



Club Soleil et Loisirs de l'Indre

Bulletin Trimestriel



2° trimestre 2022

N° 91

Ce bulletin est l'organe périodique de liaison
et d'informations des membres du

Club Soleil & Loisirs de l'Indre

*Il souhaite maintenir les liens de camaraderie,
d'amitié noués dans une pratique commune
du naturisme, de la nudité et des loisirs*

Il a aussi vocation à défendre la pratique du Naturisme et de ses bienfaits

**Membres du Club Soleil et Loisirs de l'Indre,
Ce bulletin est le vôtre**

*Nous serions heureux que vous nous adressiez :
articles, informations, dessins, desiderata,...
à l'adresse du club.*

**Club Soleil et Loisirs de l'Indre
34 espace Mendès France
Avenue François Mitterrand
36000 Châteauroux**

**ou directement par messagerie à :
michelannick443@orange.fr**

Directeur de la publication et
Rédacteur en chef : Michel Mercier

**Dépôt légal – Année 2022.
ISSN 2493-4321**

Les articles écrits et les opinions émises dans ce bulletin
n'engagent que leur auteur et sont sous son unique
responsabilité.

**Bulletin interne
Ne peut être vendu.**

Décllic et lâcher prise.

En ce qui me concerne, j'ai toujours trainé des complexes depuis mon enfance insatisfaite de mon image, inquiète du regard des autres, envieuse d'un physique plus avantageux. Cet état, coutumier chez la plupart des adolescents, reste parfois difficile à dépasser.

Pour arranger le tout, à 40 ans passés je découvrais la vie depuis une petite dizaine d'année ayant enfin réussie à me débarrasser d'une éducation sectaire particulièrement restrictive et destructrice. Je passerai cependant sur les détails qui m'ont amenée à me retrouver dans un village de vacances naturiste, (*haut lieu de perdition au vu de mon éducation !*) Le fait est que j'avais déjà franchi beaucoup de barrières et cette étape là était surtout un défi, un de plus et pas le plus facile. Mais j'avais de quoi parer.

Un certain matin j'étais partie marcher sur la plage, enroulée dans un paréo, laissant mes chaussures et un tee-shirt sur un tronc d'arbre échoué. Jusque-là, être allongée nue sur un drap de bain, plonger nue dans les vagues ne me posaient pas trop de problème, mais me promener sur une longue distance en tenue d'Eve, cela m'était encore difficile et je portais souvent un long tee-shirt ou une tunique pour aller marcher.

A mon retour, sur ce même tronc était assise une dame d'un âge certain. Elle était nue, le visage offert au soleil et c'est avec un immense sourire rempli de bienveillance qu'elle m'accueillit. Nous nous mîmes à parler et j'appris qu'elle pratiquait le naturisme depuis près de quarante ans : une pionnière ! C'est alors que je la vis vraiment, petite mamie dont le corps et le visage étaient marqués par les ans, normal, elle frisait les 80 ! Mais avec un regard tellement vif et joyeux que ses rides et les marques du temps ne la rendaient que plus belle. Elle dégageait une telle sérénité que je compris que le corps et l'âge que l'on peut avoir ne sont qu'une enveloppe. La beauté intérieure est bien plus importante et plus précieuse et ne s'altère pas avec les ans car le bien-être et la vivacité d'esprit se cultivent à tout âge, il suffit de savoir 'pratiquer' le bonheur.

Ce jour-là, cette rencontre a modifié ma vision des choses et de la vie.

Plus tard j'ai eu l'occasion de lier connaissance avec des femmes ayant subi une ablation de sein, j'ai également un ami handicapé en fauteuil roulant qui pratique le naturisme. Tous leurs témoignages sont unanimes, le naturisme leur a permis de se réconcilier avec leur corps meurtri et avec le désir de vivre, et même de vivre intensément. Belle leçon de vie ! Aujourd'hui j'ai 69 ans, je suis naturiste plus que jamais et si nous n'occupons pas notre bungalow à l'année nous y sommes très souvent avec ou sans nos enfants et petits enfants (8 et 11 ans) qui s'éclatent, et j'espère bien à mon tour, donner à quelqu'un qui doute, l'image de cette magnifique grand-mère de 80 ans qui a changé ma vision sur les choses importantes de la vie.

Michelle RIGHINI REMAZEILLES





Des séances naturistes aux Thermes de Salies-de-Béarn (Pyrénées-Atlantiques)

En avril 2022, l'esplanade des thermes était ornée de sculptures évoquant l'œuvre d'Edmond Rostand. Ici, devant l'entrée, vous reconnaîtrez le personnage de Cyrano de Bergerac au dernier acte de ce chef d'œuvre.

Au départ

Mon projet initial était de vous décrire le cadre très agréable de ces baignades nues dans les chaudes eaux de vieux thermes, une fois par mois, le vendredi soir, avec claquettes et bonnet de bain obligatoire. Evidemment, la crise du Covid a provoqué l'annulation de plusieurs séances (confinement oblige), et les habitués (une trentaine) ont été fort heureux qu'elles reprennent en avril 2022, même s'ils n'ont accès qu'à une partie des salles, spas et bassins et non aux lieux réservés aux curistes !

Le site internet de Salies-de-Béarn évoque une légende selon laquelle « la ville se serait bâtie autour d'une source salée découverte au cours d'une chasse au sanglier. » En réalité, l'archéologie a révélé que cette découverte date de l'âge du Bronze, il y a 3 500 ans, et l'histoire de la véritable exploitation de cet « or blanc » remonte au XVI^e siècle.

Le même site rappelle que « la ville 'au trésor caché dans l'eau' possède une réputation thermale reconnue grâce aux propriétés médicinales de son eau salée. ». Ce trésor est une eau plus salée que la Mer Morte (290 g de sel par litre, 26 oligo-éléments) qui permet de traiter en

matière de rhumatologie, de gynécologie (stérilité, endométriose, ...), de troubles du développement de l'enfant et d'apporter des « Soins thermaux qui associent les eaux thermales aux eaux mères (process thermal unique dans la médecine) ».

Les thermes créés en 1857 ont été détruits par des incendies et les bâtiments actuels datent de 1894 mais ils ont été entièrement rénovés depuis et doivent être à nouveau restructurés et encore modernisés.

Quand ça se complique...

Association déclarée à Pau en janvier 2008, le Club du Soleil des Pays de l'Adour (CSPA) a son terrain, « les Coges » sur la commune de Lasseube, près d'Ogeu-les-Bains (Pyrénées-Atlantiques), au pied « des cols prestigieux du Tourmalet, de l'Aubisque, du Pourtalet et du Somport... » mais il apparaît ailleurs qu'elle a été créée en 1971. C'est cette association qui a obtenu de pouvoir organiser aux Thermes de Salies de Béarn des séances mensuelles réservées aux naturistes.

Las ! Début 2022 le CSPA a décidé de rompre son contrat et c'est le Club HEndaye Nature et SOleil du Pays

Basque - Chenaso (déclaré à la préfecture de Bayonne en décembre 2011) qui, en se restructurant, s'est proposé de prendre la suite. Détail révélateur : le site internet de ce club sans terrain n'a pas été mis à jour depuis avril 2013.

Dans un article du quotidien régional Sud-Ouest vieux de dix ans (24/07/2012), l'interview du président de Chenaso suggère que son association a vu le jour très probablement pour préserver le droit des naturistes à exister dans le « royaume des 'textiles', seigneurs des

quelques 3,5 kilomètres de sable fin du majestueux bord de mer hendayais. L'apparition des nudistes sur la plage dite des Deux Jumeaux (à l'extrémité Est, au pied de la falaise) remonterait au début des années 1970. Une présence ni interdite, ni autorisée, disons 'tolérée'. Mais cette tolérance est remise en cause par le maire actuel.

De nos jours, l'association a déplacé son siège social à Mourenx (Pyrénées-Atlantiques), en Béarn, chez son président.



Le côté de la plage d'Hendaye où le naturisme est toléré. A l'arrière-plan, les montagnes espagnoles.

Or j'apprends, par le CSPA, que le président de Chenaso a décidé d'abandonner son poste et, « *Par la même occasion, le contrat avec les Thermes se trouve désuet. Or ce contrat datait d'octobre 2012. C'est une perte pour les naturistes qui s'y retrouvaient. Et seule une nouvelle association peut signer un accord avec les Thermes* ». Navrante nouvelle !

Alors, si je comprends bien, Chenaso n'ayant plus de président, elle n'aurait plus aucun.e responsable pour prendre le relais ? Dans une asso normalement constituée, que je sache, il existe un conseil d'administration, avec un Bureau, et rien n'empêche d'élire un président au moins par intérim ! Si ce n'est pas possible ici, c'est très inquiétant pour l'avenir de ce club !

Des associations en état critique

Etant arrivé depuis peu dans la région, et n'ayant eu le temps d'adhérer à aucune de ces associations (je pense aussi au CSPA), je subodore, dans les deux, une crise du bénévolat et du volontariat, phénomène que j'ai hélas aussi observé par ailleurs.

Du reste, venu plusieurs fois aux séances naturistes des thermes, j'ai été frappé de ne pas me sentir vraiment accueilli dans un cadre associatif, mais plutôt d'être reçu comme un usager lambda dans un service plutôt impersonnel, l'encaissement du prix de l'entrée étant effectué par un employé des Thermes. C'est mon ressenti, mais il confirme malheureusement une certaine faiblesse de la dimension associative dans la gestion de ces séances, qui expliquerait pourquoi nous en arrivons à ce piètre résultat.

J'espère en savoir plus prochainement, après la rencontre au domaine naturiste de Sarraute, sur une commune du sud-ouest du département du Gers, près d'Aire-sur-l'Adour, dans les Landes, Le Houga, initialement prévue fin août, mais reportée aux 10 et 11 septembre 2022.

A suivre...

Michel de PEYRET



Ffn: une AG sous la canicule

La Petite Brenne : 21/22 mai 2022...le centre naturiste indrien accueillait pour la seconde fois la Fédération française de naturisme pour son AG . (Pour rappel, la première fois, c'était le congrès).

En tant qu'entité affiliée à la Fédération, nous y étions à double titre. D'abord pour aider à l'organisation de ces rencontres nationales, ensuite pour participer, comme chaque entité y était invitée.

Anja, Carel et Charlotte avaient fait le maximum pour assurer l'hébergement et la restauration. Un grand merci à eux... Le chef est toujours au top !!!

Le samedi, les propositions de révision des statuts ont été analysées une à une. Puis les grandes lignes de l'AG, dressées dans le livret, ont été étudiées.

Du côté des adhésions, le nombre de licences éditées à la date de l'AG est supérieur à celui de l'année dernière... A suivre... Soyons optimistes.

Le plus gros débat a porté sur la radiation ou non de l'entité Club du Soleil d'Ile de France, club à l'origine du développement du naturisme et de la fédération. De trop nombreuses irrégularités et surtout de très nombreux messages insultants, diffamatoires, à l'égard de la Ffn ont poussé l'équipe en place à demander la radiation de cette entité. Les anciens du Club ont suggéré de repousser d'un an la décision mais les votes ont été sans appel. Cette radiation n'est bien sûr pas définitive et si tout rentre dans l'ordre, le CS d'Ile de France retrouvera pleinement sa place au sein de la Fédération.

En fin d'après-midi, notre club avait négocié une séance piscine à Argenton... Nous espérions avoir du monde. Il faisait très chaud et il fallait reprendre les voitures. Beaucoup se sont désistés...les deux piscines de La Petite Brenne leur suffisaient...la fatigue aidant, ils ont préféré rester sur place. Seuls 9 participants nous ont rejoints...L'occasion pour nous de faire une photo et de paraître dans le dernier numéro de Naturisme Magazine.

Samedi soir, soirée festive animée par Charlotte. (la chanteuse évidemment.) Soirée très sympathique où alternaient plats, chansons et danse.

Le dimanche, comme d'habitude était consacré aux différents votes pour remplacer les sortants du CA entre autres...

Pour l'AG de 2023, les différentes entités sont attendues au Domaine de Laborde dans le Lot et Garonne.

Françoise L.



Houmous de patate douce rôtie

Ingrédients pour 4 personnes :

Une patate douce de taille moyenne (200 g), 2 cuillères à soupe d'huile +1 filet, une petite boîte de pois chiches (265 g), 2 cuillères à soupe de tahini, 1 citron vert, 1 cuillère à café d'ail semoule, 1 pincée de paprika, sel et poivre.

Préparation : 10 mn, Cuisson : 30 min :

Préchauffez votre four à 180° C. Pelez la patate douce et coupez-la en morceaux. Placez-la sur une lèchefrite recouverte de papier cuisson. Arrosez-la d'huile d'olive, salez, poivrez et enfournez 30 min environ.

Dans un blender puissant, mixez la patate douce rôtie avec les pois chiches égouttés (en prenant soin de réserver 10 cl d'eau des pois chiches), le tahini, le jus de citron vert, l'ail et le paprika jusqu'à obtenir une consistance onctueuse. Ajoutez progressivement les 10cl d'eau des pois chiches. Ajustez la texture de l'houmous à votre goût. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire et ajoutez un filet d'huile d'olive avant de servir.

« Tahini » : purée de sésame peut être remplacée par l'huile de sésame.

Fondant extraordinaire aux haricots blancs

Ingrédients pour 4 à 6 personnes :

50 g d'amandes effilées, 200 g de chocolat noir pâtissier, un expresso (50 ml), 150 g de haricots blancs cuits, 100 ml de lait d'amande, 90 g de sucre en poudre, ½ cuillère à c. de cannelle, ½ cuillère à c. de cardamome, sel.

Préparation : 30 min. Cuisson : 40 min.

Etalez les amandes sur la plaque du four et torréfiez-les 10 mn à 180° C (th.6), en les remuant à mi-cuisson. Laissez-les tiédir quelques minutes, puis réduisez-les en poudre. Faites fondre le chocolat avec le café à feu très doux ou au bain marie, réservez. Mixez les haricots blancs (rincés s'ils sont en bocal) avec le lait d'amande, puis versez la crème obtenue dans un grand récipient. Ajoutez le sucre, les amandes moulues, les épices et le sel, puis mélangez bien. Ajoutez le chocolat, mélangez de nouveau et versez dans un petit moule. Faites cuire 10min à 200° C (th. 6-7), puis 20 min à 150° C (th. 5) et laissez complètement refroidir dans le four.

Bonne dégustation.

Le naturisme pour se sentir jeune.

Les rangs des amoureux de la vie sans vêtements rajeunissent.

Dès les beaux jours, au retour des champs, Claude arrose ses fleurs et plonge dans sa piscine dans le plus simple appareil. « Nous n'avons pas de vis-à-vis, donc autant qu'il est possible, avec ma femme et mes enfants, nous vivons nus chez nous », explique cet habitant de la campagne de Touraine.

Depuis quelques années, après avoir reçu en guise de cadeau d'anniversaire un séjour dans une yourte naturiste, Claude a franchi le cap. Conquis par un quotidien sans chaussette, ni slip, il passe dorénavant ses vacances, avec sa famille, dans des campings où les vêtements sont proscrits.

« Ce sont toujours de beaux endroits où la nature est préservée et où il n'y a pas de préjugés. Au début, nous avions un peu peur de la moyenne d'âge, mais il y a beaucoup de gens de notre génération, et de plus en plus jeunes ». Ces derniers, fatigués des séjours « textiles », dopés par le sentiment de liberté que peut procurer la nudité, débarquent dans les grands centres de vacances naturistes comme dans les petits clubs, plus en phase avec la nature. « Une enquête de la Fédération Française de Naturisme, observait effectivement en 2015, un rajeunissement des effectifs », confirme un historien spécialiste du naturisme à l'Université du Mans.

Les mouvements naturistes ont pris leur essor en Europe entre les deux guerres mondiales, dans tous les bords politiques, avant un nouvel élan dans les années 1960 avec les aspirations libertaires. Le souffle retombe ensuite, les adeptes de cette vie sans vêtement vieillissent et les rangs des militants de la FFN s'éclaircissent. « Le renouvellement actuel est porté par un contexte environnemental, une prise de conscience du réchauffement de la planète, avec un désir de nature face à une angoisse climatique, observe l'historien. Avec le Covid et le confinement, ce désir est encore plus fort » !

Le naturisme, n'est pas le nudisme, pratiqué occasionnellement sur des plages dédiées, rappellent les militants. « C'est une philosophie qui se vit au quotidien, dans le respect de soi et des autres, dans la volonté de protéger la nature, et qui passe, entre autres, par la nudité », martèle Viviane Tiar, première femme présidente, depuis 2018, de la FFN.

Un mouvement qui n'a pas que des amis. Un candidat à la députation avait déclaré vouloir condamner les familles pratiquant le naturisme avec leurs enfants. Devant le tollé provoqué, celui-ci a dû retirer sa candidature. « Mais si demain, il continue d'agresser verbalement les naturistes, nous irons au tribunal », rappelle Viviane Tiar, décidée à défendre coûte que coûte la possibilité de vivre tout nu, éventuellement tout bronzé. 😊

Michel et Annick

Déconnexion !

« Je suis revenue au naturisme après le confinement, détaille Jeanne, qui avait fréquenté un camping naturiste avec ses parents lorsqu'elle était petite. Ici, en une journée, on déconnecte ! On se sent proche de la nature, c'est familial, tout le monde se tutoie et il n'y a pas d'étiquette ».

« Le rapport au corps est différent, enchaine Rose. On sort des clichés véhiculés par la mode pour voir des corps différents, de tout âge, avec des cicatrices, etc., sans jugement. C'est important, notamment pour les enfants ».

Une semaine famille est organisée sur le site pour convertir de nouveaux membres.

L'Oeuvre des docteurs Durville.

1911 : rédaction de « La Cure Naturiste », rééditée jusqu'en 1935 et qui sera suivie d'une vingtaine d'autres ouvrages.

1922 : lancement de la revue « La Vie Sage », bimensuelle devenue hebdomadaire quelques années après sous le titre « Naturisme ».

1927 : création de la Société et de l'Institut Naturistes de France.

1929 : fondation de Physiopolis, l'Isle des Naturistes, à Médan, (Paris).

1931 : fondation d'Héliopolis à l'Isle du Levant, au large du Lavandou, première pierre, dans l'esprit des docteurs, de la Cité Naturiste de demain.

Le Naturisme : oui à la nudité, non au « nudisme », « il faut arriver au nu, c'est formel » disait Gaston Durville. Ou encore « le nu est l'idéal. Et on y viendra ». « La peur du corps humain est une faiblesse. Le fait de le voir sans honte dans sa nudité est un exercice moral salubre et une excellente méthode pour civiliser la sexualité ».

Ces quelques citations pour faire taire une poussiéreuse polémique qui dispute encore de savoir si les Durville étaient ou non pour la nudité.

En décembre 1933, le « Banquet de la Concorde du Naturisme et du Nudisme » scelle l'identité de vue des Durville et de Kienne De Mongeot et affirme l'unité philosophique du mouvement.

Kienne De Mongeot, tout comme Durville, répugnait au terme « Nudisme ». Pour des raisons de commodité de « communication », il s'y résignait. Il le trouvait « vulgaire, creux et statique ». Il utilisait le vieux vocable grec « gymnosophie », qui implique une démarche consciente et finalisée vers la nudité « philosophique », celle du corps et de l'esprit.

Michel et Annick

Petit dialogue impertinent (pour rire une peu!)

L'annonce de nos séances de piscine sur internet nous réserve bien des surprises !!! Si beaucoup nous contactent pour renseignements, d'autres s'amuse ou bien n'ont pas compris quelles étaient les valeurs du naturisme.

Voici un exemple bien particulier de petit échange impertinent avec un monsieur dont le nom est vraisemblablement un pseudo. Je le nommerai LUI et je conserve son orthographe.

LUI : Bonjour je viens de voir l'annonce pour la piscine, je voulais savoir, y a t'il possibilité de sexe lors de la séance ?

MOI: Bonjour Monsieur. Je crois que vous faites erreur en ce qui concerne les pratiques naturistes.

Ce qui touche à la sexualité relève de l'intime, ou de pratiques libertines dans le cadre de clubs officiellement déclarés comme tels.

Il est hors de question d'avoir des pratiques sexuelles dans le cadre de nos séances de piscine. Nous sommes là pour nager, profiter du sauna ou du jacuzzi et c'est tout.

Je vous remercie néanmoins d'avoir bien voulu vous renseigner par avance afin que les choses soient claires.

Très cordialement

LUI : Mince....comment vous faites pour ne pas avoir d'envie de sexe dans la piscine?

MOI : Dans la mesure où personne ne vient avec ces intentions-là, ça ne pose aucun problème à qui que ce soit. Le cerveau fait très bien la différence...

LUI : Mais cela ne vous donne jamais envie Madame? De vous faire prendre par une de ses queues?

MOI :Non Monsieur. Je ne suis pas une proie! Nous nous en tiendrons là !

Et en attendant, profitons de la vie et des joies du naturisme.



çoise L.