, et d'une multitude de petites maisons d'exploitation, dont l'éparpillement sur les plateaux et dans les vallons la faisait ressembler à une Thébàide peuplée... La classe des frères servants s'occupait de l'agriculture et dirigeait, d'après les vues des administrateurs, l'intelligence et les bras des colons auxquels on avait accordé des concessions de terrain. Cette île était le principal grenier de sa métropole, le grand couvent de Lérins. Un monastère semblable, mais moins considérable et moins célèbre, avait encore été fondé par les moines de Saint-Honorat, dans l'île de Port-Cros. Sur ces îles, une pensée unique donnait l'impulsion à la culture, aux constructions, à la pêche du thon et du corail, à la fabrication des cordages, aussi bien qu'à l'étude de la théologie, à la copie des manuscrits ornés de précieuses miniatures, à la musique et à la poésie. »

Jean Nostradamus, à propos du personnage — énigmatique anachorète — connu sous le nom de « Monge des Iles d'Or », nous parle de l'île du Rêve :

« Chaque année, au printemps et à l'automne, accompagné d'un sien ami, religieux, amateur de la vertu, il se retirait à son petit ermitage, aux îles d'Hyères, où le dit monastère de Lérins avait depuis longtemps une petite église dépendant d'icelui, qu'est la cause qu'il fut surnommé des Iles d'Or... »

« Là (à l'île du Levant), il se plaisait au murmure des ruisseaux et fontaines, au chant des oiseaux dont il contemplait la diversité des plumages, et en fit un beau recueil qu'on trouva après sa mort parmi ses livres, auquel il avait dépeint en beaux paysages tout le quartier de la plage de la mer et des villages qui y sont assis, toutes sortes des herbes et plantes les plus exquises, les fleurs et les fruits d'icelles et des arbres qui croissent naturellement, les bêtes et les autres animaux de toutes espèces ; la perspective des montagnes, des prairies et de tous ces champs délicieux arrosés de belles et claires fontaines, des poissons de la mer, des vaisseaux qui la traversent à la voile ; le tout bien rapporté et contrefait au vif, qu'on eût jugé que c'était la même chose. »

Bientôt à nouveau des villages seront « assis » dans ce merveilleux domaine, dont vous êtes le maire estimé.

Votre nom, Bernier, demeurera attaché à l'œuvre entreprise qui se doit de réussir. Merci d'avoir été des rares hommes au départ qui eurent confiance dans l'avenir ; cet avenir qui est déjà en partie le présent ! C'était l'époque pénible des cabales, des haussements d'épaules, des sourires ironiques. C'était la lutte ouverte contre les Éléments. Et quelle lutte ! Avec quels moyens ! Des moyens de « fortune ». Maintenant les gens du Littoral se sont fait une raison, leur sourire incrédule est passé au mode admiratif. Les éloges remplacent en partie les médisances ; les encouragements ne tarderont pas ! C'est ici, Bernier, au moment même du traditionnel *au revoir*, qu'il est bon de répéter, selon Guillaume d'Orange :

Point n'est besoin d'espérer pour entreprendre
Ni de réussir pour persévérer !

René-Jean MAXY.

De ci, de là...

BRUITS ET POTINS

QUE pensez-vous, chers lecteurs, de cette tirade :

« Ainsi, vous avez le loisir de vous offrir, comme un boutiquier de Londres, l'hebdomadaire week-end? Dans votre petit bateau effilé, les beaux dimanches, vous plumez la Seine, en amont, en aval, de long en large, tout autour de votre petite campagne de M...! Moyennant, vous vous figurez que vous faites du sport et de l'héliothérapie. Alors, chaque lundi, c'est en maugréant que vous couvrez votre crâne échaudé et vos pectoraux brunis. Car vous ne vous consolez pas de ne pouvoir, cher naturiste, exhiber aux yeux élogieux de vos contemporains un hâle si vaillamment acquis.

« Et pourtant c'est un hâle pauvre. Son indigence m'afflige. Que je vous montre mieux? Est-ce un défi?

« Eh bien! Moi qui ne connais ni fêtes, ni dimanches, moi pour qui l'ascenseur est un petit miracle, allopathe parisien de la plus commune espèce, dite grimpeuse, moi, qui n'ai de campagne à M... et me garderai bien, d'ailleurs, de troubler, d'une rame indiscrete, l'adorable nonchaloir de notre mère, la Seine, je vais vous montrer ce que c'est qu'un hâle...

« ...Ne craignez rien! Je garderai mon pantalon. Là! Voici, Monsieur, la belle patine maugrabine, la seule, la vraie, celle que l'on gagne à regarder couler la Bidassoa, sous les créneaux perchés de Fontarabie, en Guipuzcoa... »

C'est dans un périodique intitulé Art et Médecine que j'ai trouvé ça, sous la signature d'un certain docteur R. de Marconnay.

Je sais ce que vous allez dire; je l'ai pensé moi-même en lisant cette prose prétentieuse: tout le monde ne peut aller bronzer son épiderme à Hendaye — car c'est bien en effet de Hendaye qu'il s'agit. Et il vaut encore mieux acquérir un hâle, fût-il pauvre, sur les bords de la Seine, que de ne pas en acquérir du tout, sous le fallacieux prétexte qu'une belle patine se gagne exclusivement sur la côte basque!

Mais à quoi bon discuter? Nous nous trouvons en présence d'une publicité, d'une publicité si déguisée qu'elle ne connaîtra sans doute jamais la « belle patine ». La patine du temps, surtout.

...Car je la laisse très délicatement tomber dans la corbeille à papiers.

Pierre AUDEBERT.

FAIT-DIVERS...

A Saint-Sulpice-Laurière, près de Limoges, le 24 avril, à 10 heures, Mme Tillet, étonnée de ne pas avoir vu ses voisins, les époux Barraud, qui avaient coutume de se lever tôt et avec qui elle avait passé la soirée la veille, pénétra dans leur maison. Un spectacle tragique s'offrit à ses yeux. Mme Barraud gisait inanimée sur son lit. Son mari et une de ses filles, la petite Marie-Louise, faisaient entendre des plaintes. M. Barraud et sa fille, qui avaient eu une violente indigestion, se rétablirent rapidement. Par contre, Mme Barraud ne tarda pas à succomber.

L'enquête a établi que Mme Barraud prenait, en raison de son obésité, de nombreux médicaments. Ceux-ci ont été saisis. D'autre part, les viscères de la victime seront examinés par le docteur Verdier, médecin légiste.

Au moment où nous écrivons ces lignes, les enquêteurs se demandent si l'on ne se trouve pas en présence d'un empoisonnement collectif, provoqué par une omelette au jambon que la famille Barraud avait mangée la veille au soir.

La chose est possible en effet. Mais si Mme Barraud n'avait pas ajouté, à la faute de se laisser gagner par l'obésité, la faute supplémentaire de vouloir guérir celle-ci, non pas par des moyens naturels, mais à l'aide de médicaments « nombreux », la malencontreuse intoxication dont elle a été victime l'eût moins facilement supprimée de ce monde.

■ ■ ■

AURONS-NOUS DES FRUITS ?

La période de froid que nous venons de subir, succédant à un début de printemps exceptionnellement favorable à la floraison des arbres fruitiers, va-t-elle compromettre la belle récolte que l'on était en droit d'envisager?

La question intéresse au plus haut point les naturistes, amateurs de fruits, et, parmi eux, les propriétaires de Physiopolis, dont les terrains s'ornent entre autres de magnifiques cerisiers, dernièrement encore revêtus d'une décorative parure immaculée.

D'après les compétences, les abricots seront rares. Leur floraison avait été belle, mais la gelée a compromis la récolte. Les cerises seront abondantes, les prunes également. Les amandes s'annoncent bien. Les pêches, sans être très nombreuses, seront suffisantes. La floraison des fraises est belle et prometteuse.

Voilà qui est rassurant... pour l'instant du moins.

LEQUEL DES DEUX ?

Il faut croire que le grand succès remporté par notre *Concours du Plus bel enfant naturiste* a provoqué, dans le monde du journalisme, une curiosité de bon aloi.

Voici en effet que notre confrère *L'Intransigeant*, reprenant notre idée et l'adaptant aux besoins de la cause, lance à son tour un *Concours du Plus bel enfant de Paris*.

Il serait curieux, une fois connu le résultat des deux compétitions, de confronter les gagnants en un ultime et instructif tournoi.

Réflexion faite, cependant, la chose serait peut-être inutile, car, après tout, le plus bel enfant naturiste peut fort bien être parisien, de même que rien n'empêche le plus bel enfant de Paris d'être naturiste...

■ ■ ■

DÉCIDÉMENT...

Dans la page photographique de notre dernier numéro, nous faisons ressortir l'inconséquence des hommes, qui s'occupent, avec un soin jaloux, de la nature, de la qualité, de la quantité du combustible des machines, mais qui ne se soucient en rien des carburants humains.

Or, nous venons de lire, dans plusieurs journaux, l'entre-filet suivant, intitulé : « Le charbon de la machine humaine » :

« De la même façon que le charbon alimente et anime les machines, le sucre alimente et anime la machine humaine, car c'est l'aliment qui est le plus rapidement assimilé. Lorsque vous avez à faire un effort physique, croquez deux ou trois morceaux de sucre : vos muscles seront prêts. De même, lorsqu'un effort vous a fatigué, quelques morceaux de sucre vous remettront « en forme ». Faites-en l'expérience à la prochaine occasion. »

Il s'agit là, évidemment, d'un texte payé par les raffineries, dont la campagne publicitaire emprunte volontiers, depuis quelque temps, cette forme trompeuse.

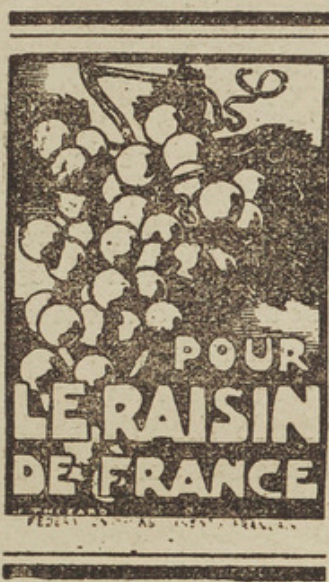
Bon. Mais le sucre est-il vraiment un charbon idéal pour la machine humaine? A n'en pas douter, non. Il suffit de lire *La Cure Naturiste* du docteur Gaston Durville pour s'en convaincre. A prendre trop de sucre, on acquiert une fausse santé, qui n'est qu'exubérance malade; on congestionne le foie; on s'use.

Bref, pour une fois, quelqu'un affecte de se préoccuper des carburants humains; mais ce n'est pas absolument réussi...

Ce qui est réussi, par contre, c'est l'intérêt suscité par notre grand hebdomadaire de culture humaine. Décidément, on imite *Naturisme* un peu partout...



Une vue générale de l'Exposition du Fruit-Aliment et de ses dérivés, qui vient d'avoir lieu à l'Académie de Médecine de Paris. (Photo Templier).



Le timbre-propagande lancé à l'occasion de la Conférence Internationale.

de ces questions, il a donc suggéré l'ouverture dans la semaine de Pâques, le mardi 18 avril 1933, d'une Première Conférence Internationale du Fruit-Aliment, à laquelle M. le Président de la République a bien voulu donner son adhésion comme Président d'honneur.

C'est sous la présidence de M. Queuille, ministre de l'Agriculture, que s'est ouverte, le mardi 18 avril 1933, la conférence du Fruit-Aliment, dans le grand amphithéâtre de la Faculté de Médecine, ce qui, dès l'abord, lui confère une importance que définit fort justement le docteur Legrain, membre du Conseil supérieur de la Seine, qui, au nom du docteur Roux, directeur de l'Institut Pasteur et président du Comité d'organisation, souffrant, souhaite la bienvenue à M. Queuille non pas seulement en tant que ministre, mais en sa qualité de médecin, double raison pour apprécier les aspects moraux, sociaux, économiques et physiologiques qui en affirment la haute portée.

M. Queuille fit un rapide exposé des raisons de l'intérêt s'attachant à cette première manifestation, pour ce qu'elle groupe des représentants de tous les pays les plus importants du monde, et parce qu'elle s'appliquera à résoudre l'un des aspects les plus inquiétants du problème agricole : l'équilibre de la consommation par rapport à la production, devenue en trop de cas surpro-

duction, au point que nous assistons à ce paradoxe qu'une année prospère devient une calamité publique.

Il s'agit donc d'éduquer, d'orienter les consommateurs vers les fruits et tous leurs dérivés, moyen efficace pour lutter contre la crise mondiale.

Suivirent des interventions de M. le professeur Achard, secrétaire perpétuel de l'Académie de Médecine ; de M. le professeur Gonser, président du Conseil antialcoolique international à Berlin ; du docteur Tanner, directeur de la régie fédérale des alcools à Berne, représentant le gouvernement suisse ; de M. Riémain, secrétaire général de la Ligue antialcoolique de France, qui est, avec le docteur Legrain, l'organisateur de cette conférence ; un rapport de M. Hercod, sur la crise internationale de la viticulture.

Les rapports techniques présentés à la séance de la journée de mercredi le furent avec une telle clarté, avec de si vivantes précisions que les plus profanes les pouvaient suivre avec un réel intérêt. Tous traitaient des concentrés et jus de fruits et raisins. Ce fut d'abord : la préparation et la conservation des jus de raisins, par M. Marsais, sous-directeur de la station centrale de viticulture de Paris, qui suivit un exposé pratique de M. Gachot, professeur à Strasbourg, sur la préparation et le traitement du cidre doux, sans alcool.

M. Gachot fit une démonstration avec appareils en main des différents modes de stérilisation appliqués jusqu'à présent, depuis les appareils industriels Baumann, les plus usités, jusqu'à un appareil électrique, à usage domestique, qui permet de préparer, chez soi, en petites quantités, du jus de fruit avec la plus grande facilité : on met le fruit dans l'appareil le soir et, au matin, le jus est extrait. D'autres appareils existent aussi pour l'usage ménager, et il est superflu de souligner combien il serait précieux et salutaire que la préparation des jus de fruits soit adoptée chez tous ceux qui disposent facilement de raisin ou de pommes.

M. Pasquet, ingénieur agronome, directeur des services agricoles de l'Hérault, à Montpellier, parla ensuite de la préparation et du traitement des concentrés : des expériences, faites dans des cliniques chirurgicales avant et après les opérations les plus délicates, démontrent de façon concluante que le jus de raisin concentré est l'aliment par excellence toujours toléré par l'estomac, comme il est aussi le fortifiant rêvé de tous les anémiés et tuberculeux.

Le fruit, premier aliment de l'homme...

LA PREMIÈRE CONFÉRENCE INTERNATIONALE DU FRUIT-ALIMENT

Faisant allusion aux craintes manifestées par certains viticulteurs, M. Pasquet déclara que, n'étant pas lui-même abstinent et appréciant les bons vins de son pays, il n'en considérerait pas moins que la mystique du vigneron, concentrée jusque-là dans la seule fabrication du vin, devait s'étendre à tous les modes d'application et de consommation du raisin, quels qu'ils fussent, et cela pour son plus grand intérêt.

Une intervention de M. Schunck de Goldfiem, ingénieur agronome, ex-directeur du jardin d'essai de la Guinée Française, préconisant la valeur nutritive des fruits coloniaux avec intéressant graphique de leur consommation, fut suivie d'une discussion fort animée.

La réunion du jeudi 20, présidée par M. le docteur Hercod, de Lausanne, l'un des militants les plus réputés dans le monde de la cause de la tempérance et de l'utilisation des fruits sous toutes leurs formes, était réservée à l'étude de l'organisation de la production.

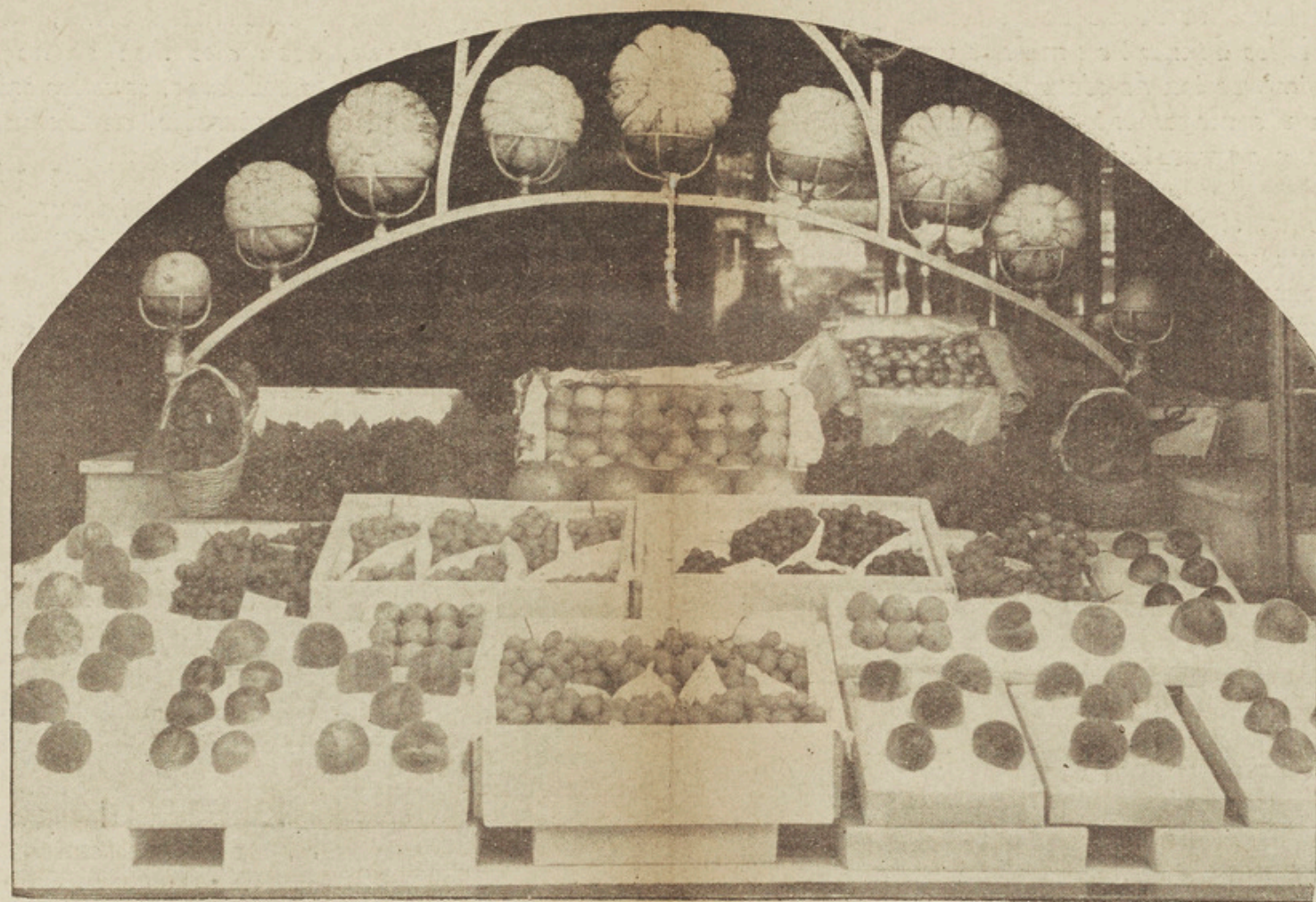
M. Daudé-Bancel, membre du Conseil supérieur de la coopération à Paris, et qui en est l'un des plus agissants apôtres, affirma que celle-ci est, à la base même de l'organisation économique, un élément indispensable.

Le docteur Senn, président de la Société coopérative de Berne et professeur à l'Ecole d'agriculture cantonale, exposa la marche triomphale toujours ascensionnelle de la consommation des

jus de fruits de toute sorte en Suisse, due en grande partie à la récente législation et aussi à l'esprit de la jeunesse qui s'est mise à la tête du mouvement. On consomme actuellement en Suisse une quantité égale de jus et de concentrés de fruits que d'alcool, et il est permis d'entrevoir le moment très proche où l'alcool sera en plus forte régression encore — résultat stupéfiant si l'on considère qu'en 1922 encore, d'après la statistique du docteur Koller, il s'y consommait de l'alcool dans une proportion de 7,58 par tête d'habitant, contre 4,64 en France, 2,49 en Allemagne, 2,27 en Belgique et 2,17 en Grande-Bretagne.

Intervention de M. Vitrac, industriel, qui fit un éloquent plaidoyer en faveur des confitures, aliment sain et nutritif par excellence, trop déprécié du fait des tolérances légales qui constituent un encouragement à la fraude. Les confitures honnêtes, faites uniquement de fruit et de sucre, sont d'une valeur nutritive reconnue de tous les médecins, mais trop rares : les substances étrangères introduites dans leur fabrication pour faire volume deviennent à la longue nuisibles pour la santé, et répugnent au consommateur qui se détourne ainsi du dessert préféré de nos aïeules.

Ajoutons que, dans la matinée, la municipalité de Paris reçut à l'Hôtel de Ville les membres de la première conférence internationale du « Fruit-Aliment », à laquelle participaient les représentants de vingt-deux nations. A la tête



Est-il vraiment besoin d'ingurgiter des ingrédients liquides baptisés apéritifs ? Nullement : la vue seule peut très bien suffire à exciter l'appétit. Témoin ce magnifique assortiment de fruits. (Photo H. Manuel)

A droite : M. le professeur Achard, Secrétaire perpétuel de l'Académie de Médecine. (Photo Templier). — Au-dessous : Des grappes merveilleuses pleines de jus vermeil... (Photo H. Manuel).



Ainsi, l'idée naturiste fait chaque jour de nouveaux progrès, dans tous les domaines, que ce soit au point de vue du sport ou de l'alimentation ! N'est-ce pas la meilleure preuve que nous défendons la bonne cause ?

Cependant n'oublions pas qu'il faut toujours rester dans les limites de la norme.

Gustave Fabre donne caution à nos dires en nous faisant ressouvenir de la légende de la Vigne de Babryas, le divin poète de l'Attique.

Dyonisos, encore adolescent et quittant à peine les Nymphes, ses premières éducatrices, pour passer sous la direction des Muses et de Sylène, fit un voyage en Hellas pour se rendre à Naxia, où son culte devait plus tard se développer et fleurir.

Le chemin était long, l'enfant se sentit fatigué, il s'assit sur une pierre pour se reposer.

En jetant les yeux à ses pieds, il vit une petite plante déjà sortie du sol ; il la trouva si belle, si fraîche, si attrayante, qu'il pensa aussitôt l'emporter pour la replanter et la voir croître sous ses yeux comme un ornement de son agreste séjour. Il la déracina et la prit dans la main ; mais, comme le soleil était dans toute son ardeur, il eut peur qu'elle ne se desséchât avant d'arriver à Naxia. Un os d'oiseau tomba sous son regard, il y introduisit la plante et poursuivit sa route.

Dans la main merveilleusement féconde du jeune Dieu, la tige croissait si vite que bientôt elle dépassa l'os par le haut et par le bas.

Il prit alors un os de lion, rencontré par hasard, et y inséra délicatement la frêle plante en même temps que le petit os qui la contenait. La plante, croissant toujours, dépassa bientôt l'os de lion. Dyonisos, étonné, chercha un nouveau récipient et, ayant trouvé un os d'âne plus gros encore que l'os de lion, il y plaça ce dernier sans jeter l'os d'oiseau.

Le jeune immortel arriva ainsi à Naxia. Or, quand il voulut mettre la plante dans la terre, il s'aperçut que les racines s'étaient si bien entrelacées autour de l'os d'oiseau, de l'os de lion et de l'os d'âne, qu'on n'eût pu dégager la tige sans endommager les racines.

Il planta donc l'arbuste tel quel en pleine terre. La plante grandit rapidement. A sa grande joie, elle portait des grappes merveilleuses, pleines de jus vermeil. Il les pressa, se mit avec ardeur à en exprimer le doux suc et il en fit le premier vin, qu'il donna à boire aux hommes.

Mais Dyonisos fut témoin d'un grand prodige : Quand les hommes commençaient à boire, ils se mettaient d'abord à chanter comme des oiseaux. Quand ils buvaient davantage, ils devenaient forts comme des lions. Quand ils buvaient longtemps, leurs têtes s'abaissaient et ils devenaient semblables à des ânes !

R.-J. M.

Le bain qui tue

SE peut-il qu'il y ait un danger quelconque à se tremper, chez soi, dans une inoffensive baignoire ? Oui, si l'on considère différents accidents survenus dernièrement, non pas, d'ailleurs, comme certains esprits chagrins pourraient l'imaginer : ni par refroidissement, ni... par noyade ; simplement par asphyxie, des chauffe-bains mal compris, une ventilation défectueuse étant la cause de ces accidents.

Dès lors, toujours prompte à s'alarmer, l'opinion publique, par un raisonnement simpliste et déconcertant comme elle en fait parfois, ne va-t-elle pas décider tout net qu'il vaut mieux ne plus se baigner ? Les progrès de l'hygiène, si péniblement acquis en ces dernières années, sont-ils donc menacés ? Et le règne de la crasse, qu'on pouvait croire sur son déclin, va-t-il recommencer de plus belle ?

Le docteur Foveau de Courmelles, qui a spécialement étudié la question récemment dans les colonnes du « Matin », estime que des précautions sont indispensables et faciles à réaliser. Nous sommes heureux de présenter aujourd'hui à nos lecteurs l'opinion de cet homme de sciences :

— On a publié ces temps-ci divers cas de mort dans les salles de bains. La propreté indispensable deviendrait-elle si dangereuse, alors qu'à peine nous la voyons apparaître dans les constructions nouvelles ? Il est vrai qu'en celles-ci, un chauffage central envoie aux locataires — ayant tout le confort moderne — l'eau chaude nécessaire.

Mais les maisons neuves bien pourvues, et d'ailleurs favorisées par les lois sur les loyers et de moindres impôts, sont encore la minorité. La règle, à part ces exceptions, est encore l'installation faite par lui, chez le particulier, à ses frais — qu'il a voulu minimum — et sur ses indications.

Il y a des règlements, cependant, mais trop souvent inexécutés. Le chauffe-bains est généralement à gaz ; il doit présenter un tuyau d'échappement aussi long que la maison, et devant dépasser le toit. Il doit y avoir une ventilation suffisante.

Si les fumées, chargées du si toxique oxyde de carbone « refoulant », reviennent près de la personne barbotant dans son bain, il y a absorption de ces gaz refoulés. Crainte du froid, la ventilation n'est pas excessive. On craint la pneumonie ou la pleurésie, mais pas le perfide et imperçu, inodore, composé oxycarboné. On n'a pas ouvert à l'air sain du dehors, mais on a inspiré de tous ses poumons les comburés toxiques. C'est la mort fatale.

Un tuyau d'échappement est prévu de la hauteur de l'immeuble et même un peu plus. Il est semblable, ou peut l'être du reste, et aussi haut, que tous ces petits chapiteaux de tuile rouge qui ornent nos toits parisiens, sont côte à côte, souvent, de maisons voisines : ils fraternisent !

Mais ces tuyaux, en tôle le plus souvent, se couvrent de rouille, sorte de parasite qui les détruit. Ils ne sont pas toujours surveillés, et perdent de leur hauteur, donc, permettent le refoulement de leurs propres gaz en une salle de bains peu ou point ventilée : double violation des règlements d'hygiène.

Le refoulement d'oxyde de carbone par tuyaux ou cheminées d'échappement des

habitations, pas assez élevés, explique des cas d'asphyxie possible par un voisinage plus élevé limitant le tirage. Si l'on rencontre les commodes poêles à combustion lente, si fréquents en tant de vieilles maisons — on ne peut cependant toutes les détruire, et leurs petits loyers encouragent tant à y vivre ! — on comprend que le gratte-ciel voisin y refoult l'oxyde de carbone, qu'il arrête ou diminue le tirage, envoie, cette fois, non plus dans la salle de bains, mais dans l'appartement tout entier, ce qui devait s'exhaler par la cheminée et qui effectivement s'en échappait auparavant !

Les vieux propriétaires — pardon ! les propriétaires des maisons construites avant 1914 et pas trop élevées — doivent donc élever, par des tuyaux variés, leurs cheminées et dépasser les toits voisins des gratte-ciel. Ils sont responsables, qu'ils le veuillent ou non — des arrêtés le prouvent — et bien que cela ne soit pas leur faute, de la santé et de la sécurité de leurs voisins, en tant que cela vient de leurs immeubles, jadis sains et tranquilles mais transformés par un nouveau et trop élevé voisinage.

Il est évident que les salles de bains des locataires sont encore devenues plus malsaines — il faudra parfois en monter le tuyau du 1^{er} jusqu'au 8^e étage, et que, sans tuer absolument, elles altèrent singulièrement la santé, rendent débiles surtout les adolescents... et que, parfois, le médecin consulté y « perdra son latin », mais que le plombier appelé, aide, et fait le diagnostic ! Mais les sujets morts de l'inexécution des règlements, — même ne provenant pas du fait des locataires s'en rapportant au plombier — n'en sont pas revenus, et des parents furent déboutés par les tribunaux ne voulant voir rien de coupable en l'absence de ventilation due à « l'homme de l'art » (ici, pas le médecin).

L'électricité, après le chauffage au gaz de l'eau du bain, vient s'ajoutant à celle-ci pour tuer, provoquant des court-circuits dont le baigneur est le siège (que de dangers court l'individu propre !). On connaît, en effet, quelques cas de mort, en des salles de bains forcément humides. Les pavés et les murs sont chargés de vapeur d'eau, le sujet aussi : il tire la sonnette d'appel : de sa main mouillée, l'isolement de la lumière est insuffisant, il y a court-circuit et électrocution (cela est parfois arrivé en temps d'orage à des téléphonistes par chutes et rencontres des fils de transmission verbale et de haute tension).

Il ne faut même pas beaucoup d'intensité électrique pour cela. Il faut traiter comme un noyé l'asphyxié, l'électrocuté, a démontré le professeur d'Arsonval, dont Chicago et la France vont fêter le jubilé. Les professeurs Jallineck, de Vienne, et Zimmern, de notre Académie de médecine, ont publié quelques cas d'électrocution, voire de mort, produits en nos salles de bains.

Il importe donc de connaître les dangers, et non des moindres, du reste faciles à éviter par des précautions connues, « prescrites », afin de ne pas succomber, et aller dans un monde que l'on dit meilleur, simplement en prenant un bain de propreté. Connaître la possibilité d'un fatal dénouement, c'est, en le cas présent, l'éviter, si l'on veut !...

D^r FOVEAU DE COURMELLES.

LA DILATATION D'ESTOMAC

(Suite de la page 2).

Le massage vibratoire de l'estomac hâte l'évacuation gastrique, vide l'organe de ses gaz de fermentation, stimule la fonction sécrétoire de la muqueuse et permet la digestion rapide des vieux détritiques alimentaires, source d'intoxication générale, qui encombraient sa cavité.

Le massage vibratoire agit encore et surtout sur la musculature gastrique à laquelle il redonne rapidement un tonus normal.

Bien exécuté, sous la direction d'un médecin spécialisé, il vient à bout des estomacs les plus dilatés en quelques mois, parfois en quelques semaines.

On complétera le traitement de la dilatation par une mise générale à la méthode naturiste. La cure de mouvement et la cure d'eau, appliquées avec doigté, hâtent considérablement la guérison.

La gymnastique abdominale complétera la cure ; mais on n'oubliera pas qu'elle doit être très douce tant que la grande courbure de l'estomac est au-dessous de l'ombilic de plus de deux travers de doigt ; quand l'estomac sera remonté au-dessus de cette limite, la gymnastique abdominale sera utilement intensifiée. Au début de la culture abdominale, une surveillance médicale qualifiée est indispensable.

Les ceintures orthopédiques que l'on prescrit souvent dans la dilatation gastrique sont néfastes. Soutenant artificiellement l'organe, elles abrègent sa phase de défense en hâtant la venue de la phase d'atrophie. Elles donnent au malade une dangereuse impression de sécurité, en lui procurant un soulagement momentané, au prix d'une aggravation ultérieure du mal.

Néanmoins, si le malade portait depuis plusieurs mois une ceinture orthopédique, il serait indispensable de ne pas la lui supprimer brutalement. Ce n'est que progressivement, au fur et à mesure que le massage renforcera la musculature gastrique et redonnera des possibilités normales à la paroi abdominale, qu'on pourra supprimer la ceinture, d'abord quelques heures par jour, puis quelques jours par semaine, puis définitivement.

La progression méthodique et raisonnée est une loi qu'il ne faut jamais transgresser. Elle est la base de toute cure malade, comme de tout progrès humain.

D^r G. et A. DURVILLE.

PALAIS DES ARTS, 325, rue Saint-Martin (du 5 au 11 mai 1933). — Rez-de-chaussée : L'Affaire de la rue de l'Oursine ; La Comtesse de Monte-Christo ; deux intermèdes. — Premier étage : Acrobatie Nautique ; Le Chasseur de chez Maxim's ; deux intermèdes.

LA PAGE DU MALADE

QUE FAIRE CONTRE LES RHUMATISMES DES REINS ET DES HANCHES ?

DEMANDE. — Van der Berghe, nouvel adepte, à Boulogne-sur-Mer. — Que convient-il de faire pour guérir les reins et les hanches arthritiques de mon père, âgé de 62 ans ?

Réponse. — Même à 62 ans, on peut devenir naturiste ; on y gagne en sérénité et en longévité. Un de nos vieux adeptes, un docteur parisien, a commencé à se mettre au naturisme à 70 ans, alors qu'il était bien usé ; il a 85 ans maintenant et se sent beaucoup plus jeune que quand il nous consulta pour la première fois. Votre père n'a donc qu'à suivre l'exemple. Nous lui conseillons : régime alimentaire sobre, fort peu de viande à midi, jamais le soir ; le dîner d'un naturiste de 62 ans peut être composé uniquement d'un demi-litre de lait caillé, dans lequel on incorpore des pommes de terre cuites à l'eau. Pain à discrétion. Exercice quotidien ; gymnastique matinale. Localement sur les reins : frictions vigoureuses à la main, matin et soir ; pour les hanches, mouvements de rotation des membres, le patient étant allongé sur le dos ; c'est vous qui, tenant à deux mains le membre enraidie, exécuterez d'amples et régulières rotations de la hanche. Surveillez la quantité d'urines émises en 24 heures. Si elle n'atteint pas un litre et demi, faites prendre à jeun de la tisane de chiendent. Si elle atteint deux litres, une cure de petit lait, le matin, pendant quinze jours, serait utile.

LE TRAITEMENT DES RHUMES PAR LE NATURISME

DEMANDE. — Mme Bouguet, à Villeurbanne. — Le rhume, avec bronchite légère, doit-il être traité par quelque sirop expectorant, ou être traité par le naturisme ? Quels procédés employer ?

Réponse. — La vraie cause du rhume est rarement le froid. En thèse générale, le froid n'intervient que comme cause occasionnelle, qui fait déborder un vase déjà plein. Les soldats aux armées, pendant la guerre, mouillés jusqu'au ventre jour et nuit, n'avaient pas de rhumes, et c'est toujours quand ils revenaient en permission à la ville qu'ils s'enrhumaient. Le rhume a pour cause principale l'état congestif de l'organisme, et il est la porte qui s'ouvre pour lutter contre la congestion. Si l'on veut se guérir à coup sûr de la prédisposition aux rhumes, il faut se mettre au naturisme. La première chose à faire est de mettre au point son régime alimentaire pour diminuer les tendances arthritiques congestives : diminuer la ration de viande et de sucre, supprimer les légumes secs et l'alcool. En même temps, augmenter l'exercice (marche, gymnastique matinale, au besoin sports si l'on est prêt pour cela), entraînement à l'eau, à l'air, au soleil. Nous pouvons affirmer la chose suivante, que vingt-deux ans de clientèle naturiste nous ont amplement démontrée : un naturiste, qui pratique correctement, ne s'enrhume pas.

Supposons l'être non encore au point pour n'avoir pas assez pratiqué : il prend un rhume.

Que faut-il faire ?

1° Faire fonctionner l'intestin très vigoureusement pendant quelques jours (sans

purges), grâce aux légumes verts crus et cuits et aux pruneaux. (S'il y a entérite ou fermentations abdominales, s'abstenir des légumes verts crus et peut-être même cuits).

2° Diminuer la ration alimentaire.

3° Aider l'expectoration. Les potions chimiques (celles à base de kermès, par exemple) sont mauvaises. Nous conseillons les sudorifiques végétaux. La bourrache en infusion est le meilleur. On se couche, le soir, après avoir pris la peine de se couvrir le plus possible (édredon, couvertures multiples) ; puis on boit, aussi rapidement que possible, un grand bol d'infusion de bourrache (un demi-litre), dans lequel on a ajouté deux grandes cuillerées à bouche de miel. La tisane doit être bue aussi chaude que possible. Attendre la sudation. Quand on a abondamment transpiré, on se sèche avec une serviette-éponge et on dort. Si le rhume n'est pas guéri le lendemain, on recommence ; on recommence aussi si l'on n'a pu transpirer. On augmente alors les doses de bourrache et de miel.

■ ■ ■

LE SAVONNAGE DE LA TÊTE DOIT-IL ÊTRE FAIT A JEUN ?

DEMANDE. — Pascal Mathieu, lecteur, à Paris. — Les savonnages de la tête, bienfaits pour les cheveux, doivent-ils être faits avec eau tiède en hiver et eau froide en été, et doivent-ils être faits à jeun ?

Réponse. — Le principe qui doit régler la température de l'eau, quand on se savonne la tête, est le même que celui qui doit présider à toute cure d'eau ; ce principe, nous l'avons établi dans notre ouvrage « La Cure Naturiste » ; vous pourriez y lire ceci :

« Pour savoir si c'est l'eau chaude, l'eau tiède ou l'eau froide qui convient actuellement à votre cas, demandez-vous si, actuellement, vous préférez l'eau chaude, tiède ou froide... Votre juge, c'est votre impression personnelle : l'application d'eau ne doit jamais vous être désagréable. »

Séchez toujours bien la tête par une bonne friction avec serviette-éponge.

Il n'y a aucune importance à s'occuper des repas pour se laver la tête. Le gros pléthorique qui, après un repas plantureux, ferait une congestion en se lavant la tête, la ferait aussi bien en somnolant dans son fauteuil. Quand on n'est pas pléthorique en imminence de congestion, on n'a aucune raison de pâtir d'un lavage de tête, où qu'en soit la digestion.

■ ■ ■

L'ENTÉRITE MUCO-MEMBRANEUSE : SES SIGNES, SON TRAITEMENT

DEMANDE. — M. Henri Cosset, à Orléans. — Pourriez-vous nous parler, dans votre si intéressante « Page du Malade », d'une des maladies les plus répandues de notre temps : l'entérite ?

Réponse. — L'entérite est l'inflammation, aiguë ou chronique, de l'intestin. Elle affecte soit seulement l'intestin grêle (entérite vraie), soit le gros intestin (colite), soit à la fois l'intestin grêle et le gros (entéro-colite). Ne parlons pas des diverses entérites infectieuses aiguës, ni des entérites coloniales (amibiennes) ; parlons seulement de la forme la plus fréquente, celle dite

« entéro-colite muco-membraneuse », le plus souvent appelée simplement entérite.

La maladie est caractérisée par la présence, à la surface des selles, de glaires analogues au blanc d'œuf ou de longues membranes ressemblant souvent à des vers intestinaux. Il y a des alternatives de constipation et de diarrhée. Ajoutons à ces symptômes des douleurs dans la fosse iliaque survenant habituellement sous forme de crises, et nous aurons le tableau résumé de l'entérite.

La cause de l'entérite est évidente : c'est toujours une, ou, mieux, de nombreuses fautes alimentaires répétées.

Le traitement naturiste découle de la connaissance de cette cause : pendant la période aiguë, jeûne complet. Ensuite, alimentation modérée, composée uniquement de légumes, de préférence légumes verts (salade cuite, épinards, endives, etc.). Pas d'œufs, ni de viande, ni de poisson, pendant cette période. Pas de crudités non plus. On peut prendre à volonté des fruits cuits, à la condition de choisir des fruits bien mûrs, pour ne pas être obligé d'ajouter du sucre. La période aiguë passée, c'est-à-dire quand les selles sont redevenues normales, on peut reprendre un peu de viande. Pendant toute la durée de la maladie, des massages du foie, pratiqués selon notre méthode, hâtent la guérison et évitent à coup sûr les nombreuses complications qui pourraient survenir, telles qu'appendicite, troubles nerveux, etc.

Pour éviter le retour de crises d'entérite, se mettre au naturisme et pratiquer régulièrement, en même temps que la cure alimentaire, la cure d'air et surtout la cure de mouvement.

■ ■ ■

SI VOUS AVEZ DES PLAQUES JAUNES SUR LE CORPS, SOIGNEZ VOTRE FOIE

DEMANDE. — R. Petitjean, à Saint-Claude, Jura. — Ma femme a, au visage, de grosses plaques jaunes, mais se porte bien. D'où cela vient-il, et que faire ?

Réponse. — Les plaques jaunes de la peau sont habituellement dues au dépôt, dans celle-ci, de pigments biliaires. On diminue les pigments biliaires de la peau en faisant un naturisme bien compris.

■ ■ ■

LE VENTRE DE LA FEMME ET LA MOTOCYCLETTE

DEMANDE. — Mme J. Feist, naturiste, à Melun. — Je fais beaucoup de moto ; je pèse 47 kilos ; j'ai l'habitude des sports ; je suis un peu fragile et assez endurante. Que conseillez-vous aux femmes motocyclistes ?

Réponse. — Une femme normale, c'est-à-dire une naturiste bien musclée, peut — doit — faire tous les sports d'homme.

Il n'y a aucune raison anatomique ou physiologique qui oblige la femme à faire moins de sport que l'homme. Nos naturistes femmes font de la course, de la natation, du ski, de la bicyclette, du cheval. La moto secoue très fort, mais elle ne secoue pas plus la femme que l'homme. Si la femme a une bonne sangle abdominale, un utérus en place, normalement accroché, des ovaires et des trompes saines, elle peut faire le sport qui lui plaît.

OMNIVORES ? NON...

Soyons végétariens

EN ce qui concerne l'ancêtre de l'homme, n'exigeons de la paléontologie que ce qu'elle peut nous donner (1). C'est au dryopitèque, qui vécut vers le pliocène, voire même jusqu'à la partie médiane du miocène, que nombre de paléontologistes et d'anthropologistes accordent leurs suffrages. Or, le principal témoignage, sinon le seul qu'il nous ait légué attestant ses mœurs alimentaires : son maxillaire, est en tous points conforme à celui des frugivores actuels, y compris l'homme.

Quant aux observations portant sur les anthropoïdes vivant en captivité, il m'est impossible de leur concéder un caractère concluant. Grâce à leur puéril et merveilleux esprit d'imitation, ils s'assimilent volontiers les habitudes les plus absurdes et les plus antinaturelles, synthétisant l'homme actuel, qui se charge admirablement, consciemment ou non, de dénaturer tout ce qui se meut dans sa sphère. Le fait qu'à son instar ils fument, mangent ceci ou cela, s'abreuvent de boissons corrosives et dégradantes, ne peut nous autoriser qu'à des inductions équitables et considérées. Ces dérogations instinctives et gustatives ne leur sont d'ailleurs pas particulières, puisque chevaux, chiens, chats, lapins, ours, etc., etc., se plient aussi aux suggestions ou obligations de leurs insensés et impitoyables professeurs. Ne voyons-nous pas, participant à cet esprit, les malheureux bovins islandais astreints à se nourrir, l'hiver, de poissons, par défaut de fourrage, sans que cela nous autorise à les taxer d'ichtyophagie atavique et naturelle ?

Certes, nous ne contesterons pas qu'au cours de disettes de variétés alimentaires électives, « l'élite » du groupe simien ne se trouve parfois dans l'obligation d'y suppléer par l'adjonction, partielle ou totale, « d'ersatz » n'ayant rien de végétal. La chose est possible, vraisemblable même. Mais ce n'est là qu'un pis-aller qui ne leur est pas particulier. Des cas de cannibalisme, d'autophagie même, ont été signalés chez de nombreuses espèces normalement et irréductiblement herbivores. Combien de végétariens, conscients et impénitents, consentiraient à périr d'inanition devant une côtelette ? La faim, la soif, lorsqu'elles se manifestent impérieusement, ont généralement raison des plus nobles résolutions, des plus farouches hésitations. Les malheureux mineurs ensevelis dans la mine, aux sombres jours de la catastrophe de Courrières, en savent quelque chose. Privés d'aliments et de boisson depuis de nombreux jours, ils durent, malgré leur répugnance, boire leur propre urine pour lutter contre la soif.

Si tous les grands naturalistes ont placé au sommet de la hiérarchie frugivore les grandes espèces simiennes, c'est après s'être rigoureusement documentés. Soyons certains qu'ils ne nous ont pas trompés.

Evidemment, la minuscule ration de 50 grammes de viande par bloc de 24 heures et par individu, tolérée par les docteurs Durville, ne peut certainement peser d'un poids bien redoutable sur toutes les destinées. Cela fait un demi-kilo pour dix personnes. Mais combien, la gourmandise ai-

dant, outrepassent cette quantité ! Il est si facile de doubler, de tripler ce chiffre, sans que pour cela la conscience de l'opérateur en soit tourmentée ! Commettre contre sa santé une faute dont les répercussions seront peut-être incalculables pour l'auteur comme pour sa descendance éventuelle n'affecte pas le caractère d'un crime. C'est donc là que réside le danger : dans cette tentation permanente, génératrice de défaillances passagères, d'enlacements définitifs. Une drogue alimentaire ou autre, que l'on ne peut consommer qu'au compte-gouttes parce qu'elle offre des dangers, devrait être impitoyablement radiée de notre tableau culinaire. Il en est d'elle comme de l'explosif qui recèle en soi le malheur.

Si la viande est dangereuse déjà par les ptomaines, les leucomaines — poisons plus dangereux que l'aconit — dont elle est farcie, n'oublions pas que la désintégration définitive de ces éléments de constitution se résume par une abondante production d'urée et d'acide urique. Que celui qui en consomme assez abondamment sache que son sang charrie en permanence une somme d'urée beaucoup plus élevée que celle qui circule dans les veines du végétarien. Le rapport est de quarante contre vingt-cinq. Cette urée, flanquée de son sinistre acolyte, l'acide urique, ne manque pas, au cours de ses multiples randonnées vasculaires, de laisser, tels les Huns d'Attila, des traces indélébiles, bien que surnoisées, sur tout son passage.

Mais là ne s'arrêtent pas les méfaits de la nécrophagie. Aujourd'hui, nul n'ignore ou ne devrait ignorer les dangers que recèlent les putréfactions intestinales. La médecine chimique a essayé, vainement d'ailleurs, de lutter contre leurs manifestations par une aseptie appropriée. Or, la viande, en raison de sa constitution hyperazotée, compte parmi les facteurs les plus puissants de fermentations putrides. Il en résulte une formidable prolifération microbienne dont l'intestin est le siège.

En 1894, le 14 avril, deux savants biologistes, Gilbert et Dominici, présentèrent à la Société de Biologie un rapport convaincant. Ayant analysé le contenu du tube digestif d'un individu soumis à la diète végétarienne, ils trouvèrent 1.500 à 2.000 bactéries par milligramme de matière traitée. Ayant modifié son alimentation par l'adjonction d'une notable ration de viande et ayant renouvelé l'analyse du bol fécal, ils trouvèrent, cette fois, 65.000 bactéries pour la même quantité de matière élaborée.

D'ailleurs, des expériences hautement significatives, exécutées sur de malheureux chiens, ne laissent aucun doute sur l'extrême nocivité de la viande. Celle de la fistule d'Eck, par exemple. Si nous supprimons, chez un spécimen de la race canine, la fonction du foie (2) par le raccordement de la veine porte à la veine sus-hépatique, et si nous l'alimentons de viande, nous permettons au sang de provenance intestinale de pénétrer dans le torrent circulatoire sanguin, chargé de toutes ses impuretés, de tous les poisons alimentaires. Le chien meurt promptement, après avoir présenté de terribles accidents épileptiformes. Nourri d'une pâtée lacto-végétarienne, il survit sans pré-

senter aucun symptôme morbide, et cela malgré la suppression de la fonction hépatique.

Pauvre en sels minéraux, en vitamines, dépourvue d'hydrates de carbone, hyperazotée et ultra-toxique, ruineuse plus encore pour la santé que pour la bourse, la viande, aliment anachronique et barbare, ne devrait plus figurer sur la table de l'homme qui se croit civilisé...

Jules MÉLINE.

(1) Voir *Naturisme* du 27 avril.

(2) Il est entendu que la fonction du foie subsistant chez le chien, qui est carnivore, cet organe est constitué chez lui pour neutraliser tous les effets toxiques complexes inhérents au régime carné.

LE CINÉMA

Quelques films

Les films se succèdent sur les écrans ; bons ou mauvais, médiocres ou passables, ils témoignent de l'activité des producteurs. Rome de Néron, Paris de 1900, Etats-Unis, Marseille se bousculent et nous donnent une idée de l'éclectisme qui préside au choix des scénarios.

Le plus mauvais du lot est incontestablement le *Signe de la Croix*. Le parlant nous avait débarrassé de ces films à grand spectacle dont le moins qu'on puisse dire est qu'ils sont de mauvais goût. *Ben-Hur*, l'archétype de ces réalisations, dont on passe actuellement une version sonorisée, comportait au moins deux attractions sensationnelles : la course de chars et les galères. Dans le *Signe de la Croix*, M. Cecil B. de Mille nous inflige le spectacle complet des jeux du cirque, et ce n'est point réjouissant. Un seul acteur se dégage de la distribution : Charles Laughton, qui a composé un Néron de grande allure. Tous les autres interprètes sont déplacés. La petite histoire qui sert de thème à ce déploiement de forces est parfaitement stupide.

Nous préférons les Américains dans les bandes du genre de *Pancrace*, qui fait les beaux jours du Cinéma Falguière. Le scénario est d'une charmante naïveté, mais de nombreuses scènes sont amusantes, et on peut prendre au sérieux les combats où s'affrontent les héros du film. Les lecteurs de *Naturisme* pourront constater, après Péladan (nous pensons à un « Crible » récent du docteur Gaston Durville), qu'il convient d'être gras pour pratiquer le vrai pancrace.

Pour son inauguration, le Marignan donne *La Dame de chez Maxim's*. Style métro, fiacres, robes à froufrous font revivre une époque qui semble bien étrange. L'ensemble est assez drôle, pas aussi drôle que nous l'espérons ; la faute en incombe à Mlle Florelle. Alerme, Lefaur, Palau sont excellents.

Le Loup Garou n'est pas très loin de la perfection ; l'anecdote est attachante, la mise en scène, due à Friedrich Feher, vraiment intéressante. Malheureusement, et nous tenons cette information de la bouche du réalisateur, des nécessités commerciales ont fait tourner à Marseille ce film dont l'action aurait dû se dérouler à Hambourg. Si bien que l'ensemble manque d'harmonie, car l'atmosphère de la bande est spécifiquement allemande. Malgré ce défaut, *Le Loup Garou* est un film à recommander.

Jean FAUREZ.

AU DEBUT DE LA SAISON DES BAINS, apprenez à nager, ou perfectionnez-vous. La brasse est l'école primaire de la natation : initiation indispensable. Le manuel *Nager... ou Patauger ?* du docteur Didier, vous enseigne un style efficace, maître de soi, résistant, en même temps qu'esthétique.

Aux Editions de l'Institut Naturiste d'Alger : 22 francs, au compte chèques postaux 50-34, Alger.

REVUE DES LIVRES

CORBEILLE DE ROSES par François Oudot (1).

Roses d'ivoire, roses pourpres, roses rustiques, églantines, roses d'or. Voici les roses dont François Oudot compose sa corbeille, et qu'il effeuille entre ses doigts émus. De bons vers émis par un véritable poète, un technicien impeccable. Les nombreuses pièces de ce recueil sont infiniment agréables à lire. Voici une partie de la poésie *Vivre* :

*Vivre, ouvrir sa fenêtre au soleil qui se lève,
Tendre vers lui deux bras avides de sa sève,
Un sein qui s'enfle pour l'aspirer
Un front brûlant d'espoir, d'où s'élance, sans trêve,
Une âme pour l'implorer !
Ne restez pas murés, ne changez pas en baigne
Le plus vaste logis. Allez par la campagne
Cueillir l'air, l'azur et le soleil ;
Respirez en marchant, c'est à ce jeu qu'on gagne
Du muscle et du sang vermeil.
Pour asservir le jour, faites des murs de verre !
Démolissez le bouge, édifiez la serre
Où la plante humaine fleurira ;
Où, remède infailible, entrera la lumière,
O soleil qui guérira !*

A. HEYD.

(1) François Oudot : *Corbeille de roses*. — Eugène Figuière, éditeur.

AU CLUB DU FAUBOURG

Jeudi 4 mai, salle des Sociétés Savantes, à 20 h. 30, l'ancien ministre Nogaro, député, professeur à la Faculté de Droit, sur *La Situation Financière*. Le député Henri Clerc sur *Où va la France* ? M. Maurice Privat sur *L'Argent français et les loteries étrangères*. Et les « signes extérieurs » du train de vie. — Samedi 6, au Crystal-Palace, 9, rue de la Fidélité, à 14 heures, la charmante femme de lettres Marthe Ginouse sur *Les Lèvres Chaudes. Peut-on aimer et être infidèle* ? La belle artiste Maria Axarina, la cantatrice Emilienne Robin, la chanteuse marseillaise Micaëlli, la petite vedette Jackie Riva dans *Les Auditions Discutées*. L'auteur dramatique Ivan Noë sur *L'Epicurien des Rêves*.

CONTRE LE TAUDIS

Le taudis tue en moyenne 200.000 Français par an. Il détruit la vie de famille, multiplie la mortalité infantile. Il est la source des tares physiques et morales les plus redoutables. Il est le générateur de la tuberculose qui frappe toutes les classes de la Société. Il doit disparaître.

La Ligue Nationale contre le Taudis, dont la présidente-fondatrice est Mme Georges Leygues, mène une action méthodique en vue d'atteindre ce but.

La Ligue mène sa campagne par des conférences, des tracts, des bulletins périodiques, des affiches, des publications diverses, des réunions et des fêtes, par T. S. F., par le cinéma et la presse qui lui prête le plus large concours. Elle a recruté des milliers d'adhérents. Les élèves de nos établissements scolaires, de nos écoles, de nos lycées et collèges, figurent en nombre très élevé sur ses contrôles.

Le Gouvernement et les Administrations Publiques secondent ses efforts et lui prêtent un concours financier et moral particulièrement précieux.

L'élite de la Colonie étrangère lui donne, en toutes occasions, les marques de sympathie la plus active.

Dès sa création, la LIGUE a institué une Section Populaire pour aider les familles des taudis à acquérir des terrains, à achever de payer ceux dont elle était menacée d'être expropriée, à entreprendre ou à terminer la construction de maisons individuelles présentant les conditions d'hygiène et de salubrité suffisantes.

Une section d'Assistance Sociale et de Retour à la Terre pourvoit aux misères les plus pressantes des victimes des taudis. Elle s'efforce d'assainir leur logement dans toute la mesure du possible, leur distribue des secours alimentaires, des secours de loyers, particulièrement nécessaires en cette période de chômage, envoie les enfants des taudis à la campagne soit en Colonies de vacances, soit pour un séjour plus prolongé, préparant ainsi le retour à la terre par l'apprentissage du travail agricole.

La Cité-Jardin d'Orly, la plus importante création de la LIGUE, comprend, dès à présent, deux groupes de pavillons individuels avec jardins.

Des Maisons collectives, à petits logements, pour jeunes ménages, doivent être prochainement édifiées. L'ensemble du terrain, qui est d'une contenance de 11.000 mètres, et dont le prix d'acquisition a atteint près de 2 millions de francs, permettra la construction

d'une vaste Cité abritant 400 familles sauvées des taudis de la région parisienne.

Dans la Cité fonctionne une Maison Sociale où les habitants peuvent recevoir à tout moment les conseils d'une infirmière, où ils bénéficient de consultations médicales régulières, d'une garderie d'enfants, ainsi que d'une installation de bains-douches.

Pour mener à bonne fin une tâche encore importante, d'autant plus urgente en ce moment qu'elle peut assurer du travail à de nombreux ouvriers, il faut à la Ligue Nationale contre le Taudis de l'argent, beaucoup d'argent pour continuer son œuvre, supprimer des Taudis et sauver des vies humaines.

Naturistes, vous qui vivez dans des maisons salubres et attrayantes, vous qui connaissez tout le prix d'une existence saine, pensez à ceux qui languissent dans des taudis malsains, sans air et sans lumière. Aidez à les sauver, dans la mesure de vos moyens.



Maintien-gorge des Élégantes
Breveté, déposé DEPUIS 1950

CE MAINTIEN-GORGE A ÉTÉ CON-
CU POUR LES SPORTIVES. REN-
FORÇANT LA FIBRE MUSCULAI-
RE, NE SE DÉPLAÇANT PAS,
MAJOIE LAISSE LA LIBERTÉ DES
MOUVEMENTS ET LEUR GRACE
ALTIÈRE. ET C'EST POURQUOI
NOUS LE PRÉCONISONS POUR
LES FERVENTES DE LA BELLE
VIE EN PLEIN AIR

Demandez notice explicative NAT
MAJOIE. 94, rue la Fayette. PARIS 10^e

PETITES ANNONCES

Les « Petites Annonces » sont reçues à la direction de Naturisme, 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16^e), et à l'Imprimerie, 24, rue d'Alleray, Paris (15^e). Elles sont rigoureusement payables d'avance.

La ligne d'environ 50 lettres, signes ou espaces : 5 fr.

Pour les annonces domiciliées au bureau de la revue, une somme de 2 francs sera perçue, en plus du prix de l'insertion, pour frais de bureau.

Toute « Petite Annonce » doit parvenir à l'Imprimerie de « Naturisme », accompagnée de son montant, au plus tard le jeudi précédant l'insertion, à 10 heures.

PENSIONS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

FAMILLE naturiste reçoit hôtes payants. Chambre dernier confort, plein centre, proximité mer, distractions, soleil, culture physique, soins, régime savoureux. Inam, 2 ter, rue Spitalieri, Nice (Alpes-Maritimes).

L'ERMITAGE HÉLIOS, le Mûrier, par Grenoble (Isère).

VENTES ■ ■ ■ ■ ■

A VENDRE, canoë Chauvière, 5 m., bon état. Patoux, téléphone : Trinité 48-03 ou 48-04, le matin.

A VENDRE dans Jura, plaine, maison 4 pièces, dépendances et 6.000 m² terrain attenant, le tout clôturé et indép. : 50.000 fr. à débat. Roy, notaire, Poligny (Jura).

A VENDRE, Ile du Levant, très beau ter. de 1.000 m., belle vue, abri du mistral, à proximité de la source. S'adr : M. Charnay, 44, rue Cronstadt, Vichy (Allier).

OFFRES D'EMPLOIS ■ ■ ■ ■ ■

JEUNE FEMME cherche bonne naturiste pour petit pavillon banlieue. Ecrire à Naturisme, n° 958.

CAMARADE homme ou femme, âge indifférent, mais énergique et de santé parfaite, est demandé dans ferme avicole complet, isolée au cœur de la forêt de pins, rég. Arcachon, au pair ou rétrib. Louvet, Lugos (Gironde).

Famille naturiste, 3 enf., dem. pers. sér., végét., vie de famille, et 150 fr. p. débiter. Grelin, Nyons (Drôme).

DEMANDES D'EMPLOIS ■ ■ ■ ■ ■

FEMME VÉGÉTARIENNE, 32 ans, avec j. enfant, connaiss. cuisine végét., demande emploi établ. natur. ou domest. maison particulière. Ecr. Naturisme, n° 959.

JEUNE HOMME, 24 ans, dés. empl. trav. agric. au pair. Ecrire : Lagi, 95, rue de Montreuil, Paris (11^e).

COUTURIÈRE demande journées bourgeoises, 20 fr., repas midi. Lenel, 30, rue Saint-Antoine, Paris (4^e).

ETABLISSEMENTS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

STADE NATURISTE SPORTIF de Soisy-s.-Montmorency, sous le patronage des Drs Durville. Grand parc ombragé, 65.000 m² de terrain de jeux. Cult. phys., bains de soleil, jeux, sport. Entrée : joueurs, 5 fr., visiteurs, 2 fr. S'adr. : 29, r. de Pontoise, Montmorency, tél. 116

MARIAGES ■ ■ ■ ■ ■

Monsieur, 41 ans, célib., natur., brun, dés. conn. comp. assez grande, robuste, en vue mariage. Natur., n° 961.

ALIMENTATION NATURISTE ■ ■ ■ ■ ■

Si vous goûtez

LES OLIVES NOIRES DE NYONS

vous n'en voudrez plus d'autres. Pour vous permettre de les apprécier, demandez une corbeille de 3 ou 5 kg. fco cont. 29 ou 39 fr. Mand. ou chèq. n° 421-02 Lyon, André Grelin, Nyons (Drôme). Ce prix excep. ne sera maint. que jusqu'au 20 mai ; ensuite : 35 et 45 fr. Huile d'oliv. mûres de Nyons, chlorophyllienne et viv., qual. sup. : 5 lit. : 46 fr. ; 10 lit. : 89 fr. (indiq. si l'on veut fruitée ou non). Abricots, prunes et poires au natur., en boîte de 5 kg. : 26 fr. Exp. imméd., agents sér. demand.

Les Oliveraies du Val-d'Or, Salon-de-Provence

ne vendent que de l'HUILE D'OLIVE
jus naturel du fruit, source de vitamines.
Huile d'olive nature, le postal de 5 litres : 52 fr.
Le postal de 10 litres : 94 fr. Amandes de Provence : 55 fr. les 5 kg. Olives (noires ou vertes) : 65 fr. les 5 kg. Paiement chèque ou mandat.
Chèques postaux : Marseille 40-14.

LOCATIONS ■ ■ ■ ■ ■

VERNEUIL-SUR-SEINE, quart. gare, 2 p. cuis., jard. bien ensol. P. renseign. compl., écr. Naturisme, n° 960.

DIVERS ■ ■ ■ ■ ■

RESTAURANT VÉGÉTARIEN, 1.100 rec. moy. journ., cause surmen., cherche assoc., apport 70.000, si poss. métier. Ecr. : Broizat, 50 r. Gay-Lussac, p. rend-v.

DAME demande à partager sa tente à Villennes, face grand stade. Ecrire à Naturisme, n° 957.

CHAUSSETTES, mi-bas, socquettes, coton perlé Alsace, articles hyg. et inusables, recom. p. ts. les sports. Fabriq. p. fam. natur. Dem. prix et échant. gratuits. Sahler, 16, faubourg de Lyon, Belfort.

NATURISTES, FAITES SOIGNER VOS DENTS chez MM. Valenty et Broutin, chirurg.-dent. D.F.M.P., 210, bd Raspail, Paris (de 14 h. à 19 h.). Appareils modernes, bridges, etc. Remise 20 % aux Naturistes.

JEUNE FILLE, 24 ans, cherche amie pour aller à Villennes le dim. A. Bergeron, 11, r. Communes, Paris (3^e).

NATURISTES ! La S.A. « Les Stocks », 54, rue Cambonne, Paris (15^e), env. des articles en exclusivité à des prix uniques. Jugez : Lit amér., robuste, conf., avec matelas laine, adulte : 119 fr., enfant : 99 fr. — Sac couchage pur fil, 20 fr. — Couverture « Armée » 2 m. 50x2 m., 29 fr. — Drap pur lin brut, inusable, 3 m. x 2 m., 39 fr. — Essuie-mains pur fil « Armée », tr. grands, la dz., 35 fr. — Sac à dos grand tourisme, enfant : 19 fr., adulte, renforcé : 39 fr. — 10 m. toile avion anglaise 80 cm., 79 fr. — 10 m. toile tente « Armée » kaki 92 cm., 69 fr. — Bâche « Armée », vert foncé, 4 m. x 3 m., 99 fr. — Espadrilles renforcées main, 10 fr. — Bottes caoutc. U.S. genoux, 49 fr. — Cuissardes, 99 fr. — 10 m. verre souple t. clair 80 cm., 29 fr. — Pompe de tranchée gros débit, 65 fr. — Cordage 4 m. 50 avec épissure, les dix 25 fr. — Expédition ctre rmbt, frais en plus. Franco pour commande acquittée au-dessus de 150 francs. — Demandez catalogue et 5 chapeaux imperméables contre 5 fr. en timbres. (Dix années de références.)

Mme TALENCE, voy. chirom., tarots, astrologie, tte loy. guid. en affect., santé, ts l.j., sf dim., de 2 à 6, p. corr., 9, r.-v. Odéon 83-44. 17, pl. Dauphine, Paris. Pt-Neuf.

LES ALIMENTS DES DOCTEURS
G. ET A. DURVILLE

LE PAIN O. J.
ÉVITE
LA CONSTIPATION

LE PAIN O. J.
FORTIFIE
SANS POUSSER A L'EMBOPOINT

Ets BASOR, 6, rue de Choiseul, Châlons-sur-Marne
ACHETEZ DES PRODUITS DE MARQUE

A LA FABRIQUE

11, rue de la Cerisaie, Paris (Bastille)

COMPLETS
SUR MESURES

en draperie pure
laine, 2 essayages

275 FR.

ET

375 FR.

Spécialité de pantalons
naturistes sans
ceinture ni bretelles

Chez le naturiste DEPREZ,
« A la Fabrique »

11, rue de la Cerisaie, 11
Paris (Bastille).

Téléph. : Archives 16-66



ÊTES-VOUS MALADE ?

Avez-vous eu des insuccès qui vous ont découragé et pris tout espoir de guérison ? En ce cas, adressez-vous à nous et vous recevrez gratuitement une brochure (contenant nombreuses attestations des guéris et du Corps Médical, éminents Professeurs et Docteurs) qui vous indiquera un nouveau chemin vers la santé moyennant un remède naturel. Efficace même dans les cas soi-disants désespérés. La lecture de notre brochure vaut mieux que tous les éloges.

Etablissements LUVOS, 1, rue des Jacinthes
Strasbourg (Bas-Rhin). Tél. 76-09. C.C. 139-37.

Grand Concours
du « Plus bel enfant
naturiste »

BON N° 6

à découper et à nous retourner avec
le bulletin de réponse qui paraîtra
dans « Naturisme » à la fin de la
publication des cinquante photographies d'enfants.

LES ÉDITIONS DE « NATURISME »

La Cure Naturiste, 2 vol. à 30 francs chaque.
Quatrième édition. Soixantième mille.

Pour entretenir sa vigueur et se guérir sans médicaments. Le Tome 1 étudie la Cure alimentaire, la Cure d'air, la Cure de soleil. Le Tome 2 étudie la Cure d'eau, la Cure de mouvement, la Cure morale. Deux forts volumes de 360 pages chacun, sous belle couverture en couleurs.

La Cuisine Saine (Un seul volume. Prix : 30 francs).

Deuxième édition. Vingtième mille.

Ce qu'il faut manger pour conserver sa santé et pour se guérir. Cet important ouvrage de plus de 400 pages étudie les potages, les hors-d'œuvre, les pâtes, les légumes, les viandes, les œufs, les laitages, les sauces, les entremets, les pâtisseries et les fruits. Tout être soucieux de sa santé doit le posséder.

L'Art de vivre longtemps, 1 vol. à 12 fr.

Quatrième édition. Cinquantième mille.

Comment prolonger la vie par le naturisme. Ouvrage orné d'une belle couverture en trois couleurs.

La Cure Mentale.

Un fort volume de 260 pages, abondamment illustré de hors-texte. Prix : 30 francs.

Pour guérir les maladies sans médicaments, par l'emploi raisonné des forces naturelles qui sont en chacun de nous. Le traitement, par la volonté, de toutes les maladies physiques et mentales.

Port en sus : 10 0/0 (France) et 20 0/0 (Etranger)
En vente à « Naturisme » et dans toutes les librairies

madolin

ALIMENTS
NATURISTES

SPÉCIALITÉS
D'ALIMENTS VITAMINÉS

NOTICES ET CATALOGUES
SUR DEMANDE

LIVRAISONS DOMICILE
ET EXPÉDITIONS PROVINCE

MAGASIN DE VENTE
ET BUREAU DE COMMANDES :

172, RUE MARCADET, 172
TÉL. : MARCADET 70-84 & 85

DÉPÔTS A PARIS :

3, RUE DES PETITES-ÉCURIES
ET DANS LES SUCCURSALES

SCAPINI :

45, RUE DE RIVOLI ;
41, RUE DE RENNES ;
32, BOULEVARD DE STRASBOURG ;
160 BIS, RUE DU TEMPLE ;
16, RUE HALEVY ;
78, RUE LAFAYETTE ;
35, RUE MARBEUF ;
6, AVENUE DES TERNES ;
101, RUE DE COURCELLES ;
55, RUE NOTRE-DAME-DE-LORETTE ;
93, AVENUE DU ROULE, A NEUILLY.

ET DANS TOUTES
LES BONNES MAISONS
DE PRODUITS DE RÉGIME
ET D'ALIMENTATION

CHEZ 42, rue Etienne-Marcel
Paris (2^e Arr.).
Téléph. : Louvre 14-19

ALLEN

Fabricant d'articles pour tous Sports

vous trouverez aux
meilleures condi-
tions tous les équi-
pements spéciaux
pour la pratique du
Naturisme :

SLIPS, SOUTIEN-
GORGE
MAILLOTS
SURVÊTEMENTS
et les nouvelles
SANDALES CUIR
semelles renforcées
Prix spéciaux
aux Naturistes

A HÉLIOPOLIS

QUELQUES AFFAIRES EXCEPTIONNELLES A RÉALISER

1^o BEL IMMEUBLE A VENDRE

Pour cause d'installation prochaine de l'épicerie au Restaurant de « La Pomme d'Adam », le bel immeuble anciennement affecté à l'épicerie est à vendre à usage de villa. Vue superbe sur la pleine mer. Beau terrain de 830 mètres carrés. Quatre pièces.

Le tout : 39.500 francs.

2^o IMMEUBLE COMPORTANT HUIT PIÈCES, A LOUER AVEC TERRAIN DEFRIÇHE ATTE- NANT DE UN HECTARE SOUS BARRAGE PARTIELLEMENT CLOS

Cette propriété convient parfaitement à une exploitation agricole et notamment pour une culture de primeurs.

Conditions sur demande.

S'adresser au Docteur André Durville : du 2 au 14 juin, à l'Île du Levant (Fort Napoleon). En mai, à l'imprimerie de « Naturisme », 24, rue d'Alleray, Paris (15^e), de 10 heures à midi.

Bulletin d'abonnement à

NATURISME

A adresser 15 bis, rue Cimarosa, Paris (16^e)
(Compte de chèques postaux : Paris 236-69)

Abonnez-moi pour un an, six mois, trois mois (1)

à partir du premier numéro du mois de _____

Nom : _____

Adresse : _____

— Je vous adresse le montant ci-joint ou par chèque postal.

— Je vous prie de faire encaisser chez moi le montant de l'abonnement (1).

	France	Etranger
Trois mois ...	15 fr.	20 fr.
Six mois ...	28 fr.	36 fr.
Un an ...	50 fr.	65 fr.

(Pour les recouvrements à domicile, une somme de 3 francs sera perçue en plus pour les frais.)

LES ABONNEMENTS PARTENT OBLIGATOIREMENT DU PREMIER NUMÉRO D'UN MOIS, AU CHOIX

(1) Rayer les mentions inutiles.

LES ALIMENTS DES NATURISTES DES DOCTEURS G. & A. DURVILLE

	DANS-NOS MAISONS DE VENTE	FRANCO DOMICILE
Farine Maltée de Céréales, BLÉ, AVOINE, SEIGLE, ORGE, RIZ (la boîte)	7 fr.	7 fr. 50
Sémoules Maltées de Céréales, BLÉ, AVOINE, SEIGLE, ORGE, RIZ (la boîte)	7 fr.	7 fr. 50
Les 6 boîtes assorties ou non		37 fr. 80
Pain Complet O. J., pur froment traité à la meule	1 fr. 80	
Le pain, adressé franco domicile au prix de		2 fr. 50
— — par abonnement		2 fr. 30
— — par colis de 13 pains groupés		2 fr.
Sel Marin Total, pour la cuisine, le kilo	10 fr.	
Sel Marin Total, pour la table, les 500 grammes	7 fr.	7 fr. 50
Le colis de 2 kilos de gros sel et de 0 kg. 500 de sel fin est adressé fco domicile au prix de ..		30 fr.
Pain d'Épice, pur miel, le pavé de 450 gr. (spécialement recommandé aux naturistes pour leur repas du matin)	5 fr. 85	
Franco domicile (le pavé) au prix de		7 fr.
Miel Fin de Champagne (le sucre vivant des naturistes), le pot de 500 grammes	9 fr.	
Miel Fin de Champagne (le sucre vivant des naturistes), le pot d'un kilo	17 fr.	
Expédié franco domicile en seaux de fer (poids brut) : par 3 ou 5 kilos, le kilo		14 fr.
— — — — — par 10, 15, 20 kilos, le kilo		12 fr.
Pâtes : macaroni, vermicelle, nouilles, coquillettes, les 500 grammes	4 fr. 50	
Expédiées franco domicile par colis assortis ou non de 4 kg. 500, le colis		45 fr.
Biscottes, les 500 grammes	7 fr.	
Les 4 paquets de 500 grammes en un colis		30 fr.
Les 20 paquets de 500 grammes en un colis		120 fr.
Farine Complète de Froment, les 500 grammes	1 fr. 75	
Farine de Seigle, les 500 grammes	1 fr. 75	
Blé Choisi pour les Naturistes, les 500 grammes	1 fr. 75	
Blé Malté (germé), les 500 grammes	1 fr. 75	
Orge Maltée, les 500 grammes	1 fr. 75	
Farine de Malt, les 250 grammes	1 fr. 75	
Riz Supérieur Mat, non glacé, les 500 grammes	1 fr. 75	
Farine de Riz, les 250 grammes	1 fr. 75	
Flocons d'Avoine, les 500 grammes	3 fr. 50	

Pour toute commande atteignant 50 francs, en un seul envoi, ces produits vous seront adressés franco de port et d'emballage, sans aucune majoration sur les prix pratiqués dans nos maisons de vente.

TOUS LES PRODUITS ALIMENTAIRES BASOR
se trouvent à la Grande Pharmacie BAILLY, 15, rue de Rome (près de la Gare St-Lazare)
où les clients ainsi que les pharmaciens à qui on en aurait fait la demande peuvent se les procurer.

Etablissements **BASOR**, 6, rue de Choiseul, Châlons-sur-Marne.

K A R L A
SUSCHITZKY

STUDIO LAMBALLE
SOUS LE PATRONAGE DES D^{rs} G. ET A. DURVILLE
25, AVENUE DE LAMBALLE, PARIS (16^e)
TÉLÉPHONE : JASMIN 36-90

LA GRACE, LA BEAUTÉ
LA SOUPLESSE

PAR

LA GYMNASTIQUE
RYTHMIQUE

COURS POUR ADULTES : DE 11 H. A MIDI,
DE 6 H. A 7 H., DE 7 H. A 8 H. ; COURS
SUPPLÉMENTAIRE : DE 8 H. A 9 H. ; COURS
POUR ENFANTS TOUS LES JEUDIS

« NATURISME » VOUS INTERESSE ?...

ABONNEZ-VOUS

Un an : 50 fr.

Six mois : 28 fr.

Imprimerie de Naturismo, 24, rue d'Alleray, Paris (15^e).

Gratuitement
Essayez
Ce Stylo
KAOLO

Un stylo extraordinaire... Sa plume en Kaolithe est plus douce qu'une plume en or. C'est le seul stylo au monde qui PERMET 3 et 4 COPIES avec CARBONE. Donc, en écrivant avec Kaolo, vous obtenez automatiquement des doubles de tous vos lettres et documents importants. Élegant et luxueux, Kaolo est adopté par tous les hommes d'affaires, représentants, comptables, employés, etc.

30 F

Pour faire connaître cette belle invention, Kaolo est envoyé **GRATUITEMENT 8 jours à l'essai**. N'envoyez pas l'argent, mais découpez et envoyez - nous le bon ci-dessous.

Paiement après satisfaction
Sinon, retournez-le à nos frais

BON à nous faire parvenir pour recevoir gratuitement, à l'essai, un stylo **KAOLO** à plume rentrante ou remplissage automat. (rayer la mention inutile).

KAOLO, 43, rue de Tournai, LILLE (Nord)

DETAILLANTES DEMANDES

FAITES DE LA PUBLICITÉ DANS NATURISME

QUELLE QUE SOIT VOTRE MALADIE
LA MEDECINE NATURISTE
PEUT QUELQUE CHOSE POUR VOUS

PRENEZ RENDEZ-VOUS A L'

INSTITUT NATURISTE
DES DOCTEURS GASTON ET ANDRÉ DURVILLE

15 bis, rue Cimara, PARIS (16^e)
(Métro : Boissière — Tél. : Passy 77-95)

ON CONSTITUERA VOTRE DOSSIER MÉDICAL
ON ÉTABLIRA VOTRE RÉGIME
ON VOUS TRAITERA SANS MÉDICAMENTS

Tous les jours non fériés
Consultations de 14 à 17 heures
Traitement de 10 à 12 heures
et de 14 à 19 heures

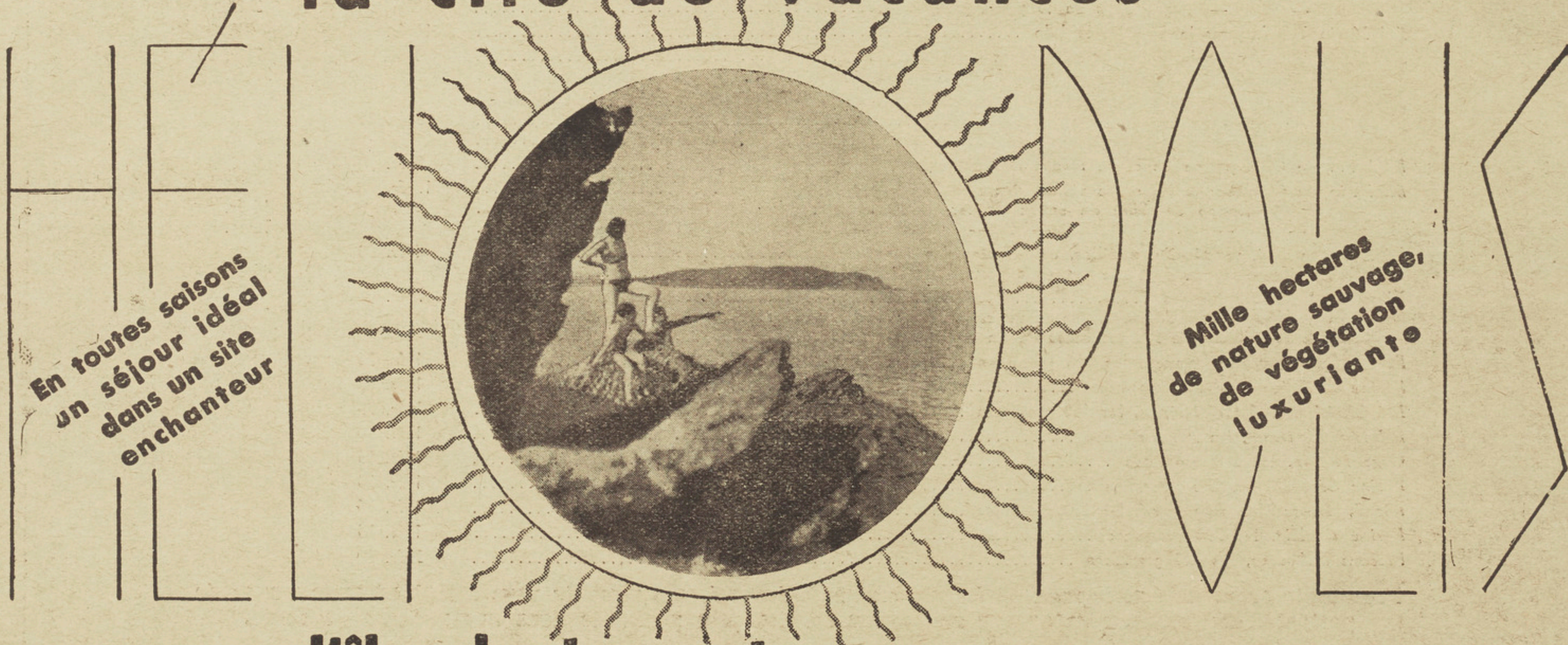
SERVICE ULTRA-MODERNE
DE RADIOGRAPHIE
ET DE RADIOSCOPIE
De 10 à 12 heures
et de 14 à 19 heures

Le Gérant : Auguste CHAUVETON.

LA CRISE MONDIALE ET L'INSTABILITÉ DES CAPITAUX L'EXIGENT
FAITES UN PLACEMENT-OR

EN ACHETANT VOTRE TERRAIN
EN CONSTRUISANT VOTRE MAISON
DANS L'ENTREPRISE DE GRANDE ENVERGURE DES D^{RS} G. & A. DURVILLE

la cité de vacances



l'île du Levant par Le Lavandou (Var)

LA PREMIERE AGGLOMERATION NATURISTE DU MONDE ENTIER

A HÉLIOPOLIS, L'ILE EMBAUMÉE. OU SOURIT UN ÉTERNEL PRINTEMPS. VOUS RÉALISEREZ VOTRE IDÉAL DE VIE SAIN ET VOUS DÉCUPLEREZ VOTRE CAPITAL DE SANTÉ

Fruit d'un effort persévérant de vingt-quatre mois, la première agglomération naturiste du monde est sortie de terre à l'île du Levant. Au coquet village de l'Ayguade, une cinquantaine d'adeptes, parmi les trois cents propriétaires du lotissement, ont déjà fait construire leurs maisons. Un quartier commerçant s'est créé, comportant déjà une boulangerie, un restaurant, une cantine, une épicerie, une librairie-bazar ; un cordonnier, un coiffeur s'installent et ouvriront leur commerce dès la prochaine saison. Une école naturiste est ouverte. Un bureau de poste est en cours d'installation. Des kilomètres de routes ont été percés dans le maquis. Des puits ont été forés. On électrifie déjà la partie haute du village. Bientôt, de grands travaux d'adduction d'eau seront entrepris.

**Organisez-vous
pour passer
vos vacances**

à
**L'ILE DU
LEVANT**

■ ■ ■

Pour toutes locations : tentes, bungalows, villas, etc., s'adresser à l'Agence des Arbousiers, Ile du Levant (Var).

Pour tout ce qui concerne l'île du Levant (sauf les locations), s'adresser au Docteur André Durville : En mai, à Paris, Imprimerie de « Naturisme », 24, rue d'Alleray, Paris (15^e), de 10 heures à midi. Du 2 au 14 juin, à l'île du Levant (Fort Napoléon).

Venez vous installer définitivement ou simplement passer vos vacances à l'île du Soleil.

Hâtez-vous d'acquérir une des dernières parcelles de terrain disponibles à proximité du centre commerçant.

Faites construire votre maison pour passer vos vacances dans le tableau grandiose des îles d'Or.

■

Villas, bungalows, tentes à louer.

■

Pour renseignements complémentaires, consulter dans le numéro de Naturisme du 13 avril 1933 la « page-réclame des commerçants d'HÉLIOPOLIS ».

Une notice détaillée sur HÉLIOPOLIS, les plans du lotissement et tous renseignements utiles sont adressés gratuitement sur demande