



Club Soleil et Loisirs de l'Indre

Bulletin Trimestriel



4° trimestre 2022

N° 93

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.**

Naturisme et protection de l'environnement

Le naturisme a été un des mouvements précurseurs de l'écologie. Les premiers protestataires n'ont pas pu se taire devant le gâchis qui se développait de plus en plus.

Et maintenant bien des thèmes écologiques, repris par d'autres, ne sont pas des nouveautés. Le grand débat de société sur l'environnement est effectivement engagé.

La protection de l'environnement doit-elle être préférée à la protection de la nature et celle-ci peut-elle exister sans une écologie humaine intégrale ?

Tout le monde a soif d'espace, de liberté, d'air pur et de fleurs sauvages.

Mais ce sont des denrées rares et elles ne se vendent pas comme des denrées alimentaires à un super marché. L'homme n'est pas prêt à renoncer à tous les avantages des techniques, des sciences et à tous les progrès du confort moderne. Mais il ne veut plus cautionner tous ses excès. En particulier, nous voyons le machinisme exacerbé aboutir à la civilisation des robots, qui se retourne contre l'homme. La nature étant menacée d'extinction, l'humanité a enfin réalisé qu'elle était, elle aussi, une espèce naturelle. D'abord et avant tout, faut-il ajouter.

La nature est le milieu vital qui a produit l'homme et c'est aussi celui qui lui permet de se perpétuer. Il est vrai que nous recherchons une nature corrigée et protectrice et non la nature sauvage des catastrophes et cataclysmes. L'homme a du se protéger des cyclones et ouragans, des inondations dévastatrices, des tremblements de terre et raz-de-marée, etc.

Cette nature aménagée est celle que nous nommons l'environnement. Sur bien des plages et lieux de baignade, le sable est maintenant amené par l'homme.

La principale menace est moins dans la construction d'une société de machines, si sophistiquée soit-elle, que dans la recherche exacerbée d'une rentabilité maximale.

La cause de tout est dans les principes économiques qui régissent une société. Plus que la technique, c'est l'argent, ou plutôt l'enrichissement rapide, qui est la cause de bien des catastrophes. On pense, par exemple, à tous les lotissements dans les zones inondables, les coulées d'avalanche ou les lieux de glissement de terrain, ...

Après avoir réagi contre les excès industriels, l'écologie en est actuellement à des réalisations de luxe. Réintroduire des ours, des loups ou des lynx n'est pas sans conséquence sur l'élevage des moutons, la transhumance et la vie en altitude. De même pour l'extension des parcs naturels, il a fallu composer avec les populations autochtones qui ne voulaient pas en être chassées.

Face à la protection de l'environnement, certains opposent la défense de la nature. Mais si la nature au sens strict, c'est ce qui n'a pas été modifié par l'homme, il faut bien reconnaître qu'il n'existe plus aucun milieu naturel en France. La nature est donc ce qui a été réaménagé. La campagne est devenue une steppe agro-industrielle en voie d'urbanisation.

Mais il ne suffit pas d'instaurer une fiscalité verte pour éviter au contribuable trieur de payer la nouvelle politique de la propreté sélective. Les poisons de la terre ne doivent plus se déverser librement avec les déchets radioactifs, le mercure, les acides des batteries et des piles, les huiles usées, les nitrates, la dioxine des incinérateurs, ...

La notion fondamentale dans tous les processus naturels est celle d'équilibre. Pour l'homme, il s'agit de pouvoir compenser les excès en restant debout.

Pour les forces en présence, l'équilibre est surtout une équilibration, c'est-à-dire une opposition des contraintes. Dans les luttes des courants, l'homme cherche à rester un arbitre. De plus cet équilibre n'est pas celui de la station couchée, au contraire il se veut tonique.

Mais il doit aussi jouer dans le temps et ne pas hypothéquer l'avenir. Les générations futures ont des droits que nous devons respecter. Nos enfants doivent hériter d'une planète viable et vivifiante. On ne peut pas faire n'importe quoi avec les banques d'A.D.N., le clonage animal et humain, les créations transgéniques, etc. On n'a pas le droit de bricoler avec la vie, sans tenir compte des effets à long terme.

Il est temps de comprendre enfin que les problèmes (et les solutions) ne sont pas locaux et nationaux, mais qu'ils deviennent internationaux et planétaires. Les trous dans la couche d'ozone n'appartiennent pas à un seul pays. En un siècle notre population a doublé et nous sommes passés de 3 à 6 milliards d'êtres humains et la pullulation doit être maîtrisée.

Il n'y a d'écologie valable que si elle prend en considération le **naturisme**.

Il ne faut pas le considérer comme un simple lieu d'évasion, un îlot hors de la société humaine. Le projet naturiste est universaliste. L'on commence enfin à considérer la terre comme un organisme vivant qui se défend et maintient des invariants (constantes du CO₂, du méthane, de la température, de l'albédo, ...).

Le but de cet être planétaire serait de perpétuer la vie par autorégulation. L'homme fait partie des processus naturels et il convient d'entendre ainsi l'écologie humaine.

Oser vivre nu, c'est oser vivre libre. **Le naturisme** propose un art de vivre en tissant de nouveaux rapports humains fondés sur la franchise et la confiance. Il est une des chances du 21^{ème} siècle, car c'est un mouvement du futur. Il a été en avance sur son temps, et il doit

continuer à promouvoir ses idées.

Le naturisme réintroduit la force explosive de la Nature pour transformer à la foi l'homme et la société.

Pour être naturiste, vivez nature !

Michel et Annick

D'après Marc-Alain Descamps.

Les coups de cœur culinaires d'Annick

Poulet à la bière.

Ingrédients pour 4 personnes :

Un poulet coupé en morceaux, 70 cl de bière blanche, 6 carottes, 1 dizaine de champignons de Paris, 1 oignon, 4 brins de thym, 3 brins de persil, 20 g de beurre, 2 c. à s. d'huile d'olive, sel et poivre.

Préparation : 30 mn, Cuisson : 45 mn :

Eplucher les carottes et les couper en rondelles. Peler et émincer l'oignon.

Nettoyer et couper en deux ou en quatre les champignons, selon leur grosseur. Faire fondre le beurre dans une cocotte, ajouter l'huile et le poulet. Faire dorer les morceaux une dizaine de minutes, en mélangeant, puis les retirer.

Dans la cocotte, mettre l'oignon et les carottes, les faire revenir 10 mn à feu vif. Remettre les morceaux de poulet et ajouter la bière, les champignons et le thym. Saler et poivrer. Baisser le feu, couvrir et laisser mijoter 40mn.

Rectifier l'assaisonnement si nécessaire et parsemer de persil ciselé.

Servir avec une purée de pommes de terre.

Galette des rois comtoise.

Ingrédients pour 8 personnes :

150g de farine, 80 g de beurre, 60 g de sucre, 25 cl de lait, 6 cl de crème liquide, 3 oeufs + 1 jaune d'œuf pour dorer, 1 c. à s. d'eau de fleur d'oranger, 1 fève.

Préparation : 30 mn. Cuisson : 40 mn.

Porter à ébullition, dans une casserole, le lait, la crème liquide, le beurre et le sucre, et retirer du feu.

Ajouter la farine en une seule fois et mélanger rapidement pour avoir une pâte homogène. Hors du feu, ajouter les œufs un par un et la fleur d'oranger. Insérer la fève.

Verser la pâte dans un plat à tarte beurré, la lisser et la dorer au pinceau avec du jaune d'œuf battu.

Faire cuire la galette environs 25 minutes, dans le four préchauffé à 180° C (vérifier la cuisson avec la pointe d'un couteau qui doit ressortir sèche).

Bonne dégustation.

REUNION DE BUREAU DU CSLI le 12 octobre 2022

- Dans le contexte actuel, décision de maintenir quand même les séances à la piscine d'Argenton, quelque soit le nombre d'inscrits et ce jusqu'à l'AG au moins (janvier), afin d'éviter que les adhérents ne décrochent.
- Message reçu d'un couple hésitant à adhérer (= 28 euros x 2) en ne sachant pas si les séances auront lieu régulièrement : proposition de ne leur faire régler l'adhésion qu'à compter de janvier, même chose pour les personnes qui nous rejoindraient jusqu'en décembre 2022. Vis-à-vis de l'assurance ces participants seront « invités » et donc couverts par celle-ci.
- Le club compte plus d'adhérents actuellement que de participants aux séances.
- Compte tenu de la baisse de fréquentation, il est nécessaire de faire appel au Livret A afin de compléter le règlement des séances.
- Michel, Président, évoque CA et AG qui se sont déroulés au terrain des Bogues à Orléans... L'habitude d'instaurer des visio-conférences en lieu et place des regroupements pour les réunions entraîne moins de déplacements, donc moins de remboursements de frais... les comptes de la Fédération seraient plus équilibrés.
- Composition du prochain bulletin du CSLI (n° 91, 2nd trimestre 2022) avec révision des articles à publier, début d'élaboration du n° suivant (n° 92, 3^{ème} trimestre), articles déjà réalisés.
- A venir : AG à La Borde (47), du 13 au 15 mai 2023.
- CA et Inter-clubs à La Petite Brenne, avec soirée piscine à Argenton, les 6 et 7 mai 2023.
- Thierry et Anne-Claire Brossard sont élus Président et Secrétaire des Amis de la Petite Brenne.
- Prochaine réunion du Bureau en décembre 2022.

DM / 17-10-2022

Herboriser : Quelques plantes d'altitude

Aconit napel – *Aconitum napellus*.

Il est important de savoir reconnaître les grandes tiges à feuilles découpées de l'aconit car cette belle plante est extrêmement toxique. Les longues grappes de fleurs bleu foncé se distinguent très bien sur les berges des torrents et près des endroits où le bétail séjourne longuement. C'est en effet dans ce type de milieux que l'espèce se rencontre le plus souvent. La forme des fleurs évoque un casque. Il existe trois autres espèces d'aconit dans les Pyrénées dont deux possèdent des fleurs de couleur jaune. Tous les aconits sont très toxiques.



Pin à crochets – *Pinus uncinata*

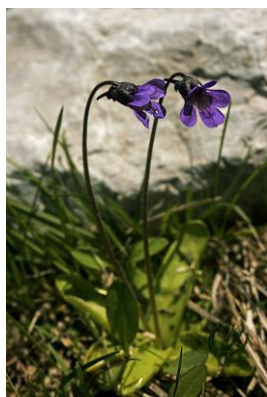
Arbre d'altitude et de lumière, le pin à crochets est un élément majeur des forêts claires de l'étage subalpin. Mais sa silhouette est surtout remarquable dans les stations les plus élevées où des arbres isolés au port torturé se maintiennent jusqu'à des altitudes record dans un milieu de blocs et de gros rochers. C'est notamment dans le périmètre de la Réserve naturelle de Néouvielle que l'on observe ces arbres jusqu'à des altitudes extrêmes comme un défi aux redoutables conditions de vie de ces milieux.



O

Grassette – *Pinguicula vulgaris*

Les grassettes sont des plantes de taille modeste dont les feuilles charnues forment une rosette appliquée au sol. Leur observation attentive montre les restes de petits insectes qui ont été digérés par la plante après avoir été piégés et englués par les sécrétions visqueuses qu'elle produit. On rencontre la grassette commune au niveau des suintements des surplombs, des rochers, des éboulis humides, en bord de source et des tourbières.



Saxifrage paniculée – *Saxifraga paniculata*.

L'étymologie fait des saxifrages des plantes qui « cassent la pierre » et c'est réellement l'impression que laissent certains spécimens qui semblent profiter de la plus petite fissure sur le rocher pour s'installer. La saxifrage paniculée est une espèce de taille modeste formée d'une rosette de feuilles appliquée sur le rocher et de laquelle émerge une inflorescence assez lâche de fleurs blanches. Parmi les espèces proches, on citera la saxifrage à longues feuilles qui se distingue par de grandes grappes de fleurs blanches. Elle forme sur les falaises calcaires un des spectacles les plus remarquables offerts par la flore des Pyrénées.

Côté assurance, des précisions.

Comme vous le savez, la Fédération nationale est assurée à la MAIF. Le contrat est beaucoup plus complet qu'avec celui du précédent assureur. Lors de l'AG nationale, des adhérents avaient posé des questions qui appelaient précisions. Nous vous retranscrivons les questions qui nous concernent tous plus directement.

5 : J'ai déjà une assurance « multirisque », celle de la licence va faire doublon et je vais payer 2 fois pour la même chose.

Aucune assurance multirisques personnelle ne couvre la totalité des situations possibles d'accident dont nombres peuvent rester à la charge de la victime ou des responsables dont ceux de l'association. C'est, notamment en matière de plafonds qu'il faut étudier et comparer les assurances. Désormais, les associations naturistes et leurs dirigeants sont couverts dans tous les cas cités précédemment et pour des montants d'indemnisations importants, aux plafonds MAIF, contrairement à nombre d'assurances.

7 : Je me blesse lors d'une activité naturiste (randonnée, bowling, balnéo, piscine...) organisée par une association, suis-je couvert ?

Si l'association est affiliée à la Ffn et que cela relève de ses activités tout en étant organisée dans les règles, OUI.

10 : Je suis licencié Ffn et participe à un interclubs dans ma région. J'ai un accident en m'y rendant, suis-je couvert ?

OUI sous réserve de pouvoir le prouver (invitation ou inscription nécessaire) et que cela soit organisé dans les règles.

11 : Je suis licencié Ffn et je dois participer à un salon de promotion du naturisme. J'ai un accident en m'y rendant, suis-je couvert ?

OUI en tant qu'organisateur ou naturiste licencié participant de ce salon (inscription ou preuve de la tenue du stand, et...) mais sous réserve d'une déclaration préalable du salon auprès de la fédération de la MAIF. Autrement, c'est à vous ou la structure concernée (organisatrice) de vous assurer pour vos activités bénévoles.

A retenir :

Vous êtes assurés pour toutes vos participations aux activités que nous organisons ainsi qu'au forum des associations, y compris vos déplacements.

Françoise L.