

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. 1936-03-15.

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.

NATURISME

LE GRAND MAGAZINE DE CULTURE HUMAINE

2 francs

13^e année - N° 369

15 MARS 1936

Dans ce numéro :

PROMENADE A TRAVERS
L'ILE DU LEVANT
Terre naturiste

Une des conditions fondamentales de la santé : L'INTÉGRITÉ ANATOMIQUE DU VENTRE

UN des facteurs fondamentaux de la santé, de la vigueur, de la longévité, c'est, pour l'homme comme pour la femme, l'intégrité anatomique du ventre.

Par intégrité anatomique du ventre nous entendons :

1° Un développement de la sangle abdominale conforme au seul format humain qui soit rationnel : le format athlétique ;

2° Un développement puissant des muscles involontaires du tube digestif (paroi de l'estomac, de l'intestin grêle, du côlon) ;

3° Un équilibre des organes abdominaux caractérisé par leur bon état anatomique et physiologique et la correction de leur position dans le ventre.

Sangle. — Le normal développement de la sangle abdominale ne peut se réaliser que si l'être travaille musculairement ; autrement dit tout paresseux du muscle est nécessairement en voie de dégénérescence.

Paroi de l'estomac et de l'intestin. — Contrairement à l'idée classique, qui veut que l'état de vigueur ou de faiblesse des muscles involontaires soit uniquement héréditaire et congénital et soit définitif, nous croyons pouvoir affirmer que, quoique né avec des muscles involontaires de mauvaise qualité, on peut les améliorer par la culture rationnelle du corps : tout travail volontaire rationnel de la paroi du ventre, et en général toute activité qui développe les muscles de tout le corps, a un retentissement bienfaisant sur les fibres involontaires des organes.

Inversement, la sédentarité, qui atrophie tous les muscles en général, et en particulier la paroi abdominale, atrophie aussi les muscles des organes qui sont dessous.

Autrement dit, chacun de nous a le ventre qu'il mérite.

Equilibre des organes abdominaux. — Le bon état anatomique des organes de l'abdomen (foie, estomac, intestin, rate, reins, vessie, utérus, ovaires, trompes, prostate) est commandé par la manière dont est appliquée l'hygiène générale du corps.

La ration alimentaire judicieusement établie, le choix convenable des aliments sont les premiers agents de la santé des organes du ventre et, par retentissement, de la santé générale.

L'alimentation mal comprise fausse d'abord les fonctions de l'estomac, de l'intestin, du foie.

Le foie — qui est le plus gros des viscères du corps — est aussi le plus important.

La sédentarité augmente la déchéance gastro-hépatointestinale d'origine alimentaire.

Pléthore et insuffisance hépatiques, troubles sécrétoires gastro-intestinaux, pancréatiques et autres nous apparaissent comme étant à la base de toutes les déchéances de la santé.

L'anatomie et la physiologie des organes fondamentaux de la digestion étant perturbées, le trouble s'étend : troubles du métabolisme basal, troubles du fonctionnement des glandes closes, trouble de l'équilibre chimique de nos humeurs, arthritisme, intoxication, anémies, phénomènes congestifs ; baisse des résistances à l'infection microbienne...

La position des organes dans le ventre a, enfin, avons-nous dit, une importance capitale dans l'entretien de la santé générale.

Un organe commande « l'équilibre de position » de tout le ventre : c'est l'estomac.

L'estomac humain est fait pour être placé très haut ; les rations alimentaires mal comprises et trop copieuses le dilatent et l'abaissent dès l'enfance ; l'intestin se laisse écraser sous l'estomac abaissé. La sédentarité aggrave encore les méfaits des rations trop fortes.

Dilatation et ptoses digestives ajoutent encore leurs méfaits — toxiques, mécaniques... — aux facteurs signalés déjà.

Toute déchéance abdominale a fatalement un retentissement, proche ou lointain, sur la santé.

Même des affections qui semblent n'avoir aucun rapport avec le ventre, comme par exemple les affections cutanées, les anémies, les troubles de circulation, de la respiration, du système osseux, nerveux, génital..., sont, soit directement, soit indirectement, causées ou aggravées par la déchéance du ventre, et s'améliorent toujours ou guérissent si l'on fait le nécessaire pour réparer celle-ci.

Toutes les invasions microbiennes, aiguës ou chroniques, locales ou générales, y compris la tuberculose et le cancer, sont, à notre avis, soit directement provoquées, soit aggravées dans leur évolution par la dégénérescence du ventre.

Pour ce qui concerne le cancer, s'il était établi qu'il n'est pas d'origine microbienne, qu'il est, par exemple, d'ori-

gine chimique, notre interprétation garderait sa valeur, car la dégénérescence chimique de nos humeurs ne peut être due qu'à une cause abdominale.

Nous pensons que la médecine classique actuelle a tort de se désintéresser du problème abdominal ; la pratique de la médecine naturiste nous a prouvé qu'il n'est pas une maladie qui ne bénéficie d'une meilleure gérance du ventre.

On a tort de ne pas se soucier du tube digestif : premier apparu de tous nos appareils chez l'embryon, il reste pendant toute la vie la clé de voûte de la santé.

Nous avons dit il y a vingt ans : « Tout cancéreux a d'abord été un digestif. »

Et nous n'avons jamais vu un seul cas de tuberculose pulmonaire où soit absente la tare abdominale.

La radiographie — que nous faisons systématiquement de tous les abdomens — nous montre chez les tuberculeux soit un foie pléthorisé, soit de la dilatation gastrique, soit de la ptose gastrique ou intestinale, et, habituellement, on trouve le tout en même temps. La congestion du foie chez les tuberculeux n'est pas une conséquence, elle est une cause.

Nous disons souvent que « la tuberculose pénètre par le ventre ». Et nous ne voulons pas dire par là que le bacille de Koch pénètre en nous par l'estomac ou par l'intestin (ce que d'autres ont dit avant nous), mais que la baisse des résistances nécessaire au développement du microbe a une origine digestive.

La tuberculose existe chez les athlètes ; c'est entendu, mais elle n'existe chez ceux d'entre eux qui, par leur mauvaise compréhension du problème de l'hygiène, par le forçage — qui est le contraire de l'entraînement — et par l'erreur alimentaire (alcoolisme, carnivorisme...), ont amoindri les organes abdominaux.

L'athlétisme nouveau que nous préconisons est étroitement associé à l'hygiène générale, spécialement à l'hygiène alimentaire.

Quelle que soit la médication dont on puisse s'abreuver, on amoindrit son capital vital, si on laisse s'endommager le ventre.

Par contre, et si déchu qu'on puisse être, on gagnera toujours en santé, en longévité, en beauté si l'on s'efforce d'entretenir le ventre conformément au modèle athlétique, ou de l'y ramener, et si l'on ajoute à l'hygiène mécanique un complément d'hygiène générale et spécialement alimentaire.

D^r Gaston DURVILLE.

La bioluminescence paranormale

COMME nous l'avons vu (1), certains phénomènes lumineux d'allure paranormale ont été mal interprétés, et nous pourrions allonger leur liste ! De plus, et ceci est grave, les phénomènes frauduleux ne font pas défaut dans cette catégorie de faits.

« Pour produire les points lumineux qui apparaissent dans les séances spirites, le médium, écrit Dicksonn, enduit ses doigts d'une substance phosphorescente à base de sulfure de calcium, et, dès que l'obscurité est faite, ouvre et ferme la main, la déplace, etc. ; des points lumineux semblent se former, se mouvoir, disparaître. »

Le pseudo-médium Erto procédait d'une autre manière. En frottant avec la pointe d'une plume d'acier un morceau de ferrocérium dissimulé sous l'un des ongles de sa main, il obtenait des décharges lumineuses d'aspect varié. Le docteur Geley mit fin à son imposture.

D'après Dicksonn, les apparitions lumineuses seraient toujours truquées.

« Pour les obtenir, le médium, dit-il, dissimule dans sa bouche un petit tube auquel est fixé un ballon de caoutchouc enduit d'une matière phosphorescente. Sur ce ballon, une tête a été peinte. Lorsque le médium amène le tube entre ses lèvres et souffle, le ballon sort de sa cachette et se gonfle. On voit la matérialisation. En aspirant, le ballon se dégonfle ; l'apparition se dématérialise. »

« Le médium peut aussi appliquer sur sa figure un masque de caoutchouc et s'éclairer avec une lampe phosphorescente ou avec des écrans lumineux mis à sa disposition. Dans ce cas, le médium fait le fantôme. »

Tous ces trucs ont pu être employés par les pseudo-médiums, mais nous pensons qu'il faut être bien naïf et crédule pour les accepter comme des manifestations authentiques. Certains expérimentateurs, il est vrai, semblent perdre tout sens critique en face d'un phénomène paranormal ou présumé tel. Cependant, il faut reconnaître que les métapsychistes ont vite fait, en général, de découvrir les fraudeurs. Pour s'en convaincre, il suffit de consulter la « Revue Métapsychique » de ces dernières années ; de nombreuses séances de démasquage y sont relatées.

Qu'il y ait donc, en métapsychique objective, des phénomènes lumineux falsifiés, c'est malheureusement certain. N'empêche qu'il en est d'authentiques, et nous pensons que les généralisations de Dicksonn et de Paul Heuzé sont pour le moins abusives.

En expérimentant, il y a quelques années, avec un jeune homme ignorant tout du médiumisme, nous avons vu se former, en demi-lumière, dans notre ambiance immédiate, une sorte de fumée grisâtre, mobile et légèrement lumineuse par elle-même. Le phénomène dura quelques minutes, puis disparut graduellement.

Nous sommes persuadés de sa réalité métapsychique, le contrôle ayant été parfait (nous étions seuls avec le médium et l'éclairage était satisfaisant).

Avec le célèbre médium Rudi Schneider, le docteur Osty, directeur de l'Institut mé-

tapsychique, observa un phénomène analogue.

« En cette séance (15 octobre 1930), écrit le docteur Osty, l'éclairage par lumière rouge est assez fort pour que chacun distingue la silhouette du sujet (accentuée par ses rubans lumineux au col, aux avant-bras et aux jambes) et des assistants... A 15 heures, Rudi Schneider est assis, dos tourné aux rideaux, captif de ses contrôleurs et surveillé par tous... A 15 h. 25, les bords verticaux lumineux des deux rideaux entrent en mouvements légers et presque aussitôt le rideau de droite, côté sujet, se gonfle dans sa moitié inférieure comme s'il était poussé de l'intérieur par un corps arrondi... Trente secondes environ après, le docteur Osty et les deux contrôleurs, bien placés pour voir l'espace entre les rideaux et la table, voient sortir de dessous le rideau de droite, donc venant d'une direction opposée au sujet, un brouillard épais, grisâtre, nappe d'au moins 0 m. 30 de large, qui s'avance sans hâte vers le bord supérieur de la table, laquelle, dès qu'il l'a atteinte, se met à glisser de plus de 0 m. 20 dans la direction des assistants.

« Le docteur Osty, penché sur le phénomène, a pu observer nettement son évolution ; il a constaté ceci de particulier que, dès que la table eut achevé son déplacement, la masse brumeuse est instantanément devenue invisible. »

Ces phénomènes constituent en quelque sorte des manifestations lumineuses mineures. Il en est de plus éclatantes, par exemple celles produites par le médium polonais Franck Kluski, qui fut étudié à l'Institut métapsychique par le regretté docteur Geley.

« On voyait, pendant les séances, écrit le docteur Geley (texte résumé et remanié), des vapeurs légèrement phosphorescentes, une sorte de brouillard flotter autour du médium, surtout au-dessus de sa tête. En même temps apparaissaient des lueurs, semblant des foyers de condensation. Ces lueurs étaient généralement nombreuses, ténues et éphémères, mais parfois elles étaient plus grosses, plus durables. Elles représentaient alors les premiers stades d'une matérialisation, et aboutissaient à l'organisation de formes humaines caractéristiques. »

C'est ce qui se produisit en particulier pendant la remarquable séance du 20 novembre 1920 :

Le médium est assis en dehors du cabinet noir, le docteur Geley lui tient la main gauche et le comte Potocki, la main droite. Des lueurs phosphorescentes apparaissent au-dessus et à côté du médium.

« Je sens des atouchements, écrit le comte Potocki, et je sens qu'il y a quelqu'un entre moi et Franck. A ma gauche, les voiles du cabinet noir commencent à remuer et à se gonfler comme si un vent les poussait... Une main de femme se pose doucement sur mon front, tapote mon visage, me caresse... Ensuite une boule lumineuse se forme devant mon visage ; cette boule s'éloigne puis se rapproche tout près de moi, et je perçois, à mon grand étonnement, les traits parfaitement reconnaissables de ma sœur, qui me sourit comme de son vivant. Le haut de la tête est entouré de voiles nuageux. L'apparition dure seulement quelques secondes. J'ai le temps de crier : « C'est elle ! », puis tout disparaît. »

Des phénomènes analogues aux précédents furent obtenus en 1926, par le docteur Osty, à l'Institut métapsychique également. Le médium expérimenté était Gusik, de nationalité polonaise comme Kluski.

Dans les premières séances, les manifestations médiumniques furent si remarquables que ce caractère suffirait, croyons-nous, à assurer leur authenticité si quelque doute pouvait s'élever sur l'efficacité du contrôle consistant à tenir les mains du médium et à bloquer ses jambes par contacts de genoux.

Etant donné, en effet, la qualité des phénomènes en question, aucune comparaison n'est à faire entre eux et ceux produits par un prestidigitateur opérant librement sur une scène. Les baudruches de Dicksonn ne sont que la caricature de ces manifestations majeures. Dans les séances de Gusik, des luminosités multiples, des bruits de pas, des atouchements se produisirent simultanément. En même temps sortaient de l'ombre des lèvres lumineuses et des visages phosphorescents. Ces formations humanoïdes chuchotaient des mots parfois compris par les assistants. Il est regrettable que l'I.M.I. n'autorise pas la reproduction d'extraits des comptes rendus des séances, l'impression de vérité qui s'en dégage ne pouvant être rendue par la simple énumération que nous venons de donner.

Kluski et Gusik ne sont évidemment pas les seuls médiums générateurs de phénomènes lumineux. La plupart des sujets métapsychiques à effets physiques en produisent également ; mais, pour éviter des répétitions, nous nous en tiendrons à ces deux médiums, d'autant plus qu'ils furent étudiés à l'Institut métapsychique dans d'excellentes conditions de contrôle par des savants éminents (docteur Geley et docteur Osty), rompus de longue date à la technique du médiumisme.

Nous signalerons seulement, en dernier lieu, le cas de la femme lumineuse de Pirano, dont la presse italienne s'est occupée il y a quelques mois.

Cette femme, Anne Monato, âgée de quarante-deux ans, ayant besoin de repos, était entrée à l'hôpital de Pirano.

Une nuit, la religieuse garde-malade fut surprise de voir jaillir d'Anne Monato un rayon lumineux assez intense pour l'éclairer. Elle en parla au docteur Sambo qui constata le fait. Dès ce moment, de nombreuses précautions furent prises pour déjouer toute supercherie possible. Beaucoup de médecins et de savants s'intéressèrent au phénomène ; le professeur A. Bertagnoni, de Milan, fit tout exprès le voyage de Pirano et constata lui aussi l'émission lumineuse. Marconi, l'illustre technicien de la T. S. F., en sa qualité de président du Conseil de Recherches Scientifiques, demanda au professeur Vitali de se rendre sans retard à Pirano.

Après avoir examiné la femme, le professeur Vitali attendit le phénomène. Il se produisit bientôt et se renouvela à intervalles inégaux. Un rapport fut rédigé, dont voici l'essentiel : « Mme Anne Monato n'est pas un médium professionnel, ni une simulatrice ; lorsqu'elle dort, de temps en temps, un faisceau de lumière aveuglante se détache de sa poitrine, du côté du cœur, en illuminant, pendant quelques secondes, sa figure plongée dans l'obscurité. »

(Lire la suite en page 12.)

(1) Voir *Naturisme* du 1^{er} mars.



↑
Au bord de la route en
corniche conduisant du
Château à l'ancien vil-
lage de l'Avis.
(Photo Colin.)

↓
Les agaves des en-
vironnements du Château.



PROMENADE A TRAVERS L'ILE DU LEVANT

Terre naturiste

S I l'Île du Levant, la plus orientale des Îles d'Or, est toujours belle, si cette longue bande de terre, où fut créé le premier village naturiste du monde, constitue en toutes saisons le lieu idéal pour la pratique des cures de soleil, d'air, d'eau et de mouvement, c'est incontestablement en avril, mai et juin que son charme est le plus prenant.

Sous l'influence d'un climat quasi africain, la végétation, précoce, est alors en plein épanouissement ; la floraison unanime enchante la vue, et les parfums délicats qui s'en dégagent embaument l'atmosphère.

En vérité, le naturiste désireux de passer, dès le printemps, quelques jours en pleine nature, peut-il rêver séjour plus agréable ? Certainement non.

C'est pourquoi, précédant l'annuelle affluence des grandes vacances, les amateurs de vie saine se rendent de plus en plus nombreux, à Pâques et à la Pentecôte, à l'Île du Levant.

Cependant, il nous est apparu utile de faire, pour ceux qui ne la connaissent pas encore ou ne la connaissent qu'imparfaite-



↑
Voici, devant trois agaves aux
longues hampes florales situés
près de l'ancien village de
l'Avis, le maître-baigneur
Héry et sa fille Janine, qui
s'est amusée à se costumer en
Tahitienne.

ment, une description de l'île du Levant considérée au point de vue touristique et naturaliste.

On sait que cette île, longue de 10 kilomètres, s'étend en Méditerranée, à 15 kilomètres de la côte, non loin d'Hyères (Var), en face de la coquette station du Lavandou.

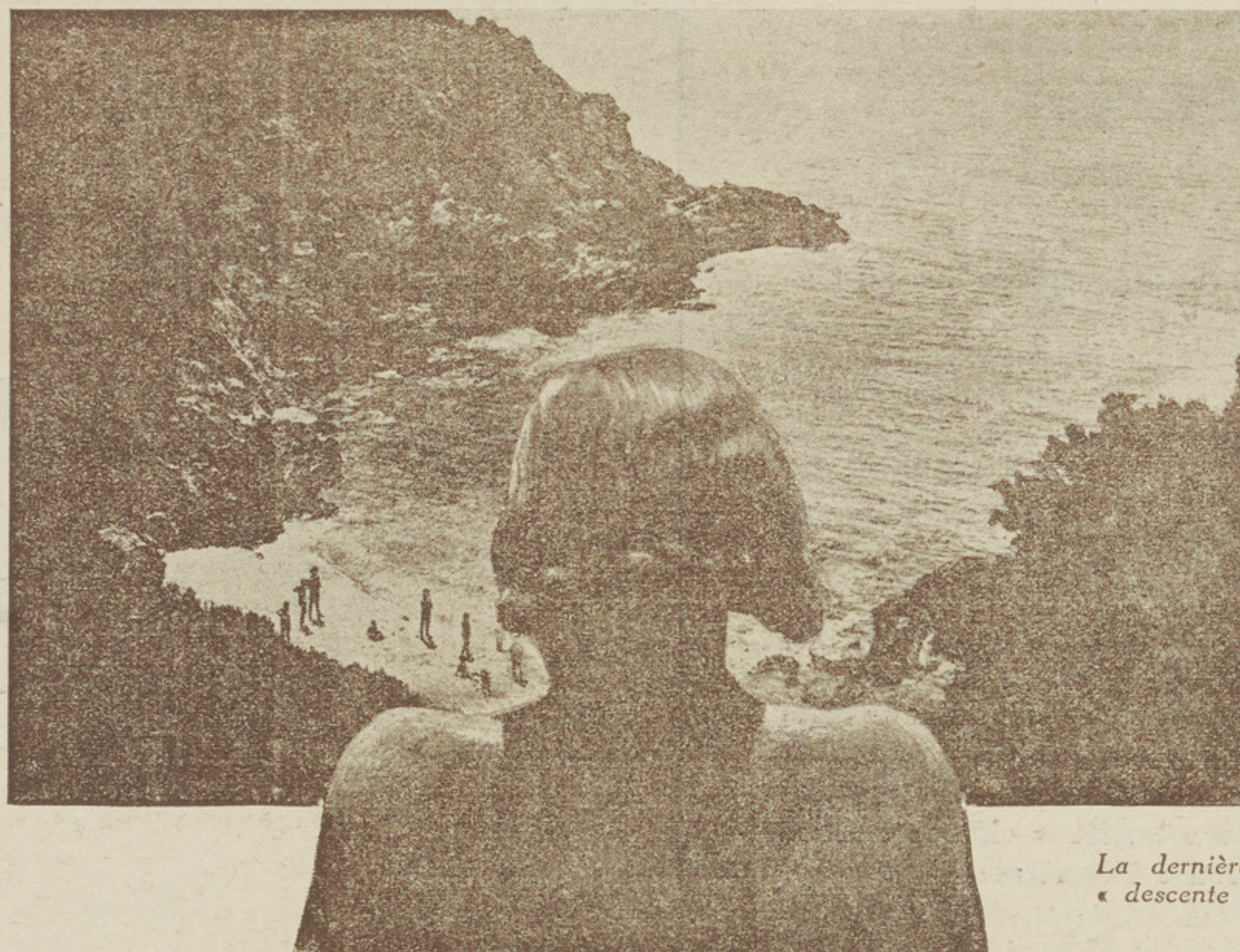
Elle est constituée par une succession de collines, dont la plus haute a son sommet à 140 mètres au-dessus du niveau de la mer.

Les sites pittoresques et sauvages y abondent : falaises chaotiques, calanques frangées d'écume, petites plages, collines, sous-bois, etc. Nous disons bien : sous-bois, car, contrairement à l'opinion de quelques personnes — qui d'ailleurs n'ont jamais vu l'île qu'en imagination — il y a des arbres à l'île du Levant ! Il n'est même certainement pas exagéré de dire qu'il y en a beaucoup...

Ajoutons que le climat de l'île est meilleur encore que celui de la côte.

Prenons maintenant, puisque ce cas est le plus fréquent, l'exemple de naturalistes logeant au Village de l'Aiguade ou Cité d'« Héliopolis ». Partant de ce point, quelles promenades, quelles excursions pourront-ils faire, où iront-ils se baigner ?

Nous allons nous efforcer de répondre à ces questions, en recommandant au lecteur de s'aider de la carte ci-après, dressée par M. Chaudière, géomètre de l'île du Levant,



← Au détour d'un chemin, on surplombe tout à coup la calanque de Rioufrède, et ce beau panorama s'offre à la vue.

La dernière partie de la « descente à Rioufrède ».
↓ (Ph. Colin.)

et sur laquelle tous les chemins sont figurés (des pancartes sont disposées, dans l'île, aux principaux croisements).

■ ■ ■

Quand le citadin surmené arrive à l'île du Levant, ayant passé parfois de longues heures en chemin de fer ou en voiture, le calme impressionnant de l'île le surprend tout d'abord ; il a la sensation très nette d'avoir échappé à une sorte d'enfer et de découvrir un monde inconnu.

Ce soir-là, sous la voûte céleste constellée d'étoiles, il fait le tour de son nouveau domaine, s'arrête un instant, et, contemplant le doux clair de lune dont les reflets scintillent sur la mer, il se sent gagné par la sérénité de l'heure ; ses nerfs s'apaisent comme par l'effet d'une baguette magique, comme la flamme de la bougie meurt sous l'éteignoir. Un immense bien-être l'envahit...

Un ou deux jours se passent, pendant lesquels il ne songe, souvent, qu'à se reposer au soleil. Mais, aussi surmené soit-on, les forces reviennent rapidement, à l'île du Levant. Bientôt le nouvel insulaire veut connaître tous les sites de cette terre que, déjà, il aime tant...

LIRE A LA PAGE SUIVANTE :

QUELQUES EXEMPLES DE PROMENADES A PIED



↑ Les falaises des Pierres-de-Fer sont formées de roches curieusement découpées. (Ph. P. Louis.)

Dans l'anse des Grottes, sur la côte sud-ouest de l'île. (Photo Colin.)
↓



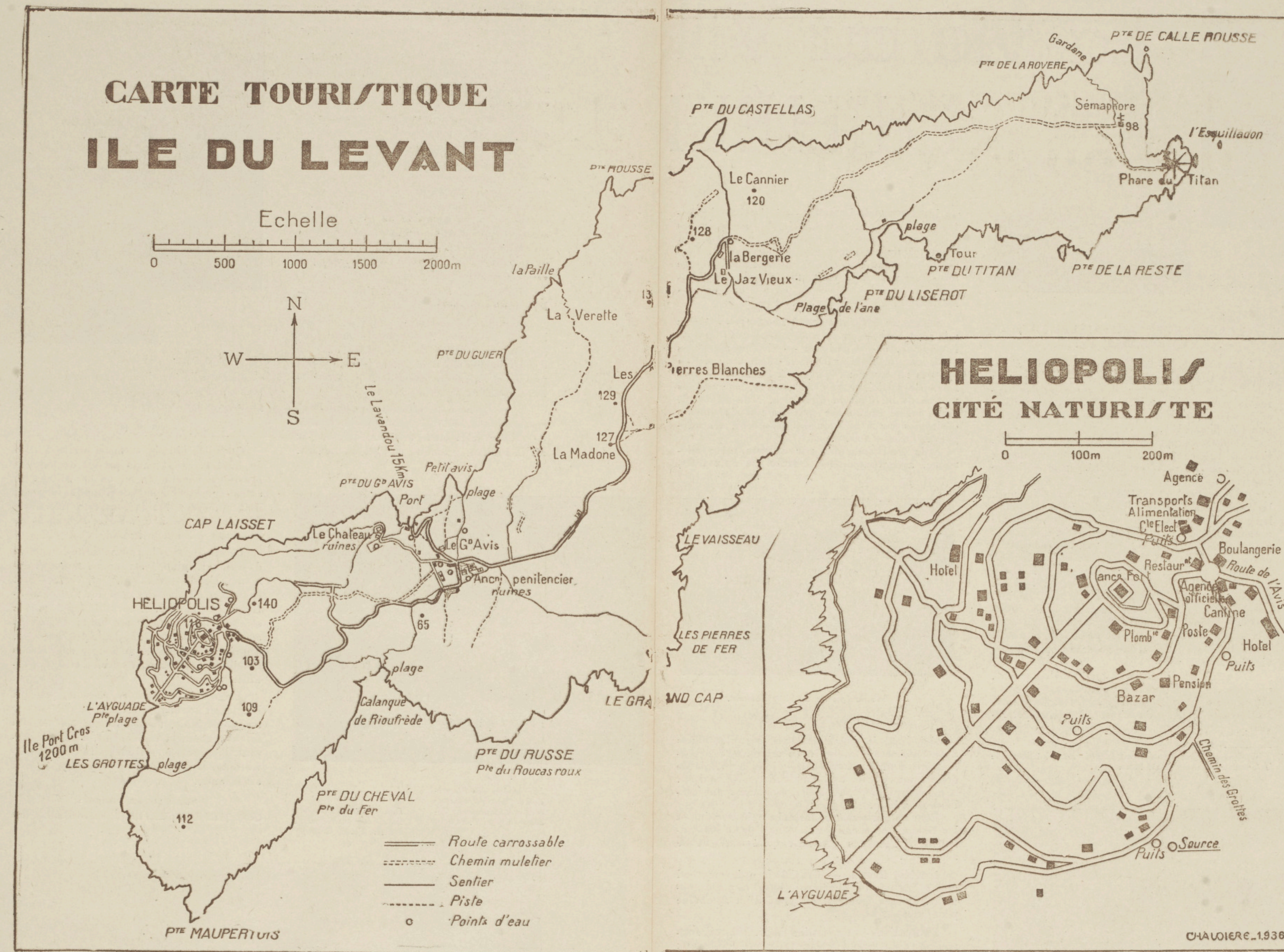
Quelques exemples de promenades à pied

Les environs du Château. — Par un sentier traversant d'aimables sous-bois (en simple trait plein sur la carte, partant à côté de la cote 140), puis ménageant de belles perspectives sur la mer étonnamment bleue et sur la côte des Maures, on descend, finalement, vers le château édifié jadis par le comte de Pourtalès et maintenant en ruines. Le château est entouré d'une profusion de plantes exotiques : palmiers, agaves, figuiers de Barbarie, mimosas, grenadiers, lauriers-roses, eucalyptus. Au delà, une belle route en corniche, bordée de pins, conduit à l'ancien village de l'Avis. — Promenade agréable et reposante. Bons chemins. Aller et retour : environ 4 kilomètres.

L'ancien village de l'Avis. — On peut s'y rendre par trois chemins : la route carrossable (en double trait plein sur la carte), le sentier qui forme le raccourci de cette route (en double pointillé, partant en face de la cote 103), et, enfin, le chemin du château indiqué ci-dessus. Par la route ou le raccourci, on traverse, en fin de parcours, des pinèdes parfumées et toutes bruisantes de cigales. L'ancien village de l'Avis, situé sur une sorte de plateau au centre de l'île, comprend, outre les ruines de l'importante colonie pénitentiaire établie, au siècle dernier, par M. de Pourtalès, une maison toute blanche affectée autrefois au logement du gardien de l'île et devenue, depuis, la « Mairie ». Dans les environs, on remarque des lauriers-roses, des yuccas et des agaves aux longues hampes florales. — Bons chemins. Aller et retour : de 5 à 6 kilomètres, suivant l'itinéraire.

Le port du Grand-Avis. — On y descend soit du château, soit de l'ancien village de l'Avis. Dans le premier cas, on prend, au château, un sentier qui, s'achevant en rai-dillon, conduit à côté de la maison du passeur. Dans le second cas, une belle route ombragée par de grands arbres descend de l'ancien village au port; un raccourci permet d'éviter, si l'on veut, une boucle formée par cette route. C'est au port du Grand-Avis qu'accostent les bateaux amenant les voyageurs dans l'île ; si l'on attend des parents ou des amis, il est donc tout indiqué d'en faire le but d'une promenade. On peut aussi s'y rendre pour faire, à l'occasion, une petite « escapade alimentaire » sous la tonnelle du passeur Pégliasco, l'adjoint spécial de la commune d'Hyères à l'Île du Levant. Le port est encaissé entre de hautes collines couvertes d'arbres ; une petite plage de sable l'agrément. — Bons chemins. Aller et retour : de 6 à 7 kilomètres, suivant l'itinéraire.

La calanque de Rioufrède. — Cette si jolie calanque de Rioufrède, vous n'avez pas manqué de l'apercevoir de loin — et de haut — au détour de la route, dans une admirable échappée, tandis que Marcel Lassalle vous faisait monter vers Héliopolis, lors de votre arrivée sur l'île. Allez la voir de plus près : cela vaut la peine. Prenez, au rond-point du



Village de l'Aiguade, la route de l'Avis (en double trait plein sur la carte) ; au milieu d'un tournant, à l'ombre de hauts pins aux troncs tortus, un sentier, à droite, prend naissance. Engagez-vous dans ce sentier. Après quelques centaines de mètres en terrain presque plat, vous pénétrez dans un charmant sous-bois, et, soudain, le chemin s'incline ; il s'incline de plus en plus, parmi les bruyères et les arbousiers. Une roche à

contourner, une branche à écarter, un dernier détour, et vous découvrez le spectacle majestueux de Rioufrède. Il ne vous reste plus qu'à descendre, dans les rochers, jusqu'à la plage, là-bas, au fond. Cette « descente à Rioufrède » a été filmée maintes fois par des cinéastes amateurs ; c'est dire tout son attrait. Sur la plage, vous vous trouvez entre deux falaises dorées ; en face, la mer infinie, dont l'eau extraordinairement

pure invite à la baignade ; derrière vous, une toile de fond de verdure. Un naturiste, passionnément épris de ce lieu sauvage, n'a-t-il pas coutume de le désigner sous le nom de « théâtre de la nature » ? — Bons chemins pendant la première partie du parcours ; ensuite, un peu d'alpinisme ! Aller et retour : environ 3 kilomètres. — Un autre chemin, plus facile, mais d'où l'on ne jouit pas du panorama décrit plus haut, part également

de la route de l'Avis, non loin de l'ancien village (près de la cote 65 sur la carte).

Les Crottes. — Prendre, dans le chemin du Vallon de l'Aiguade (chemin de l'Agence Officielle et de la Cantine), le sentier qui débute un peu au-dessus de la source ; la carte de la Cité naturiste mentionne son point de départ. On atteint une crête, puis

on commence à descendre dans une petite vallée, en longeant le lit d'un ruisseau desséché en été ; on gravit, à gauche, un mamelon, et, ce mamelon franchi, on débouche sur l'anse des Grottes. Elle est annoncée d'assez loin par un pin magnifique ; sa plage est bordée de curieuses couches de grès calcaire, présentant plusieurs cavités qui ont fait donner le nom de « Passe des Grottes » au bras de mer séparant l'Île du Levant de Port-Cros. De ce point, en face duquel s'ouvre la profonde baie de Port-Man, on jouit d'une superbe vue sur l'île montagneuse de Port-Cros, couverte de forêts. Un autre itinéraire permet de parvenir aux Grottes : on descend d'abord jusqu'à la petite crique de l'Aiguade, soit par la Perspective (ligne droite, en double trait plein, sur la carte), soit par le chemin du Vallon de l'Aiguade. Ensuite, on longe la mer, à gauche, dans les rochers. Dans le premier cas, assez bons chemins, quelques roches à franchir, quelques branchages à écarter. Dans le second cas, bons chemins jusqu'à l'Aiguade ; escalades ensuite. Aller et retour : environ 3 kilomètres.

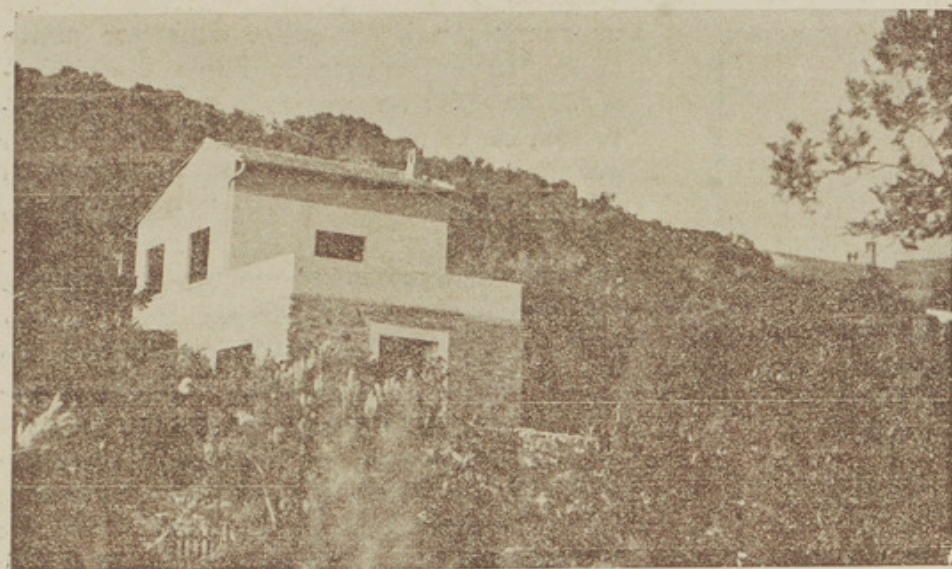
Les Pierres-de-Fer. — Aller jusqu'à l'ancien village de l'Avis ; un peu après les ruines du Pénitencier, on trouve, à droite, un sentier (en simple trait plein sur la carte). Ce sentier, après avoir traversé des terrains autrefois cultivés, où des ceps de vigne apparaissent encore çà et là, parmi les cistes, franchit la porte du mur d'enceinte des anciens jardins et débouche, finalement, sur un étrange plateau aride. Se rapprochant de la mer, on a, sur la droite, la masse foncée du Grand Cap, et, sur la gauche, des milliers d'aiguilles rocheuses d'un aspect fantastique. C'est un des sites les plus curieux de l'île. « Sur une vaste étendue se déploient des couches de micascistes, chatoyants au soleil, dans lesquels sont empâtés des quantités de grenats et de tourmalines noires. Ces micascistes sont coupés de veines de quartz laiteux, qui ont résisté aux influences dissolvantes de l'air marin et présentent des saillies plus ou moins épaisses, alors que la masse des roches se trouve profondément excavée et couronnée d'une multitude de découpures et d'arêtes brillantes figurant les silhouettes les plus bizarres. » (1). De la partie nord de ces roches, on découvre toute la côte est de l'Île du Levant, jusqu'à son extrémité, que domine le sémaphore. — Promenade aisée et plaisante. Bons chemins. Parcours relativement plat de l'Avis aux Pierres-de-Fer. Aller et retour : environ 9 kilomètres.

Après avoir décrit, aujourd'hui, certaines des promenades les plus courtes et les plus faciles de l'Île du Levant — nous avons volontairement passé sous silence des sites comme l'Aiguade, les « Pierres Plates », etc., sites non moins agréables, mais dont la visite, en raison de leur proximité immédiate, ne constitue pas à proprement parler une promenade pour un habitant du Village de l'Aiguade — nous étudierons, dans le prochain numéro de « Naturisme », des itinéraires qui donnent lieu, pour la plupart, à de véritables excursions.

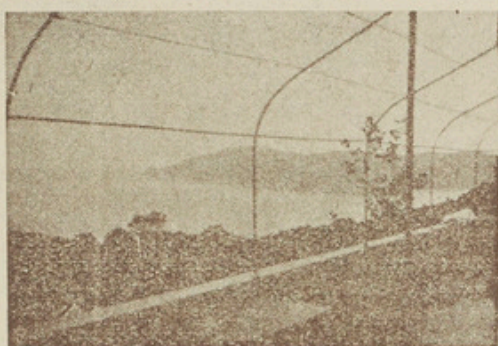
(A suivre.)

Pierre AUDEBERT.

(1) Ces précisions géologiques sont extraites du remarquable ouvrage de M. Emile Jahandiez : *Les Îles d'Hyères* (Toulon, Rébula et Rouard, éditeurs).



← Le nouveau bureau de poste du Village de l'Aiguade, à l'île du Levant.



La terrasse du Bazar. — Au fond : Port-Cros. →

UNE constatation s'impose à l'esprit de tout naturiste impartial qui, depuis cinq ans, rend visite à l'île du Levant : à chacun de ses voyages, non seulement il remarque que le Village de l'Aiguade s'est agrandi, que de nouvelles constructions sont sorties de terre, mais aussi que l'organisation du Centre naturiste s'est perfectionnée.

Cela, il faut le dire et le répéter, parce que c'est l'expression même de la vérité. Trop d'inexactitudes ont été répandues, à ce sujet, par des gens intéressés ou inconscients.

Songeons à ceci : en 1931, sur la partie sud-ouest de l'île, que dominaient, seules, les ruines du vieux fort Napoléon, le maquis régnait en maître ; on y parvenait par un étroit sentier souvent impraticable. Au milieu de cette nature sauvage, rien.

En 1936, un réseau de chemins sillonne la colline où s'étagent, face au soleil, les 120 constructions du village ; une route conduit au port...

Et songeons aussi que tout cela a été fait dans une île située à 15 kilomètres de la côte, où la plupart des matériaux durent être amenés par bateaux !

Mais notre intention n'est pas de rappeler les difficultés sans nombre qu'il a fallu vaincre pour mener à bien une telle réalisation.

Mieux que de longs commentaires, un examen objectif montrera qu'à l'heure actuelle, et grâce aux efforts acharnés de ses pionniers — que nous tenons à remercier ici — Héliopolis est une cité vivante et prospère, que son organisation, basée sur une expérience de plusieurs années, s'adapte chaque jour davantage aux exigences de sa destination, et, enfin, que le visiteur est assuré d'y trouver, en même temps qu'un accueil sympathique, tout ce dont il peut avoir besoin, dans les limites d'un confort rustique.

TRANSPORTS, RAVITAILLEMENT, COMMERCES, etc.

La traversée. — Au Lavandou — port d'embarquement pour l'île du Levant — on trouvera tous les renseignements utiles, au sujet des heures de traversée, chez M. Arnal, 11, quai des Pêcheurs (téléphone 57), ou encore à l'Agence Lugon (téléphone 10).

Le concessionnaire officiel des transports maritimes de l'île continuant à faire totalement défaut (1), un service privé est assuré par le capitaine Pegliasco.

Pendant l'été, et sauf le cas de mauvaise mer, la traversée a lieu tous les jours ; exceptionnellement, pendant les périodes de morte-saison, elle a lieu les mardis, jeudis et samedis. Le départ est, en principe, fixé à 15 heures, après l'arrivée des auto-cars venant de Marseille et de Toulon. La traversée dure, en moyenne, de 1 heure à 1 h. 30, sauf le cas de ravitaillement du phare et du sémaphore, qui a lieu deux fois par semaine. Ces jours-là, le crochet vers la pointe orientale de l'île, excursion charmante par beau temps, augmente la durée de la traversée de 30 à 45 minutes.

Le bateau « Saint-Hilaire » sera remis en service à Pâques.

D'autre part, il paraîtrait que, prochainement, une vedette appartenant à un autre service privé effectuerait quotidiennement le trajet Cavalaire, Le Lavandou, L'île du Levant, Port-Cros et retour.

(1) Un procès est actuellement engagé contre lui devant le Tribunal de Commerce de Paris.

Les transports Lassalle. — A l'arrivée des bateaux au port du Grand-Avis, le transport des voyageurs et des bagages jusqu'au village est assuré, à un tarif très raisonnable, par M. Lassalle, qui vient d'adopter une troisième voiture au « taxi » et à la camionnette qu'il possédait déjà. M. Lassalle se charge, par ailleurs, de tous les travaux de transport dans l'île.

L'Agence Officielle des Arbousiers. — Ayant mis pied à terre sur le rond-point du Village de l'Aiguade, on se dirigera — si l'on n'est pas soi-même propriétaire d'une habitation ou si l'on n'a pas retenu son logement à l'avance — vers l'Agence Officielle des Arbousiers, à quelques mètres de là, dont la directrice, Mlle Pestiaux, est à même de donner tous les renseignements désirables sur la location des chambres, des bungalows et des villas.

Mlle Pestiaux, qui, par ailleurs, gère elle-même, avec compétence, l'Hôtel de l'île d'Or,



La nouvelle épicerie de Mme Bouhout.

situé à l'entrée du village, ne se contente pas d'accueillir les visiteurs avec urbanité, elle possède aussi un goût très sûr qui lui a permis de donner un charme tout particulier à sa maison. Ainsi, dès l'abord, se trouve-t-on dans une ambiance cordiale.

Pour ce qui concerne les achats de terrains et les travaux de construction dans l'île, c'est également à l'Agence Officielle qu'il convient de s'adresser.

L'Hôtel Bascle. — Cet hôtel, qui comprend une quinzaine de chambres, ouvrira prochainement. De ses fenêtres, on jouit d'un splendide panorama sur les îles.

La Cantine. — La cantine de M. Mancel, augmentée d'un grand préau pour permettre aux clients d'avoir de la fraîcheur aux heures chaudes, sera, cette année, gérée par une nouvelle famille qui, en apportant tous ses soins à la préparation de mets sains et bon marché, s'efforcera de satisfaire sa nombreuse et fidèle clientèle.

Le Restaurant. — On nous dit que le restaurant du Rond-Point a changé de direction. Si la nouvelle est exacte, les naturistes pourront franchir à nouveau la porte de cet établissement, puisqu'ils auront l'espoir d'y trouver — enfin ! — la tranquillité nécessaire à toute bonne digestion.

La cuisine, affirme-t-on d'autre part, sera faite suivant les principes naturistes, et on pourra

même obtenir, sans grande dépense supplémentaire, des repas frugaliers. Il sera en outre consenti, pour les séjours d'une certaine durée, des prix spéciaux qui permettront aux estivants de s'affranchir des obligations culinaires.

La Librairie-Papeterie-Bazar. — Le Bazar, qui reste la propriété de M. Druart, son fondateur et l'un des pionniers de l'île du Levant, a été pris en gérance par son cousin, M. A. Reymond.

Ce dernier a accompli un effort dont tous les naturistes passant leurs vacances sur l'île seront les bénéficiaires, dans le sens d'une diminution sensible des prix, qui sont dès à présent, sinon plus bas, du moins sensiblement les mêmes que sur la côte.

Le magasin est coquet, le nombre des articles qu'on est susceptible d'y trouver est plus grand que par le passé, et l'organisation nouvelle permettra de donner toute satisfaction aux personnes qui feront confiance à M. Reymond.

La vue, de la terrasse, est toujours aussi reposante et grandiose à la fois. Mais de jolis guéridons et de confortables fauteuils d'osier, à l'ombre des « canisses », permettront, après les ébats sur les bords de la Grande Bleue, un repos réparateur en dégustant un thé, une infusion ou un incomparable sirop de myrtes glacé.

Il y aura également, à ce tea-room en plein air, des spécialités-maison, comme le pain complet, le miel du Poitou, la gelée d'arboises. Les gourmets y seront rois, mais on ne mettra à leur disposition que des produits vraiment naturistes !

La Bibliothèque s'est enrichie de plus de 150 volumes divers, dont beaucoup de romans et de livres historiques, complétant la série un peu austère de classiques qui en formait le fond.

Enfin, les travaux de photographie, tout en bénéficiant de prix en baisse, seront exécutés avec un soin irréprochable, dans un laboratoire réinstallé avec eau courante et matériel moderne.

L'Épicerie de Mme Bouhout. — Mme Bouhout, qui tenait déjà une petite épicerie au port du Grand-Avis, vient d'installer un deuxième magasin au Village de l'Aiguade. Ce magasin ouvrira à Pâques. On pourra s'y procurer, de même que dans l'épicerie du port, des produits d'alimentation de première qualité, et, notamment, tous les produits naturistes.

La Pension pour enfants. — Cet établissement, propriété de Mme Tayot, ouvrira prochainement.

M. Parsonneau, fermier, artisan-sandalier et « logeur ». — Dans sa vaste propriété du « Val des Moines », M. P. Parsonneau mène à bien plusieurs réalisations. Non seulement il contribue à l'approvisionnement de l'île en légumes, fruits, œufs, lait de chèvre, miel et autres produits, mais encore cet homme actif est devenu l'« artisan-sandalier » d'Héliopolis. Nous avons déjà entretenu nos lecteurs de sa création, la sandale « La Levantine », si appréciée des naturistes. M. Parsonneau fabrique chaque jour des dizaines de paires de « Levantines ».

Mais ce n'est pas tout : M. Parsonneau continue, comme par le passé, à réserver plusieurs bungalows à la location. Mieux : il affiche, pour la saison 1936, des prix nettement en baisse.

Enfin, le même M. Parsonneau se propose d'installer en son domaine un camp avec « popote » à 12 francs par jour, qui ouvrira l'île aux personnes de bourse modeste.

Un des pionniers du Centre naturiste d'Héliopolis : M. Mancel. → (Photo Pierre Audebert.)

Trois autres animateurs de l'île du Levant. — De gauche à droite : M. et Mme Theillet, M. Lassalle. (Photo Paul Louis.)



Le Plombier-Couvreur. — Savez-vous ce qu'est un vrai artisan ? Essayez donc, propriétaires de bungalows ou de villas, de confier un travail à M. Mangin, le plombier-couvreur de l'île du Levant. Vous remarquerez une conscience professionnelle parfaite, soulignée encore par les prix modiques qui vous seront demandés.

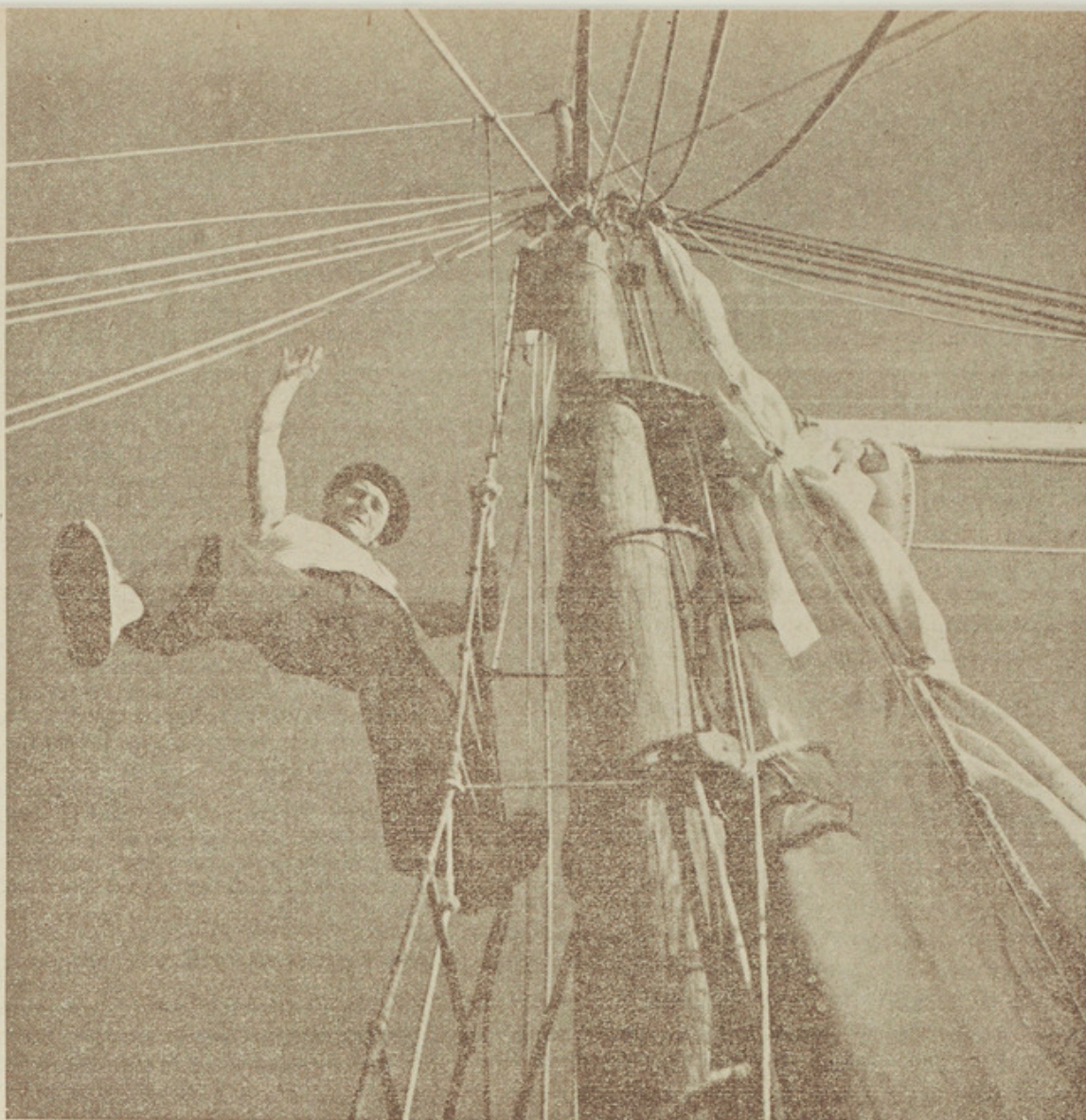
M. Mangin se charge de tous les travaux concernant ses spécialités, depuis la couverture jusqu'au chauffage central, en passant par les adductions d'eau et la poélerie.

M. Theillet, relieur. — Par les soins de M. Theillet — qui n'abandonne pas, par ailleurs, l'horticulture à laquelle il s'était consacré jusqu'à présent — une nouvelle branche de l'artisanat entrera bientôt en activité à l'île du Levant. M. Theillet se prépare, en effet, à faire des travaux de reliure. Il prendra des commandes dans toute la France, et fera des conditions spéciales aux abonnés de « Naturisme » et aux habitants de l'île. Reliure en tous genres : cuir, toile, etc. Travail soigné. Réexpédition de tous ouvrages reliés franco domicile. Tarif sur demande.

Dès l'installation du nouveau bureau de poste au Village de l'Aiguade — installation dont nous parlons d'autre part — M. Theillet créera en outre une « Bibliothèque de la Poste », qui complètera la Bibliothèque du Bazar. Les prix de location des livres seront accessibles à tous.

Signalons encore que M. Theillet projette, pour l'année 1937, la création d'un court de tennis.

Les Chalets de M. Augier. — Près du port et bien au centre de l'île, au cœur de l'ancien Pénis-



tancier, on découvre assez difficilement la petite oasis que constitue l'installation créée par M. Augier dès l'arrivée des naturistes dans l'île. Il y a là, dans cette grande ceinture de vieilles pierres ensoleillées, véritable citadelle du silence, un îlot de verdure : platanes, figuiers, acacias et lauriers-roses entourent agréablement un chalet dont les chambres sont à louer.

Dans les environs, et en pleine pinède cette fois, on trouve un autre petit chalet, dans un cadre magnifique et davantage solitaire.

M. Salvator, apiculteur. — La propriété de M. Julien est maintenant exploitée par M. Salvator, qui l'a complètement transformée. Il y récolte un miel délicieux — le miel de l'île du Levant jouit d'une grande renommée — et s'adonne à la culture des légumes. Le jardin Salvator est un des garde-manger d'Héliopolis.

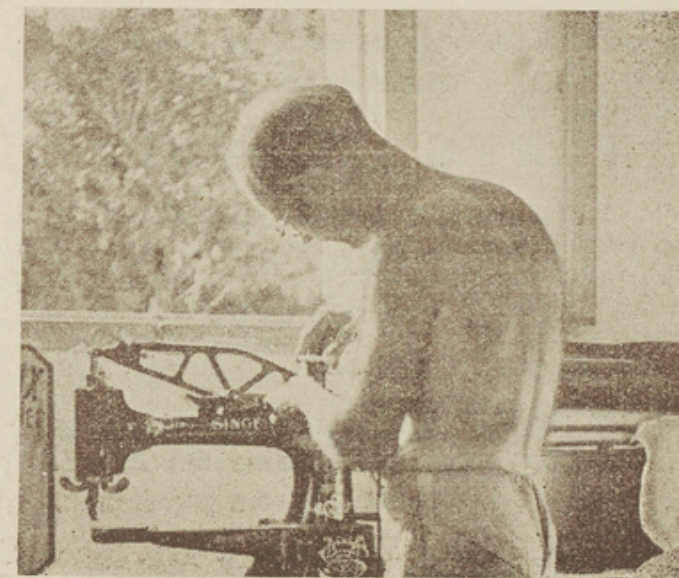
Le Maître-Baigneur. — Nous n'aurions garde d'achever cette énumération (1) sans citer M. Héry, le compétent maître-baigneur d'Héliopolis, dont les leçons de natation sont très suivies et fort appréciées.

LA POSTE ET L'ECOLE

Le Bureau de Poste. — D'accord avec la direction générale des P.T.T., il a été décidé qu'une recette auxiliaire des Postes, à gérance gratuite, sera créée à l'île du Levant.

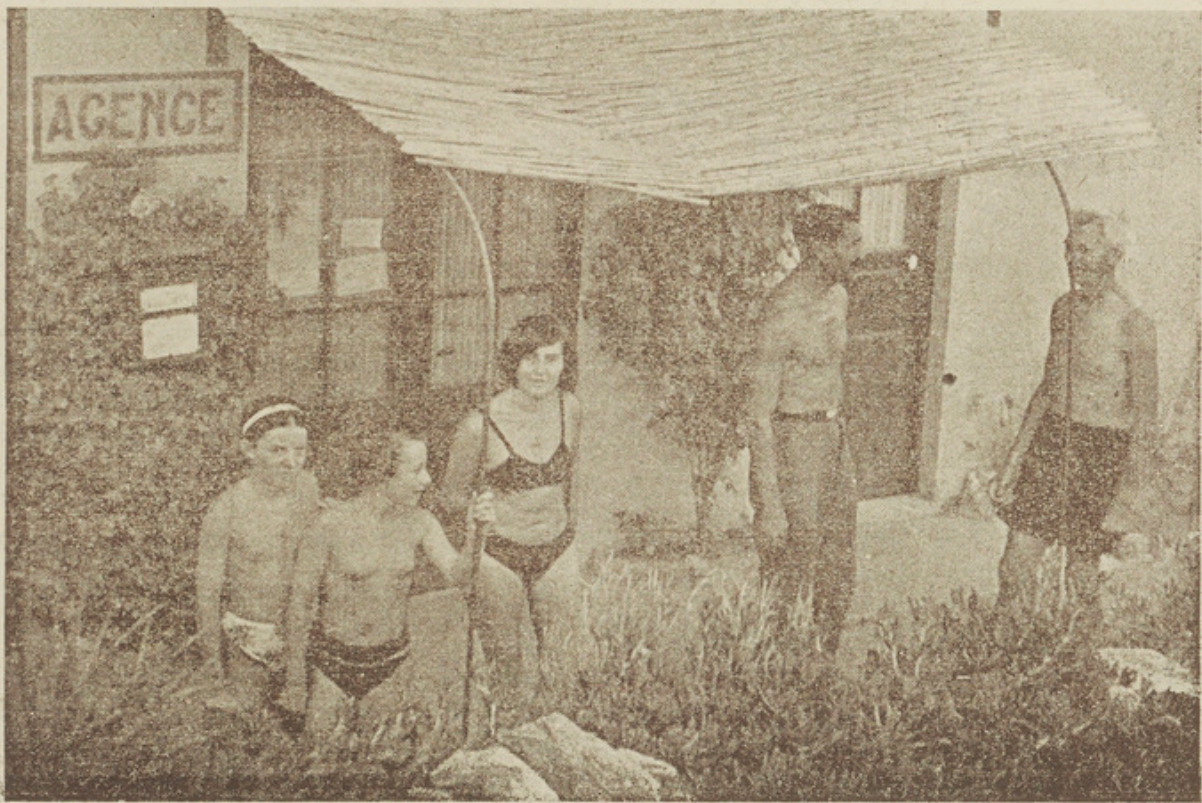
Mme Theillet, qui a mis à la disposition des Postes l'immeuble qu'elle vient de faire cons-

(1) Nous nous excusons auprès de ceux que nous aurions pu oublier, bien involontairement, dans cet exposé.



M. Parsonneau, artisan-sandalier de l'île du Levant.

L'entrée de l'Agence Officielle des Arbousiers. — Au centre : Mlle Pestiaux. → (Photo Paul Louis.)



truire à Héliopolis, a été agréée comme gérante par l'administration. Nul doute que le Conseil du syndicat des propriétaires ne donne son accord à cette création, qui constituera une importante amélioration.

L'administration doit incessamment procéder à l'installation du central et des lignes téléphoniques qui en dériveront.

L'Ecole. — L'immeuble primitivement prévu pour l'Ecole a été désaffecté, ainsi qu'on sait. Une institutrice doit être désignée par la commune d'Hyères; elle ferait la classe dans une salle de la Mairie actuelle, qui reste momentanément à l'ancien village.

CONSIDÉRATIONS GÉNÉRALES

Ayant ainsi passé en revue les diverses activités qui s'exercent à Héliopolis, n'avons-nous pas le droit de déclarer que la Cité naturiste est organisée pour recevoir ses visiteurs? En se rendant nombreux à l'Île du Levant, les adeptes de la nouvelle culture humaine donneront, à leurs camarades du Village de l'Aiguade, les moyens de vivre; ils les récompenseront de leurs efforts. Et, ce qui ne gêne rien, ils passeront les vacances les plus agréables qu'un vrai naturiste puisse désirer...

On a dit que le départ en Océanie de plusieurs habitants d'Héliopolis avait désorganisé le Village. Est-il besoin d'affirmer que cela est faux, entièrement faux? En effet, comme nous l'avons signalé plus haut, M. Druart est remplacé par M. Raymond, et M. Salvator, ne se contentant pas d'entretenir le jardin de M. Julien, l'agrandit sans relâche.

Nous pourrions, certes, et à bon droit, déplorer que le boulanger de l'île estime toujours superflu de fabriquer du pain; mais le ravitaillement, en cette denrée de première nécessité, n'est-il pas assuré malgré tout?

En ce qui concerne la Centrale Electrique, dont le fonctionnement est interrompu depuis plusieurs mois par la faute de son installateur, le Syndicat des propriétaires s'est trouvé dans la triste obligation de déposer contre celui-ci une plainte entre les mains de M. le doyen des juges d'instruction. La justice, sans aucun doute, donnera bientôt aux propriétaires la réparation qu'ils attendent.

Cependant, la population laborieuse de l'Île du Levant poursuit dans la plus parfaite sérénité la réalisation de sa tâche. Héliopolis grandit et s'embellit, sûre de son avenir.

Il nous suffira, pour souligner ces mots, de citer un exemple typique, entre tant d'autres: un des pionniers de l'île, M. Theillet,

a commencé la transformation du Vallon de l'Aiguade, par la plantation de lauriers-roses, pins, eucalyptus, mimosas, etc., et par la création de petites allées ombragées, qui feront de ce lieu, dans quelques années, une promenade délicieuse...

Le Syndicat d'initiative.

■ ■ ■

LE RÈGLEMENT

L'Île du Levant est, nous tenons à le rappeler, propriété privée.

La circulation est libre sur la totalité du territoire de l'Île du Levant que nous avons soit en propriété, soit en location. Elle est libre également sur le domaine public. Mais les naturistes qui désirent camper sous la tente doivent apporter leur matériel et s'installer aux endroits spécialement désignés à cet effet. La pinède du Grand-Avis est ouverte aux campeurs, ainsi que les environs du Château, le Vallon de l'Aiguade, etc.

En raison des très graves dangers d'incendie, il est rigoureusement interdit de faire du feu en plein air, en quelque endroit que ce soit, sous peine des sanctions les plus sévères.

Il est interdit de chasser, de couper des arbres, de prélever du bois mort, de toucher aux matériaux provenant des ruines, de pratiquer le nudisme intégral. Le cache-sexe est rigoureusement obligatoire pour l'homme comme pour la femme, aussi bien sur le domaine de l'Île du Levant dont nous avons la propriété ou la location que sur le domaine public (plages). Le cache-seins est recommandé pour la femme, mais il reste facultatif.

Le Centre Naturiste est placé sous la surveillance d'un garde assermenté qui a reçu les instructions les plus sévères pour faire respecter le règlement et dresser, si besoin, procès-verbal contre les délinquants.

■

DROITS DE SÉJOUR

Les naturistes qui veulent s'installer sous la tente devront se munir de la Carte de séjour obligatoire. Celle-ci est délivrée moyennant le paiement, à l'arrivée sur l'Île, des droits minimes perçus pour l'organisation et l'entretien du Centre. Ces droits, indépendants de ceux perçus par la commune d'Hyères, sont les suivants:

Pour un séjour de :	1 jour	7 jours	14 jours	1 mois
Pour la 1 ^{re} personne.	5 fr.	35 fr.	63 fr.	120 fr.
Pour les suivantes...	3 fr.	21 fr.	37 fr.	72 fr.

Un cautionnement de 200 francs est exigé des campeurs à l'arrivée sur l'Île; il est remboursé au départ, sauf inobservation du règlement dûment constatée.

La carte de séjour est délivrée soit à Paris (24, rue d'Alleray), soit à l'Île du Levant (s'adresser à la Poste, ou à l'Agence Officielle, ou au domicile du garde assermenté).

■

APERÇU DE QUELQUES PRIX

Voici quelques prix communiqués, sur notre demande, par des commerçants de l'Île du Levant:

La traversée. — Service privé du capitaine Pégliasco. Aller et retour: 20 francs par personne. Aller seul ou retour seul: 15 francs par personne. Transport gratuit des bagages à la main. Colis: de 2 à 3 francs.

Les transports Lassalle. — Un taxi assure le transport des voyageurs et de leurs bagages à main à l'arrivée et au départ pour le prix de 3 francs par place et

1 franc par valise, ceci pour les jours de départs réguliers; autres cas (départs spéciaux, etc.), tarif minimum 15 francs pour quatre passagers au maximum avec leur valise. Tous les autres transports sont assurés par camionnettes Berliet 1.200 kilos et Ford 1.800 kilos, aux tarifs suivants: gros transports, 25 francs la tonne, pris et livré sur place; détail, ravitaillement, etc., 50 francs la tonne, pris sur le port, livré sur place.

L'Agence Officielle des Arbousiers. — Prix de location. — Bungalows série: à la journée, 14 francs; à la semaine, 90 francs; au mois, 350 francs.

Bungalows spéciaux: à la journée, 18 francs; à la semaine, 120 francs; au mois, 450 francs.

Villas: de 500 à 1.500 francs par mois.

Au moment de mettre sous presse, nous apprenons que l'Agence des Arbousiers sera transférée, cet été, à l'entrée du Village, à l'Hôtel de l'Île d'Or; l'ancien immeuble de l'Agence deviendra une annexe de l'Hôtel, avec quelques chambres.

L'Hôtel de l'Île d'Or. — Chambres à la journée, de 16 à 20 francs (service 10 % en plus). Arrangements pour longs séjours.

La Cantine. — Pension complète (petit déjeuner, déjeuner, dîner): 20 francs par jour. Déjeuner ou dîner seul: 10 francs.

Le Restaurant. — Pension complète: 25 francs par jour. Pour quinze jours: 24 francs par jour. Pour trois semaines: 23 francs par jour. Pour un mois: 22 francs par jour.

Les bungalows Paronneau. — Ces prix s'entendent nets de tout supplément, sauf en ce qui concerne la taxe de 0 fr. 60 par jour et par personne pendant 28 jours perçue par la commune d'Hyères.

	Au mois	A la semaine	Par jour
1936			
Mars	150 fr.	50 fr.	10 fr.
Avril	200 »	60 »	12 »
Mai	200 »	60 »	12 »
Juin	250 »	70 »	14 »
Juillet	300 »	80 »	14 »
Août	300 »	80 »	14 »
Septembre ..	250 »	70 »	14 »
Octobre	200 »	60 »	12 »
Novembre ..	150 »	50 »	10 »
Décembre ..	150 »	50 »	10 »

1937

Janvier	150 »	50 »	10 »
Février	150 »	50 »	10 »

Le miel Salvator. — M. Salvator vend son délicieux miel de l'île au prix de 14 francs le kilo.

■

L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DES PROPRIÉTAIRES

L'assemblée générale des propriétaires d'Héliopolis aura lieu aux environs de la Pentecôte. Il est vraisemblable que le Conseil d'administration décidera de la convoquer à l'Île du Levant, et non pas à Paris, ainsi que le souhaiteraient certains propriétaires, étant donné que les intérêts les plus impérieux se trouvent là-bas. Chaque propriétaire sera prévenu dès que la décision définitive sera prise.

Les personnes qui désirent se rendre à Héliopolis à l'occasion des fêtes de Pâques, de la Pentecôte, ou aux grandes vacances, feront bien de se hâter de réserver leurs chambres, leurs bungalows, leurs villas, etc., à l'Agence Pestiaux, Île du Levant, par Le Lavandou (Var).

A VENDRE, A L'ÎLE DU LEVANT

1° Dans le lotissement du Domaine des Arbousiers

RARES TERRAINS

disponibles, toutes expositions,
de 500 à 3.000 mètres :
— 9 francs le mètre —

Les parcelles à vendre sont les dernières du lotissement du Domaine des Arbousiers. Ce lotissement ne sera pas étendu.

2° En plein centre commerçant

TRÈS BEL IMMEUBLE

de lignes modernes, entièrement neuf, avec terrain d'environ 500 mètres, comportant 7 grandes pièces sur deux étages

VUE SPLENDIDE SUR LA MER — EXPOSITION EN PLEIN MIDI
Grande citerne

Cet immeuble, absolument neuf, conviendrait admirablement à un commerce: Pension de famille, petit hôtel, location de chambres meublées, etc.

LIBRE DE TOUTE LOCATION

Entrée en jouissance immédiate. — Peintures et installation sanitaire à la charge de l'acquéreur.

Prix à débattre: 95.000 francs

3° A mi-chemin de la Perspective

VILLA

neuve, 5 pièces, gros œuvre terminé, aménagements et peintures à la charge de l'acquéreur, avec

BEAU TERRAIN

de 3.000 mètres pouvant être divisé

VUE IMPRENABLE sur la baie de Port-Man

LIBRE DE TOUTE LOCATION

ENTRÉE EN JOUISSANCE IMMÉDIATE

Prix modeste à débattre

S'adresser: Agence des Arbousiers, Île du Levant, ou Dr André Durville, Imprimerie de Naturisme, 24, r. d'Alleray, Paris, tous les jours non fériés de 10 h. à midi

LA PAGE DU MALADE

LES PRINCIPALES CAUSES DU CANCER

Six lecteurs en même temps nous demandent, sous des formes différentes, des renseignements sur l'angoissante question du cancer.

Résumons celles des idées actuelles qui, concernant ce sujet, nous paraissent les plus sensées, et ajoutons notre avis personnel.

Le cancer est-il héréditaire ?

L'Anglaise Miss Slye est arrivée à reproduire le cancer chez des générations successives de souris.

On a conclu de ce fait que le cancer est directement transmissible à la descendance.

La conclusion nous paraît dépasser l'expérience ; tout ce qu'on peut logiquement dire, c'est que, dans les conditions de l'expérience de Miss Slye, le cancer des souris s'est transmis héréditairement. On n'a pas le droit de conclure à l'identité des réactions vitales entre souris et hommes.

En pathologie humaine, on ne constate pas que le fils de deux ascendants cancéreux est nécessairement cancéreux.

La seule chose qu'il faille admettre, c'est que le cancéreux humain transmet à sa descendance un terrain apte au cancer.

On a publié, comme fait prouvant la contagiosité du cancer, le cas suivant : l'interne en chirurgie Vadon se blesse en opérant une femme cancéreuse ; il meurt lui-même cancéreux.

Conclusion prématurée, puisque, dans la pratique médicale, on ne voit jamais une femme cancéreuse de l'utérus donner un cancer de la verge à son mari.

Il ne s'agit pas de ramasser tel microbe pour devenir cancéreux.

Jusqu'à ce jour, on ne connaît pas de microbe du cancer. Ceci ne veut pas dire qu'il n'en existe pas un ; d'ailleurs, la découverte d'un microbe spécial ne changerait absolument rien à ce que nous disons.

Pour nous, le cancer provient d'une dégénérescence de nos humeurs : maladie chronique, par conséquent. Sur les humeurs faussées, qu'un microbe spécial pousse ou non, il n'est en lui-même qu'un accessoire. (En 1902, Doyen a vu comme cause du cancer le « micrococcus néoformans » ; en 1909, Marie Bra, un autre microcoque ; en 1925, Roy, l'oscillocoque ; et, actuellement un Allemand prétend avoir découvert le seul, le vrai...).

La dégénérescence de nos humeurs, qui prédispose au cancer, a pour cause fondamentale le genre de vie anormal, extranaturel, du civilisé moderne : alcool, alimentation trop copieuse, trop carnée, trop cuite, trop industrielle, pas assez vitalisée, pas assez verte, pas assez fruitarienne. Manque de soleil et d'air. Dégénérescence du ventre, dégénérescence du muscle.

On a dit que la syphilis est à la base de tout cancer (Pfeiffer). Il n'est pas douteux que très souvent le cancer apparaît chez les syphilitiques. Certains cancers (celui de la gorge, par exemple) évolueraient toujours sur terrain syphilitisé.

Si grave que puisse être la syphilis, nous considérons que si celle-ci est contractée par un individu sain et vivant sainement, l'infecté n'a pas de raison de voir survenir chez lui un cancer.

La syphilis tare le terrain ; si le terrain est déjà taré par une vie malsaine, alors le cancer peut survenir.

On a prétendu que la tuberculose prépare le lit au cancer. Nous pensons qu'à ce sujet Auguste Lumière a eu raison quand il a dit que « tuberculose et cancer évoluent sur le même terrain » ; nous serions d'avis qu'il

faudrait dire « arthritisme, tuberculose et cancer », ou, plus exactement, que la baisse des résistances générales s'exprime par des affections multiples dont l'arthritisme, la tuberculose et le cancer sont résultantes majeures.

On a dit que le cancer est la maladie des cicatrices, qu'il est provoqué par les chocs, traumatismes, irritations cicatricielles... Il est certain qu'on voit des cancers du sein succéder à des coups reçus dans l'organe.

Mais, à notre avis, le coup ne sert que comme point d'appel sur un terrain déjà prêt. Il y a des « coups moraux » (émotions violentes...) qui ont nettement provoqué des cancers ; il ne s'agit pas, dans ce cas-là, de cicatrice... Choc physique ou choc moral sont des motifs qui font chavirer la barque déjà prête à faire demi-tour.

On a parlé de maisons à cancer ; on a parlé du rôle du sol sur lequel nous vivons, on a parlé de l'eau, qui pourrait bien véhiculer un parasite responsable ou agir par humidité, ou par certaine teneur chimique.

Les « maisons à cancer » telles qu'on les a décrites nous semblent être une plaisanterie. La seule chose qu'il soit logique d'admettre, c'est qu'une maison bien aérée, bien ensoleillée, non humide, vaste, est plus saine qu'une autre. La maison malsaine prédispose à toutes les déchéances vitales, donc au cancer.

Nous pensons qu'on a dit des inexactitudes en prétendant que certaines radiations, certaines ondes émises par le sol prédisposent au cancer.

Qu'il y ait des pays où l'on trouve plus de cancers que dans d'autres, aucun doute à cela, mais la cause de la différence nous paraît être dans le genre de vie des habitants et non dans des radiations telluriques.

Sur les sols argileux il y aurait des cancers, sur les sols granitiques il n'y en aurait pas. Je ne crois pas que ni l'argile ni le granit agissent sur la cancérose.

Les pays argileux sont des pays de cultures, de vallées ; ce sont les pays riches. On y mange et on y boit plus qu'ailleurs. Les pays granitiques sont des pays âpres, pauvres ; on y est forcément plus pauvre. Le cancer me paraît être une rançon du bien-être plus qu'une rançon de l'argile...

L'eau est le meilleur de tous les liquides — à la condition qu'elle soit propre, bien entendu — mais il y aura toujours des gens pour dire qu'elle est malsaine ; habituellement, c'est parce qu'ils lui préfèrent le cognac.

■ ■ ■

HÉMORROÏDES

DEMANDE. — « Pourriez-vous nous parler des hémorroides, ce mal démoralisant qui est la plaie des sédentaires modernes ? », telle est la question que nous pose M. R..., pharmacien.

RÉPONSE. — Nous avons déjà parlé de ce sujet dans notre numéro du 15 mai 1935. Vous pourriez vous y reporter.

Complétons aujourd'hui notre exposé :

Les hémorroides sont des varices de l'anus et du rectum. On classe, d'après leur siège, les hémorroides en hémorroides externes et hémorroides internes. Les hémorroides externes siègent au-dessous du sphincter de l'anus, les internes au-dessus.

Les externes sont visibles au simple examen externe de l'anus, les internes ne peuvent être décelées que par l'examen interne du rectum ; le plus souvent, l'examen digital suffit pour les découvrir ; dans quelques cas exceptionnels, l'examen au spéculum anal peut être nécessaire.

Certaines hémorroides internes peuvent, en se congestionnant et en s'allongeant, sortir par l'anus, devenir procidentes, comme on dit ; elles sont alors de fausses hémorroides externes.

Les hémorroides externes sont les plus faciles à diagnostiquer, puisqu'elles sont visibles. Leur volume peut varier d'un petit pois à une noix ; elles sont, selon les moments, flasques et peu visibles ou gonflées, violacées et saignantes.

Les hémorroides internes sont plus difficiles à déceler. Le médecin pense à elles quand le patient se plaint de pesanteurs à l'anus, de douleurs à la défécation, d'hémorragies anales. En présence de ces troubles, le médecin doit faire l'examen digital du sphincter et de la partie accessible de l'ampoule rectale. Il aura alors à faire le diagnostic différentiel avec le polype et le cancer du rectum. Il est important de faire tôt ce diagnostic, la vie du malade pouvant être compromise si l'on ne précise à temps la nature du mal.

Les hémorroides — contrairement à ce qu'on pense d'habitude — ne sont pas une affection de cause locale ; elles sont toujours liées à l'état congestif général du patient. Nous voyons deux causes fondamentales à leur production : la sédentarité et l'alimentation trop copieuse et mal comprise ; elles sont une manifestation de pléthore et, en même temps, un effort que fait l'organisme pour lutter contre cette pléthore. L'hémorragie ouvre la soupape d'alarme.

Il y a plus de vingt-cinq ans que nous avons écrit que tout être atteint d'hémorroides est un congestionné du foie, en tout cas pour le moins un congestionné du lobe gauche du foie. La radiographie nous a toujours permis de vérifier ce fait. Les veines hémorroidaires (supérieures, moyennes, inférieures) sont toutes tributaires de veines plus grosses qui se réunissent avec d'autres pour former un gros tronc veineux, lequel entre dans le foie : le tronc porte. Toute stase dans le foie retentit sur la veine porte et, par conséquent, sur les veines hémorroidaires. On commence à comprendre la chose, puisque, le 17 novembre 1935, dans une conférence faite à l'Association d'Enseignement médical des Hôpitaux, le docteur Rachit disait : « Il faut examiner le foie des sujets (atteints d'hémorroides) et chercher les signes d'hypertension portale. » Si on opère des hémorroides, si on les sclérise, on rend le plus mauvais service au malade, puisqu'on empêche de s'ouvrir la soupape destinée à décongestionner la veine porte.

Quand on a examiné le foie, il convient de s'assurer qu'il n'y a pas un trouble de compression du rectum qui accentue la stase veineuse : grosse prostate, utérus rétroversé.

Il est regrettable que les chirurgiens continuent d'intervenir contre les hémorroides ; leur procédé d'action est habituellement nocif, puisqu'il ferme une soupape.

Le seul traitement rationnel des hémorroides est :

1° Décongestionner le foie par l'alimentation allégée, peu ou pas carnée, surtout végétale, verte et fruitarienne, par le jeûne bien prescrit ;

2° De lutter contre la sédentarité par l'exercice (culture physique matinale, marche, sport), par le massage du bas-ventre, de l'intestin, de l'estomac, du foie ;

3° De faire localement de l'hydrothérapie froide (séances courtes, trente à soixante secondes, de bains de siège froids) ;

4° D'éviter toutes les drogues : pommades astringentes, suppositoires, purgatifs.

LA NEIGE

REMÈDE NATURISTE

CE n'est pas, bien entendu, de la neige prise comme élément que je veux parler, mais de la neige de haute montagne, avec son ensemble d'air pur, de soleil ardent et d'effort physique. Devant le succès croissant des sports d'hiver, on peut se demander si la mode ou le snobisme en sont les seules raisons. Pour ma part, je crois qu'il y en a d'autres : les snobs qui, la première année, viennent attirés par la tenue — grosses chaussures, casquette norvégienne, pull-over multicolores — et par les bars où ils comptent passer leur séjour, sont pris malgré eux, et, l'an suivant, ils sentent un besoin violent de revenir.

Si les grandes épidémies qui, il y a quelques siècles, décimaient les populations, sont à peu près disparues, elles ont été remplacées, au fur et à mesure des progrès de la civilisation, par mille petites tares et par des troubles physiologiques qui, bénins au début, finissent par ruiner une santé et rendre odieuse la vie quotidienne ; selon l'expression d'un médecin de montagne, le docteur Grenet, « il y a des malades de la ville ».

Les naturistes sont trop avertis de ces questions pour ignorer quelles causes variées engendrent ces troubles. Je les rappelle pour les nouveaux lecteurs, pour tous ceux qu'attire et soulagera l'idée naturiste.

Avant tout, il y a difficulté pour l'accomplissement de la fonction vitale par excellence, la respiration : fumées des usines, gaz nocifs dégagés par toutes les voitures à moteurs, logements ou bureaux mal aérés, métro (qui oserait prétendre que l'atmosphère du métro, à certaines heures, le soir par exemple, n'est pas un véritable poison, lent peut-être, mais aussi dangereux que la strychnine ou le cyanure de mercure ?).

D'autre part, pour la majorité des citadins, absence d'exercice, de mouvement, qui entraîne l'atrophie musculaire et, par suite, l'affaiblissement des organes : ptoses viscérales.

Quant à l'alimentation, tout a été dit dans ce journal à ce sujet, mais rappelons en quelques mots les repas hâtifs, sans mastication, avec des aliments concentrés, artificiels, sans vitamines, ou les repas trop plantureux, prolongés, avec des excès de viande, d'alcool... Et, pour finir, une cause importante qui, depuis plusieurs années, s'intensifie : une vie de surmenage, de fatigue, d'excitation, de précipitation et d'agitation, qui ruine complètement le système nerveux.

Les troubles digestifs, les insomnies, la neurasthénie et toutes les déficiences nerveuses, le cœur fatigué, sont les conséquences visibles de notre existence de « civilisés ».

Comment la neige et le ski auront-ils une influence salutaire sur tous ces malades ?

En premier lieu : l'air, l'oxygène, le premier des aliments ; loin des fumées, de la poussière, bien au-dessus des brouillards, se dresse la montagne blanche et ensoleillée. Le vent souffle son air pur, les autos ne peuvent monter si haut, et le train est si loin que son sifflet strident ne s'entend pas.

L'acte respiratoire se fait mieux, le sang chargé d'oxygène circule plus facilement, et, au bout de quelques heures, on éprouve une impression de légèreté, de bien-être physique, de rajeunissement.



Notre collaborateur A. Moreau-Bonnetaïn pratiquant le ski, torse nu.

Le ski (il faut bien en parler puisqu'il est le complément indispensable de la neige) s'adapte à tous les âges, et le bambin de deux ou trois ans peut très bien, ses petits skis aux pieds, rivaliser avec le vieillard sportif. Le citadin très déprimé, que la vie artificielle de la ville a fortement ébranlé, s'exercera lentement sur des pentes douces, et l'adolescent, enfin libéré d'un travail scolaire trop intense, pourra, dans une détente de sa jeune énergie, filer tête baissée sur des inclinaisons plus rudes. Le ski a cet autre avantage de redonner de l'importance au bon fonctionnement corporel, qui, dans la vie factice des villes, est trop souvent sacrifié au bénéfice du bluff, des conventions et des préjugés sociaux qui ne reposent sur rien de vrai.

La délicieuse fatigue physique qu'on ressent après une journée de ski redonne le sommeil, le calme et l'appétit.

Dans le domaine moral, ce bain dans la vraie nature fait oublier les soucis variés, les agitations stériles, et donne la meilleure leçon de philosophie ; tout est grand, serin, calme, depuis le pas lent et assuré du montagnard jusqu'au plus petit arbuste ou à la vieille chapelle, à la forêt de pins que la neige embellit et transforme en tableaux vivants, à la séduction desquels on ne peut rester insensible.

Huit à dix jours de ski suffisent pour que l'on sente ce bienfait physique, cet équilibre physiologique, où il n'y a plus trace de spasmes viscéraux, de contractures inutiles ou d'hyperexcitabilité nerveuse.

Voilà ce qu'explique le succès des sports d'hiver ; malgré ses habitudes anti-hygiéniques, malgré la civilisation matérielle et les progrès du machinisme, à cause d'eux pourrait-on dire, l'homme sent le besoin de se retremper dans la nature. Il se rend compte que, bien supérieur à n'importe quelle drogue ou médicament chimique, l'air pur de la montagne et la bonne culture physique que constitue la pratique du ski pourront le guérir et lui redonner un équilibre moral et physique qu'il perd trop souvent.

Que sont tous ces skieurs ? Ce sont des naturistes qui, pour la plupart, s'ignorent. Ne le leur dites pas, ils protesteraient ; mais nous ne serons pas étonnés de les retrouver, l'été, dans un, deux ou trois ans, à Villennes et à l'Île du Levant, où ils continueront, en plein air, leur cure de désintoxication.

A. MOREAU-BONNETAIN.

P.-S. — A la suite de mes deux premiers articles, j'ai reçu quelques lettres de naturistes de province me demandant des conseils au sujet de leur denture ou de leur appareil de prothèse dentaire. Je leur ai répondu individuellement, mais je leur répète, et cela sera utile à d'autres, qu'il est difficile de préciser et d'affirmer sans voir les bouches. Il est plus simple, lors d'un voyage à Paris ou d'une visite à l'Institut Naturiste, de venir me consulter. Je renseignerai très exactement, et un séjour de quelques jours permettra peut-être de soigner, extraire ou remplacer les dents défectueuses.

LA LUMIÈRE VIVANTE

La bioluminescence paranormale

(SUITE DE LA PAGE 3.)

« A l'instant où le phénomène se produit, la femme émet un faible gémissement. A son réveil, elle est agitée, ses pulsations sont passées de 70 à 140, mais sa température est restée normale. Aucune mystification ne nous paraît possible. Le phénomène demeure incompréhensible. »

Ce dernier exemple donné, intéressant par sa netteté, terminons cet article en répondant très rapidement à la question suivante, qui se pose naturellement à propos des faits que nous venons d'étudier : dans l'état actuel de nos connaissances, les phénomènes lumineux paranormaux sont-ils explicables ?

Pour les interpréter, nous pourrions faire remarquer que les phosphorescences, les luminosités paranormales, ont leur réplique dans la bioluminescence normale ; ainsi le normal devrait permettre de comprendre le paranormal.

En fait, la ressemblance entre les deux catégories de phénomènes n'est que superficielle : alors que la lumière vivante naturelle est produite chez les êtres lumineux par des organes différenciés dont on peut isoler la substance active pour l'étudier « in vitro », rien de pareil ne se trouve chez l'homme, ni organes spéciaux, ni matière lumineuse.

Admettons, toutefois, que l'on puisse, en un jour pas très lointain, grâce à de nouvelles acquisitions scientifiques, interpréter les phénomènes élémentaires de lumière paranormale, comment expliquerons-nous les manifestations majeures produites par Kluski et Gusik, par exemple ?

D'où viennent les formations humanoïdes lumineuses ? A quoi, à qui, comment empruntent-elles leur substance, leur vitalité, leur pensée ? Où retournent-elles après avoir vécu, dans les séances médiumniques, d'une vie restreinte et éphémère ?

Parlerons-nous, pour expliquer leur naissance, leur vie et leur mort, du pouvoir de la pensée sur la matière, de facultés du subconscient ? Répondre ainsi serait recourir de mots notre ignorance.

De quelle façon, par quel mécanisme la pensée, qu'elle soit consciente ou cryptique et dont nous ignorons la nature essentielle dans un cas comme dans l'autre, agirait-elle sur la matière ? Nous n'en savons rien.

En réalité, dans la production de ces phénomènes, matière, énergie, pensée, se confondent probablement en une réalité unique et primordiale ; des plans de vie, des mondes différents s'interpénètrent peut-être en ces manifestations.

Nous pouvons tout penser, tout imaginer ! En tout cas, quelles que soient nos hypothèses, sachons bien qu'elles ne font que contourner le réel sans l'atteindre ; soyons assurés que toutes nos explications ne sont que de vains balbutiements, des aveux d'ignorance à peine déguisés.

R. TOCQUET.

AU CLUB DU FAUBOURG

Mardi 17 mars, Salle Wagram, à 20 h. 30 : *La danse ; La chanson ; L'élégance aux courses*. Présentation de *La mode à la piscine*, avec défilé de mannequins en maillot de bain. Et débat avec l'écrivain Daniel Riche sur *Pour et contre la polygamie*.

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 francs**

Un supplément de 2 francs est perçu pour chaque ligne comportant des caractères gras.

Toutefois, en ce qui concerne les annonces prévues pour plusieurs insertions SANS CHANGEMENT DE TEXTE, ce supplément n'est exigible que pour la première insertion.

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.

Les réponses aux annonces domiciliées au bureau de la revue doivent être insérées dans une enveloppe TIMBRÉE portant le numéro de l'annonce (ce numéro doit être inscrit AU CRAYON, afin de pouvoir l'effacer). Cette enveloppe doit être adressée, sous une seconde enveloppe, à la direction de Naturisme. Les réponses ne remplissant pas ces conditions ne seront pas transmises.

La direction se réserve le droit de refuser ou de modifier toute annonce qui ne cadrerait pas avec le programme de la revue.

Toute Petite Annonce devant paraître dans le prochain numéro devra parvenir à l'imprimerie de « Naturisme », accompagnée de son montant, au plus tard le 24 mars, à 10 h.

DEMANDES D'EMPLOIS ■ ■ ■ ■ ■

Nat. cél., 28 a., exc. réf., conn. jard., rech. n'imp. qu. empl., au besoin accept. assoc. ds pte aff. sér. Nat., 861.

OFFRES D'EMPLOIS ■ ■ ■ ■ ■

ON DEMANDE bonne à tout faire, capable, bonnes références. ALIMENTATION VÉGÉTARIENNE. Desnos, 6, rue Louis-David, Paris-16^e. (Téléphone : Trocadéro 51-44.)

Etab. nat. agric. ch. jard. et cuis. aptes à direct. Nat., 867.

On demande pers. certain âge, aimant la campagne, pr s'occuper enf. pension natur., susceptible s'intéresser à l'aff., région Toulon. La Provençale, Le Brulat (Var).

PENSIONS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

FAMILLE naturiste prend enfants toute l'année. Instruction. Mme et M. Vert, La Thérèse, Velaux (B.-du-R.).

Nice (Pessicart) L'Etoile. Centre interl. pr tous les âges.

Paris Près Institut Durville. Pension privée. Chamb. gd confort. Parfaite hygiène alimentaire. Atmosphère reposante, gaie, familiale, favorable à la santé. Prix raisonn. 5, rue des Sablons (16^e).

Cap d'Antibes. Centre naturiste, chambres, pension dep. 18 fr. par jour. Villa Jabotte, La Salis, Antibes (A.-M.).

L'ERMITAGE. Plateau centr., 800 m. for., Maison de plein air pr enf. déliç. Etudes. Cult. phys., héliothér., camping. Facilités de vie natur. pr gdes pers. A. J., Le Viallard, Paulhaguet (Haute-Loire).

Cte Azur Vence, 325 alt., site idéal, air pur, soleil, jardins. Pension Joie de Vivre. Cuisine saine selon goût du client. Pension 25-30 fr.

FAMILLE NAT.-VÉGÉT. prend PENSIONNAIRES Matthey, Saint-André-Palette, Aix-en-Provence.

NATURISME

LE GRAND MAGAZINE DE CULTURE HUMAINE

Le plus fort tirage des revues naturistes mondiales
PARAIT LE 1^{er} ET LE 15 DE CHAQUE MOIS
sur 16 pages.

Peut être mis entre toutes les mains

Directeur : Rédacteur en chef :
Dr André DURVILLE Dr Gaston DURVILLE
Secrétaire général : Pierre AUDEBERT
DIRECTION-ADMINISTRATION :
15 bis, rue Cimarosa, PARIS (16^e)
Téléphone : Passy 77-95
IMPRIMERIE - ATELIERS :
24, rue d'Alleray, PARIS (15^e)
Téléphone : Vaugirard 06-83

« Naturisme » est en vente
chez tous les marchands de journaux

ETABLISSEMENTS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

CELTIC-HOTEL, 14, rue Ganneron, Paris-18^e (Métro : Place Clichy). A 15 minutes Institut Naturiste. Chambres avec confort de 10 à 14 fr. par jour. Location au mois.

Copernic-Hôtel 20, r. Copernic, Paris-16^e (tél. Passy 98-46). A proximité de l'Institut Naturiste. Chamb. av. confort et au soleil, donn. s. jardin tr. calme. Prix modérés.

ALIMENTATION NATURISTE ■ ■ ■ ■ ■

MIEL DES ALPES de nos ruchers en pleines lavanderaies. Seaux de 3, 5, 10 kgs : 30, 48, 90 fr. franco domicile. Empereur frères. Ch. post. : Marseille 56-84.

HUILE OLIVE premier jet. - Graisse végétale pure. Rem. lect. Natur. — Michaux-Bellaire, Salon (B.-du-R.).

5 k^{os} DATTES GARANTIES 25 tr.
125 BANANES NATURELLES 1^{co}
MURES 29 tr.
SECHES 29 tr.
LE PARADIS DES FRUITS, à Marseille (B.-du-R.).
— (Compte chèques postaux : 270-83 Marseille).

TOUTE L'ALIMENTATION NATURISTE. — Produits de choix. Livraison à domicile dans Paris, catalogue gratuit. Alinat, 49, rue de la Montagne-Sainte-Geneviève, Paris-5^e.

Huile d'olive 1^{re} Pression à Froid Echantillon Gratuit R. SCHWILDEN, 17, r. François-Arago, MARSEILLE.

5 k^{os} Jus de raisins frais 39 tr.
JUPUR 1^{co}
Jus pur de raisins frais CONCENTRÉ A BASSE TEMPÉRATURE (30°) dans le vide (à 35° B.), avec ses vitamines. Cinq litres de jus pur de raisins frais donnent un litre de « Jupur ». Echantillon : 1 franc. — TONY PARET, 32, rue Saint-Ferréol, Marseille.

MIEL « SELECTA » 3, 5, 10 kilos : 25, 40, 75 fr. fco. — A. Lalanne, Lamonzie-Saint-Martin (Dordogne).

Les Oliveraies du Val-d'Or, Salon-de-Provence vendent l'**HUILE D'OLIVE VIERGE** de la nouvelle récolte. Jus naturel du fruit mûr, 1^{re} pression à froid, non raffinée. Huile d'olive nature, le postal de 5 litres : 46 fr. ; le postal de 10 litres : 86 fr. Amandes de Provence : 25 fr. les 5 kilos, 45 fr. les 10 kilos. Olives : 65 fr. les 5 kilos. Paiement ch. cu mandat (Ch. post. Marseille 40-14).

GROUPEMENTS NATURISTES ■ ■ ■ ■ ■

A.C. de Toulouse. Stades, jeux, séj. Voir Combes, café Glacier, 6, all. J.-Jaurès, Toul. Perman. 1^{er} 3^e jeud., 21 h.

Pour nos élèves, 2 avantag. : leçons culture physiq. centre Paris et pratiq. naturisme intégral à 18 km. Paris. Ecole de Gymnastiq. et Hygiène, 2, rue Biot (Place Clichy).

PARIS. — J. F. 35 ans désire connaître jeune homme âge en rapport, naturiste, idéaliste, pour sorties dim. et distractions saines. Ecrire à Naturisme, n° 869.

VACANCES EN PLEINE NATURE : Océan, forêts, solarium. Notice contre timbre. Ecrire : Association « La Palestra », Les Mathes (Charente-Inférieure).

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
ABONNEMENT	Trois mois ...	12 fr. 17 fr.
	Six mois	22 fr. 30 fr.
	Un an	40 fr. 55 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.

LOCATIONS ■ ■ ■ ■ ■

Aix-en-Prov. Belle propr. à louer meubl., villa der. conf., 14 p., gar., jard. d'agr., sit. id., conviendrait centre naturiste, maison de santé. S'adresser : Syndicat des Médecins, 19, rue Venture, Marseille (B.-du-R.).

VENTES ■ ■ ■ ■ ■

A VENDRE cantine-restaurant, maison et dépendances : 25.000 fr., le fonds et matériel : 10.000 fr., soit 35.000 fr., avec 400 m2 terrain ou A LOUER en gérance, location à l'année : 3.500 fr. Pour tous renseignements, s'adresser : Agence Pestiaux, Ile du Levant (Var).

COTE D'AZUR. 6.000 mq. terr. fert. part. cult. fruits, vigne, tr. b. situat. coteau, vue mer, nature, santé : 30.000 fr. F. Dubreuil, chemin Riou, Vence (A.-M.).

Vente terrains, maisons, meubles, prix divers. François Lacour, Chateauponsac (Hte-Vienne).

A céder, avec facilités, très bon commerce naturiste en bonne voie de prospérité, à Paris. Ecrire : FRÉTAG, 9, rue de l'Orme.

MARIAGES ■ ■ ■ ■ ■

NATURISTE FRANÇAIS, 35 ans, athlète, santé parfaite, résidant Maroc oriental, pays de soleil, désire correspondre avec jeune fille naturiste sportive pour fonder foyer. Ecrire à Naturisme, n° 849.

JEUNE FILLE 26 ans, sans fortune, catholique, instr., phys. agréable et jeune, goûts natur., artist., intellect., idées avanc., dés. corr. loyal., vue mar., avec homme plus jeune ou plus âgé, grand, sain, intellig., sans snob. ni préjug., ayant bonne éducation et valeur morale. Discretion assurée. Ecrire à Naturisme, n° 862.

JEUNE HOMME naturiste, 28 ans, désire connaître jeune fille en vue mariage, région Marseille. Discretion garantie. Ecrire à Naturisme, n° 863.

MONSIEUR quarantaine dés. conn., vue mariage, j. f. ou dame simplement intelligente. Naturisme, n° 864.

INDUSTRIEL, 37 ans, désire rencontrer, en vue mariage, jolie jeune fille, gentille, douce, très sérieuse, situation indifférente. Naturisme, n° 865.

Naturiste cherche compagne 35-45 a., affectueuse, dévouée, idéaliste. Photo exigée, discr. Naturisme, n° 866.

Pour partager vie naturiste idéale colonie, souhaiterais j. f. 30-37 ans, grande, phys. harmonieux, indéniab. qual. morales, intell., avec avoir 30-35.000 fr. Ai 42 a., sain phys. moral, cult., polygl. Naturisme, n° 868.

DIVERS ■ ■ ■ ■ ■

— SERAIS ACHETEUR TERRAIN ET TENTE — proximité grand stade ou tennis, à l'île des Naturistes — de Villennes, si conditions et prix intéressants. — Faire offres à Naturisme, n° 860.

SENSATIONNEL : Lit d'e camp amér. compl., matelas laine et oreil., f° 99 fr. Adulte 119 fr. Les Stocks S. A., 54, rue Cambronne, Paris-15^e. Ch. post. n° 1127-09.

Tailleur ARTISAN, hommes et dames sur mesures. Culottes, Pantalons naturistes, faits aussi à façon. Bonneau, 42, rue Meslay, Paris-3^e (en étage, escalier B. — Métro : Porte Saint-Martin).

LES Drs GASTON ET ANDRÉ DURVILLE rappellent que leur

CLINIQUE GRATUITE

a lieu tous les dimanches matins, à 9 h. 30,

à l'Institut Naturiste

15 bis, rue Cimarosa, Paris (16^e)

Tous les malades, de quelque milieu et de quelque condition que ce soit, sont reçus, STRICTEMENT SUR RENDEZ-VOUS (téléphoner à Passy 77-95). Les malades reçoivent gratuitement et sans aucun frais le régime et les conseils d'hygiène nécessités par leur état.

NOTE IMPORTANTE. — L'affluence considérable des malades à la Clinique Gratuite oblige actuellement à prendre rendez-vous quinze jours et même trois semaines à l'avance.

CHRONIQUE FISCALE

Bénéfices industriels et commerciaux Cas particuliers (suite)

Ostréiculteurs. — Par un arrêt du Conseil d'Etat du 31 mars 1925, il a été décidé qu'un contribuable qui revend des huîtres achetées à des pêcheurs, prêtes à être livrées à la consommation, effectue ainsi des actes de commerce et doit, dès lors, être assujéti, pour les gains provenant de cette vente, à l'impôt sur les bénéfices industriels et commerciaux. Mais si l'intéressé vend également des huîtres élevées ou améliorées dans ses parcs, ces opérations doivent être regardées comme ayant, pour l'établissement de l'impôt séculaire, le caractère agricole.

Ainsi le contribuable qui revend des huîtres achetées à des pêcheurs, prêtes à être livrées à la consommation, effectue un acte de commerce. Pratiquement, on peut admettre que cette condition est remplie quand les huîtres sont revendues pour la consommation moins de deux mois après leur achat. On doit donc, d'une manière générale, soumettre à l'impôt sur les bénéfices commerciaux le marchand d'huîtres qui achète des huîtres et les revend immédiatement pour la consommation ou qui les conserve deux mois au moins dans des viviers ou des claires de verdissage en vue de leur faire acquérir certaines qualités susceptibles d'augmenter leur valeur marchande.

On doit considérer comme exerçant la profession d'ostréiculteurs ceux qui élèvent du naissain ou de jeunes huîtres achetées ou pêchées par eux et qui les vendent ensuite soit au cours d'élevage, soit quand elles sont en état d'être consommées ; leur profession conserve dans ce cas le caractère agricole, même s'ils engraisent ou améliorent avant de les vendre les huîtres élevées par eux.

Est également ostréiculteur, et passible de l'impôt sur les bénéfices agricoles celui qui, achetant des huîtres adultes, complète leur élevage en les faisant séjourner

dans des viviers ou dans des claires, pendant une période supérieure à deux mois.

Pour les ostréiculteurs passibles en principe de l'impôt sur les bénéfices agricoles, le bénéfice forfaitaire est, en ce qui les concerne, déterminé en appliquant le coefficient général à la valeur locative cadastrale, préalablement majorée de 50 %, des parcs, claires ou viviers utilisés pour l'exercice de la profession.

Toutefois, quand les parcs, étant situés sur le domaine public maritime, ne comportent pas d'évaluation cadastrale, les revenus de l'exploitant doivent alors être soumis à l'impôt sur les bénéfices des professions non commerciales (arrêt du Conseil d'Etat du 18 février 1927.)

De ce qui précède, il résulte que le contribuable exerçant à la fois la profession de marchand d'huîtres et celle d'ostréiculteur et disposant à cet effet de terrains cadastrés et de parcs concédés sur le domaine maritime est susceptible d'être soumis à trois impôts séculaires :

1° Impôt sur les bénéfices commerciaux pour les produits de son commerce ;

2° Impôt sur les bénéfices agricoles pour les revenus tirés de l'exploitation des terrains cadastrés ;

3° Impôt sur les bénéfices non commerciaux pour les profits de l'élevage dans les parcs concédés.

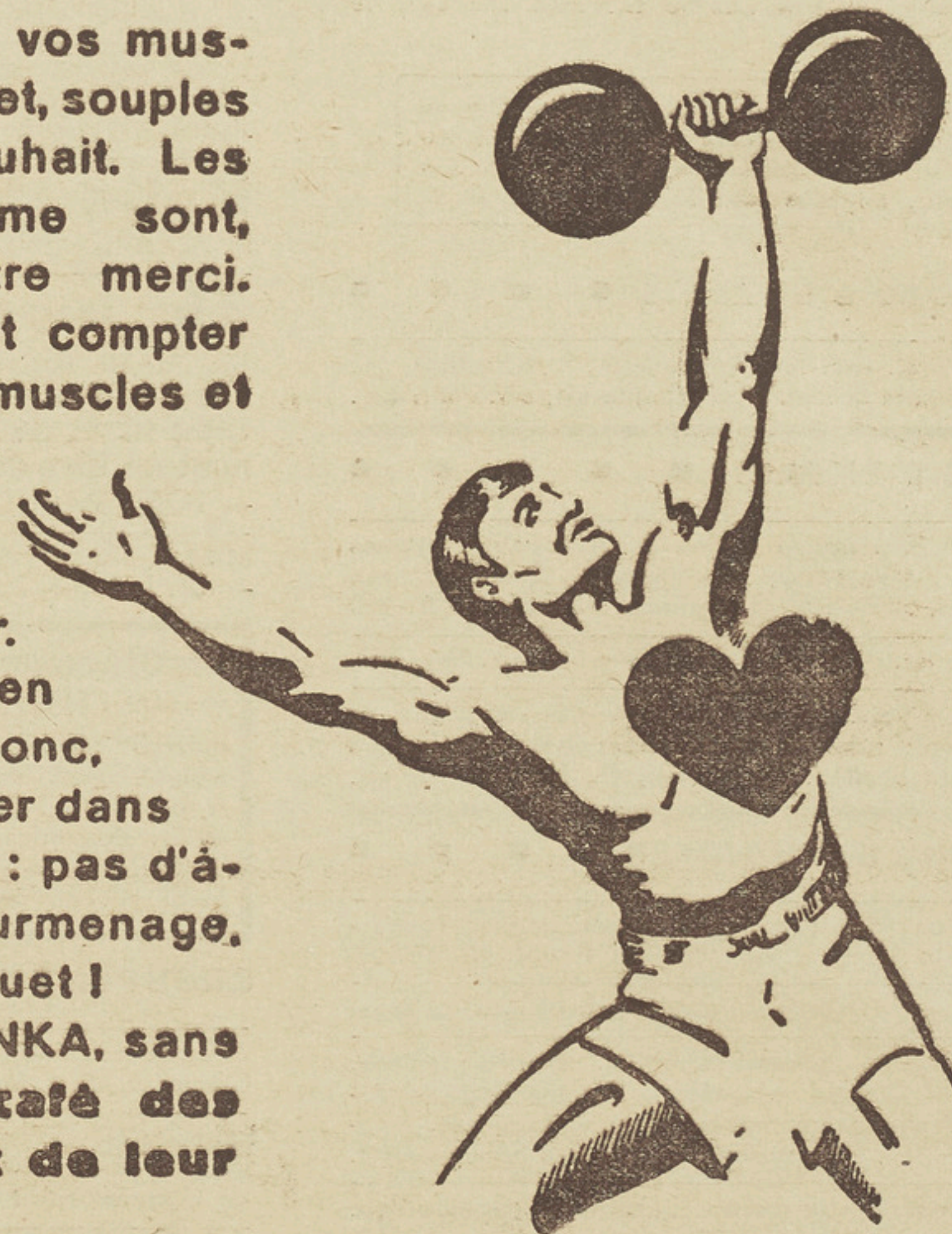
Pour compléter cet exposé, il y a lieu de considérer le cas des contribuables qui pêchent du naissain, de jeunes huîtres et des huîtres comestibles, mais sans en faire l'élevage, et qui vendent le produit de leur pêche à des ostréiculteurs, des marchands ou des consommateurs. Ces contribuables sont passibles de l'impôt sur les traitements et salaires.

L. R.

NOTE. — Toute demande de renseignements relative aux contributions directes devra être adressée à M. le Directeur de *Naturisme*, renfermer un timbre pour réponse et porter sur l'enveloppe la mention : « Conseil fiscal ».

Le cœur dispose...

Vous êtes fier de vos muscles qui sont en effet, souples et robustes à souhait. Les records d'athlétisme sont, dites-vous, à votre merci. Tout beau... il faut compter avec le cœur. Vos muscles et vos poumons ne valent que s'ils sont régulièrement irrigués par le cœur. Ils ne serviront à rien si le cœur lâche. Donc, ménagez ce dernier dans votre entraînement : pas d'accoups, pas de surmenage, pas de coups de fouet ! Buvez du Café SANKA, sans caféine, c'est le café des sportifs soucieux de leur forme.



Si vous désirez le goûter, un échantillon gratuit vous sera adressé contre envoi de cette annonce accompagnée de 1 franc en timbres-poste pour frais d'expédition.

Café SANKA, Boulogne-Paris

LE FOURNISSEUR DES NATURISTES
J. MICHOU
TAILLEUR-CHEMISIER
50, boulevard St-Germain, Paris-5°
Tél : ODÉON 12-95 Métro : MAUBERT-MUTUALITÉ

Costumes sur mesures : dames et messieurs, dep...	350 fr.
Calotte kniker dep.	95 fr.
Pantalon flanelle »	95 fr.
Jupe-culotte dep...	125 fr.
Vêtements de repos (nouveau modèle) depuis ...	65 fr.

Blousons toile et suédés
Imperméables - Bas sport
Chemisettes, etc.
— Slips et cache-seins —

La chemise ajustée est particulièrement recommandée

LE GRAND SPÉCIALISTE
DU PANTALON NATURISTE
SANS CEINTURE NI BRETILLES
Modèle déposé

COMPTOIR NATURISTE

27, rue Dareau, Paris (14°)

Téléphone :

Gobelins 11-40 ou 84-24

Compte chèques postaux :

Paris 1641-19



au blé intégral
germé, malté

**DEMANDEZ LE
PRIX-COURANT 1936**



MIELS SÉLECTIONNÉS DE TOUTES RÉGIONS DE FRANCE
PAINS D'ÉPICE — PRODUITS AU MIEL

LISEZ LES OUVRAGES DES DOCTEURS GASTON ET ANDRÉ DURVILLE

L'A.B.C.
de la doctrine
naturiste

LA CURE NATURISTE

Quatrième édition. Soixantième mille.
2 volumes à 30 francs chaque.
Port en sus : France, 1 volume, 2 fr. 50 ; 2 volumes, 4 fr. 50. Etranger, 1 volume, 6 fr. ; 2 volumes, 12 fr.

L'importance
de l'alimentation
dans le problème
de la longévité

L'ART DE VIVRE LONGTEMPS

Quatrième édition. Cinquantième mille.
1 volume à 12 francs.
Port en sus : France, 1 fr. 20 ; Etranger, 2 fr. 50.

Des centaines
de recettes de
cuisine pour
se bien porter

LA CUISINE SAINTE

Troisième édition. Trentième mille.
1 volume à 30 francs.
Port en sus : France, 2 fr. 50 ; Etranger, 5 francs.

La médecine
pour tous
par les plantes

LA CURE VÉGÉTALE

Ouvrage illustré de 67 dessins de Louis Méry.
1 volume à 30 francs.
Port en sus : France, 2 fr. 50 ; Etranger, 6 francs.

Pour donner
à l'enfant le
goût de l'exer-
cice physique

LA GYMNASTIQUE AMUSANTE POUR L'ENFANT

Deuxième édition. Vingtième mille.
1 volume à 10 francs.
Port en sus : France, 1 franc ; Etranger, 1 fr. 75.

A L'ILE DES NATURISTES OU LA SANTÉ PAR LA VIE SAINTE

1 volume à 8 francs.
Port en sus : France, 1 fr. 50 ; Etranger, 2 fr. 50.

POUR DEVENIR ÉNERGIQUE

Troisième édition. Trentième mille.
1 volume à 15 francs.
Port en sus : France, 1 fr. 50 ; Etranger, 3 fr. 50.

POUR ÊTRE HEUREUX

Deuxième édition. Vingt-cinquième mille.
1 volume à 15 francs.
Port en sus : France, 1 fr. 50 ; Etranger, 2 fr. 50.

LA CURE MENTALE

Ouvrage abondamment illustré de hors-texte.
1 volume à 30 francs.
Port en sus : France, 2 francs ; Etranger, 5 fr. 50.

L'ART DE LIRE LE CARACTÈRE LE TEMPÉRAMENT ET LES PRÉDISPOSITIONS MALADIVES PAR L'EXAMEN DU VISAGE

Deuxième édition. Vingtième mille.
1 volume à 20 francs.
Port en sus : France, 1 fr. 50 ; Etranger, 3 fr. 50.

Des détails inédits
sur la grande
réalisation des
Drs Durville

Comment
acquies une
volonté forte

Le bonheur
par la santé
du corps
et de l'âme

Pour apprendre
à commander
les forces qui
sont en nous

Ni magie, ni
astrologie : de
l'observation
scientifique pure

Ce sont des Editions de « Naturisme »

madolin

3, rue des Petites-Ecuries, PARIS (10°)

ALIMENTATION NATURISTE DES Drs G. ET A. DURVILLE

LES MEILLEURS MIELS
AUX MEILLEURS PRIX

RUCHERS
SÉLECTIONNÉS

MAISONS DE VENTE A PARIS :

3, rue des Petites-Ecuries (10°)
(Provence 49-83)

37, rue du Rocher (8°)
(Laborde 17-59)

203, rue de Vaugirard (15°)
(Ségur 16-70)



DEMANDEZ LES CATALOGUES ET TOUTES DOCUMENTATIONS

LA MÉDECINE NATURISTE

s'applique
à toutes
les maladies,
car il n'est
pas une seule
de nos misères
qui ne bénéficie
d'un genre
de vie
mieux compris.



s'applique,
sous sa forme
préventive,
à tous
les humains
qui ont le souci
de lutter contre
la laideur
et
l'usure précoce.

*Traitement par la sympathicothérapie endonasale, appliqué
par le docteur Juin, à l'Institut Naturiste. (Photo « Naturisme ».)*

L'INSTITUT NATURISTE

des docteurs Gaston et André DURVILLE

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

CONSTITUE le *DOSSIER MÉDICAL* de tous ceux qui ont le souci de mieux vivre : bien portants, délicats et malades de toutes sortes ; annexe à ce dossier la *FICHE RADIOLOGIQUE* de chacun (qui précise l'image des profondeurs : cœur, aorte, poumons, foie, estomac, intestin...), ainsi que la *FICHE PHYSIOLOGIQUE* (qui précise la valeur des résistances vitales : métabolisme basal, cardiographie...);

ESSAIE de découvrir ce que valent les résistances de chacun et d'orienter vers une vie plus saine ;

INSISTE sur l'importance de l'équilibre digestif et de l'harmonie abdominale comme facteur fondamental de la santé ;

TRAITE, sans médicaments, toutes les maladies par une alimentation mieux comprise, par l'hygiène rationnelle et, en particulier, par la culture bien comprise des muscles et par le massage.

PRINCIPAUX SERVICES :

SERVICE D'EXAMENS MÉDICAUX (D^r Roudié, Officier de la Légion d'Honneur).

SERVICE DE RADIOLOGIE ET PHYSIOLOGIE (Ingénieur radiologue Heyd).

SERVICE DE MASSOTHÉRAPIE (D^{re} Durville).

SERVICE D'OTO-RHINO-LARYNGOLOGIE ET DE RÉFLEXOTHÉRAPIE ENDONASALE (D^r Alfred Juin).

SERVICE DE STOMATOLOGIE ET DE PROTHÈSE DENTAIRE (Moreau-Bonnetain, 68, avenue Bosquet, Paris-7^e).

Tous les jours non fériés. — Consultations de 14 à 17 heures. — Traitement de 10 heures à midi et de 14 à 19 heures.

STRICTEMENT SUR RENDEZ-VOUS

L'Institut Naturiste ne prend pas de pensionnaires. Les malades de province trouvent aisément à se loger à proximité du cabinet médical.