

NATURAL

Boletín informativo de E.N.E. - Número 3-October de 1.998



*Euskal Naturista Elkarte
Asociación de Naturistas Vascos*

Editorial

Ya han pasado casi siete meses, desde que unos cuantos naturistas empeñados y animados, dimos vida a E.N.E.

Ya es el momento de hacer las primeras reflexiones y los primeros balances de este corto periodo de tiempo.

Más de cincuenta familias apoyan nuestro proyecto y ayudan con su aportación a la consecución de nuestros objetivos y desde el mes de Mayo, formamos parte de la F.E.N/F.N.I.

Hemos tenido muchos momentos buenos, pero también algunos difíciles, dicen que cuando hay dificultades y se superan con olgora, eso, refuerza el proyecto.

Este boletín nº 3 de NATURAL, que teneis en vuestras manos, contiene ya 16 páginas, un proyecto impensable, cuando comenzamos a editarlo. Es el primer NATURAL, que contiene publicidad, que nos ayudará, sin duda, a poder repartir gratuitamente más ejemplares.

Aprovechamos la oportunidad para agradecer a los anunciantes, la confianza depositada en este modesto boletín.

Llegado este punto de vida de nuestra asociación, en la que hemos procurado cada miembro de la Junta Directiva, dar lo máximo, que ha estado a nuestro alcance, no vemos obligados a hacer unas ligeras modificaciones, quizás, para poder aprovechar, aún más, la capacidad de trabajo de cada miembro.

Por lo tanto os voy a comentar los cambios efectuados. Dejan la Junta Directiva, por decisión propia, Mónica Díez (tesorera) y Juan Luis Blanco (Vocal). Modesto Hernández deja la Vicepresidencia, para ocupar la Secretaria e Isidoro Sanchez pasa a hacerse cargo de la Tesorería. La Vicepresidencia la ocupará Maite Vicuña y Arturo Rios se hará cargo de la vocalía vacante. Damos la bienvenida a los nuevos miembros de la Junta Directiva, y les deseamos muchísima suerte en esta nueva faceta que comienzan, y que estamos seguros que lo van a hacer muy bien. Agradecemos también a nuestros amigos Mónica y Juan Luis, el trabajo realizado mientras han pertenecido a esta Junta y el que seguirán haciendo desde su condición de socios.

Os recordamos, que este boletín está abierto a cualquier naturista que quiera darnos su opinión o publicar algún artículo. Solamente teneis que enviarlos, bien por correo, o por vía electrónica a nuestras direcciones respectivas.

Por último, daros las gracias a los que seguís nuestro boletín, que nos consta que sois muchos y que sabemos que llega hasta los sitios más insospechados. Gracias a todos.

Prohibido, prohibir. . . .

Prohibido el paso a los NO residentes; Prohibido pisar el césped; Prohibido jugar al fútbol; Prohibido jugar a palas; Prohibido aparatos de radio y TV; Prohibido usar bañador en la piscina; Prohibido estar desnudo en el restaurante y supermercado; Prohibido hablar en las terrazas a partir de las 24 horas; Prohibido, prohibido, prohibido.....¡joder, ya está bien tanto prohibir!

Estas prohibiciones son algunas de las que figuran en los carteles y normas, de algunas Urbanizaciones, Hoteles o Camping NATURISTAS, del Mediterráneo.

El Naturista se basa en el respeto a los demás, al medio ambiente y a su propio ser.....y basta. Todo lo demás, sobra. ¿Donde está la Filosofía Naturista de estos Centros? ¿Donde está el respeto a las libertades del individuo? Yo veraneo en una Urbanización de Vera “Natsun”, donde, desde el principio se ha tenido una Filosofía abierta, sin barreras físicas, recibiendo a todo el mundo con los brazos abiertos, e invitando a todo el que quiera, a que entre en nuestra urbanización y vea nuestra forma de vida, totalmente natural. No imponemos a nadie nada, ni en su opción de estar vestido o desnudo, no imponemos su forma de ocio, y sobre todo no imponemos su forma de pensar o vivir. Funcionamos en base al respeto por las libertades de los demás.....y fíjate, funcionamos bien y ya van 11 años.

Pero alrededor de Natsun están creciendo Urbanizaciones, Hoteles, etc...., que dan pena. Parecen ghettos, totalmente cerrados, sin posibilidad de que sus residentes se relacionen con sus vecinos, imponiendo prohibiciones por todos los lados y aumentando el morbo entre los textiles, que cuando ven esas urbanizaciones, tipo “fortaleza”, exclaman !!Lo que no harán ahí dentro!!

Los naturistas de verdad les pediríamos a estos centros, que recapaciten y abran sus puertas, tanto físicas como mentales. Si queremos expandir el Naturismo, no podemos cerrarnos, como el aceite se encierra en la botella. Tenemos que abrir la botella y expandir todo el aceite, para impregnar a toda la sociedad de verdadera Filosofía Naturista

Koldo Garcia

De Vacaciones en

COSTA NATURA, EL RELAX POR VOCACIÓN

Llevaba ya tiempo sin disfrutar de unas merecidas vacaciones, y se me ocurrió que Costa Natura era mi solución. Nada más acertado que ello. Costa Natura es un centro naturista que está colocado en un lugar inmejorable, en Estepona (Málaga), al lado del mar, respetando esa típica arquitectura andaluza, blanca, pulcra, que integra todo lo que un naturista puede desear.

En este centro podemos encontrar de todo: paz, tranquilidad, familiaridad, una excelente animación infantil, y todo ello conjugado con una serie de servicios inmejorables: gimnasio, sauna, supermercado, masajes, jacuzzi, restaurante, piscinas, etc, que hacen prácticamente innecesario salir de él para obtener lo que se desea.

El sol, cálido y radiante; la brisa, suave y acariciadora; el mar, templado y tonificador; todos los elementos aliados, para hacer de este lugar un codiciado paraíso al alcance de todos los naturistas.



Estepona (Málaga)

Pasar mis vacaciones en Costa Natura ha sido una experiencia inigualable, un enriquecedor bienestar corporal, una paz y una tranquilidad relajantes, algo que difícilmente se consigue en tantos y tantos lugares de vacaciones donde el bullicio impera como norma.

Me he encontrado escuchando los pájaros trinar, el mar acunarme con su ronroneo, el suave agitar de las hojas de los árboles por la brisa, el sol templando mi cuerpo, y he meditado largamente el agradecimiento que debo de dar a quien tuvo



la idea de crearlo, y he pensado seriamente en que, todavía, en este mundo de prisas y premuras, existen lugares de i n n e g a b l e hermosura, que merecen la pena de ser visitados y mimados, desde luego, éste es uno de ellos.

No puedo por más que preguntarme por el stress. ¿Stress? ¿Qué stress?

En el diccionario de Costa Natura esa palabra no existe.

Mis agradecimientos más profundos y sinceros a quien me ayuda a sentirme satisfactoriamente tranquilo conmigo mismo.

Gracias, Costa Natura, por todo lo bueno que has hecho por mí.

Modesto Hernández

Naturismo y Salud

EL SOL (2ª Parte)

Consejos para disfrutar racionalmente del Sol:

No se trata de hacer apología de la protección solar, ni publicidad de las cremas, pero sí, tener en cuenta que nuestra piel es importante y debemos protegerla no solo para evitar tumores en el futuro, sino el envejecimiento prematuro, manchas u otras lesiones cutáneas.

- a) Tomar el sol, evitando las horas entre las 11 y las 16, que son las más peligrosas, por el alto índice de rayos ultravioleta que producen quemaduras y a la larga otra serie de problemas
- b) En pieles especialmente sensibles (1º y 2º), intentar exponerse prolongadas horas al sol, o si éstas tienen lugar, utilizar un factor de protección (FPS) de 13-15, que corresponde a una protección real de 10-12. (NOTA: el FPS, se halla dividiendo el tiempo que tardaría el sol en producir una quemadura en una piel protegida, entre el que tardaría en una piel no protegida; es decir, un factor 15 indica que tardaría 15 veces más tiempo en quemarse, que sin protección).
- c) La piel tipo 3ª requiere protección 8-10 de FPS, en las primeras exposiciones y posteriormente se puede ir reduciendo hasta 4-6 de FPS.
- d) Las cremas bronceadoras no son útiles porque no ayudan al bronceado, solo llevan componentes que colorean la piel.
- e) Los niños deben estar especialmente protegidos y no solo la cabeza, pues una persona puede llegar a recibir hasta los 18 años, la mitad de la radiación solar total, que sería conveniente y no perjudicial para toda su vida.
- f) Tras las exposiciones es conveniente beber mucha agua e hidratar la piel.
- g) No se trata de ser alarmistas, es cierto que se ha exagerado sobre los riesgos del sol, en relación al cáncer de

piel , pero si somos prudentes y nos protegemos en función de lo adecuado, ésta nos lo agradecerá y nos evitaremos muchos problemas en el futuro.

En resumen, ser Naturista no tiene porqué significar tomar el sol 6, 8 ó 10 horas seguidas, sin ningún tipo de protección para nuestra piel; llevar un estilo natural de vida, es caminar hacia una vida más sana y saber disfrutar del sol racionalmente, sin exageraciones, es sano.

Excederse, como en todo, es el problema.

Angel M. Tejada Calabia
Licenciado en Medicina.

EUSKAL NATURISTA ELKARTEA “E.N.E.”
NUEVA DIRECCIÓN ELECTRÓNICA
ene@jet.es

Breves

- **Mejores noticias.** Nuestras páginas de Internet, han sido visitadas hasta este momento por más de 10.000 personas, desde el día 16 de Enero, que vieron la luz.
- Damos la bienvenida, a la nueva imagen de la revista TODO-NATURISMO.
Aunque el contenido, sigue siendo, mas o menos el mismo, el cambio de maquetación y diseño, han contribuido a que la revista, todavía sea mucho más atractiva, para nuestra vista.
Animamos a nuestro amigo Xabier López, a seguir en la brecha y le deseamos toda la suerte del mundo, en esta nueva etapa que comienza, al frente de la Revista de todos los Naturistas.

Staff

Presidencia: Koldo Garcia
Vicepresidencia: Maite Vicuña
Secretaría: Modesto Hernández
Tesorería: Isidoro Sánchez
Vocalía 1ª: Angel Miguel Tejada
Vocalía 2ª: Fernando Nicolás
Vocalía 3ª: Arturo Rios

Edita:
Euskal Naturista Elkarte "E.N.E."
Asociación de Naturistas Vascos
"A.N.A.V."

Dirección Postal:
Apartado de Correos nº 94
48900-BARAKALDO (BIZKAIA)

Dirección Electrónica:
ene@jet.es

Teléfono: (909) 48.78.26

Dirección en Internet:
<http://www.redestb.es/anae>

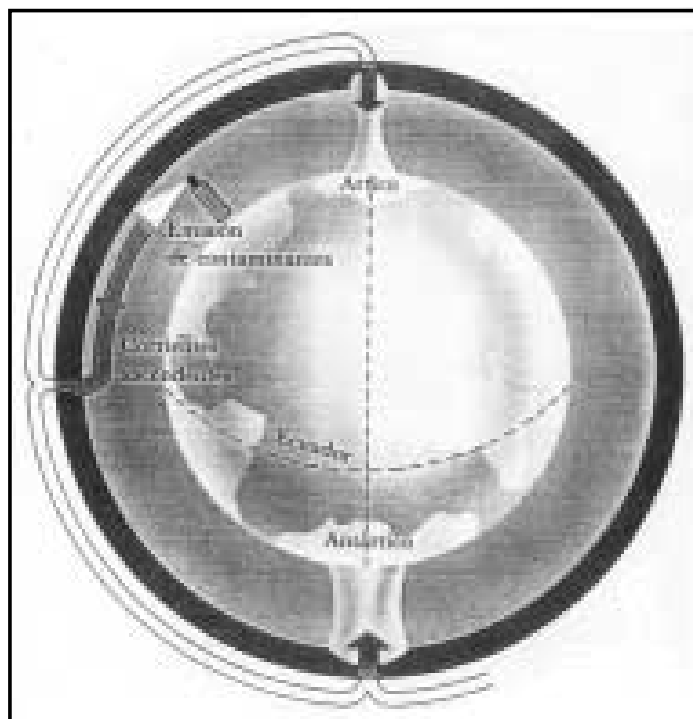
Ecología

POBRE AMIGO OZONO

En 1.928, científicos Norteamericanos, fabricaron lo que parecía ser, el mejor invento del siglo, el Cloro-Fluor-Carbono ó CFC. Un producto fácil de producir, se disolvía bien en la atmósfera, no tóxico y con una larga lista de aplicaciones, como aire acondicionado, frigoríficos, espumas, aerosoles, adhesivos, disolventes y un largo etc, etc.....

Nadie imaginaría que esta "maravilla", se convertiría en nuestro enemigo, hasta que 45 años despues, científicos japoneses en la Antartida, dieran la primera voz de alarma. Determinaron una disminución de la cantidad de ozono en la atmosfera, debido al cloro liberado en ella. Cada átomo de Cloro destruye 100.000 moléculas de ozono, el cual filtra los rayos ultravioleta y hace posible la vida en la tierra.

La desaparición de la capa de ozono, acarreará gravísimos daños a todos los seres vivos. al habitat acuático, al desarrollo de la vegetación y a los humanos: cancer de piel en pocos años de exposición solar, cataratas, desprendimientos de retina



y graves alteraciones en el sistema inmunológico. Ante este panorama, los países firmaron acuerdos, para conseguir la reducción de los CFCs. Para el AÑO 2000, se prevee disminuir la producción en un 50%. Pero el proceso es lento, los sustitutos como los HCFCs, no son la alternativa más adecuada y el tráfico ilegal de los CFCs, está en auge.

La humanidad está jugando impunemente con uno de los agentes causante de la aparición de la vida en la tierra, el clima.

En su preocupación por los beneficios, las ganancias, el bienestar y el progreso, el hombre ha infringido las leyes de la naturaleza, sin respetar el equilibrio ecológico del planeta. Las agresiones ambientales tienen un proceso causa-efecto muy lento, que no se aprecia a simple vista, por ese motivo, el hombre no se preocupa del futuro que vivirán sus hijos y nietos, solo vive el presente sin preocupación

Empezad a preocuparos porque la naturaleza es sabia y reacciona contra las especies que la ocasionan perjuicios. La madre tierra se revelará algún día contra la explotación frenética a la que la tenemos sometida y según las previsiones no puede faltar mucho tiempo.

Fernando Nicolás



El centro de Vacaciones Naturista “NATSUN”, situado en la playa naturista de Vera, con dos kilometros de arenas limpias, en el contexto de una hermosa bahía, es un lugar ideal para pasar sus vacaciones en un ambiente tranquilo y rico en espacios naturales perfectamente conservados; una oferta ideal para quien se proponga disfrutar su estancia en la costa Mediterránea de Andalucía, con todas las comodidades y posibilidades de tranquilidad, diversión y practicas deportivas Vera Playa, conocida por sus veranos muy largos y sus inviernos muy suaves, se encuentra en una de la últimas zonas de costa, no destrozadas por el turismo y es muy recomendable, en consecuencia, para la práctica del naturismo, en el ambiente más apropiado.

Por otra parte, la Urbanización Natsun, en Vera Playa, es facilmente accesible con coche, avión o autocar, y está abierta todo el año, para todos los amigos del naturismo.

INFORMACIÓN

Urbanización Natsun, Vera Playa

Apartado Postal, 129 - Carretera de Garrucha-Villaricos, s/nº

Teléfono 950 467027 - Fax 950 467028

Web Internet: <http://www.veraplaya.es>

Dpto. Alquiler: Sr. Stuyvesant

E-04620 VERA (ALMERIA)

E-mail: natsun@telebase.es

Naturismo y Budismo

Posiblemente os preguntaráis, que tiene que ver Naturismo y Budismo, algo aparentemente sin conexión alguna y que sin embargo, a través de la lectura de ésta pequeña reflexión, os sirva para encontrar ese punto de unión que pasa desapercibido.

El Budismo, más que una religión es una filosofía de vida, al igual que el Naturismo, y por ese motivo no vamos a tratar asuntos místicos, sino los fundamentos sociales.

Todos los budistas tienen presente a lo largo de su vida, unas virtudes sagradas a seguir, como son el respeto a toda clase de vida, por ínfima que ésta sea, el respeto a la naturaleza como al mismo hombre, la tolerancia con los demás, la no violencia y la eliminación del propio yo, con el fin de que no existan diferencias entre los hombres, ni luchas de ninguna clase.

Después de ésta exposición creo que todos habremos llegado a alguna conclusión, porque todo el que se precie de Naturista, respeta la naturaleza, ya que con ella disfruta libremente, siendo tolerante con los demás, sin violencia.

El Naturista al igual que el Budista, no compete, simplemente participa y disfruta de los encuentros con los demás. Todos desnudos, no hay ropas que nos diferencien, no nos otorguen poder ni pertenencia a una determinada clase, somos mujeres y hombres compartiendo las ganas de vivir, una forma de vida más libre, sin complejos, en una palabraIDEAL.

Espero que estas líneas os hayan ayudado a observar, la paradoja que resulta, que los Naturistas tengamos más similitudes con una filosofía, que la practican a miles de kilómetros, que con la que tenemos en casa.

Fernando Nicolás

Las Playas a debate...

EN EL AYUNTAMIENTO DE GETXO

HB pedirá que se admita el nudismo en todas las playas de Getxo

EL CORREO DEBAGO

La agrupación municipal de Herri Batasuna en Getxo presentará en el próximo pleno del Ayuntamiento una moción en la que propone que en esta localidad «toda la zona respetada y pueden disfrutar de la playa aquellas personas que opten por el nudismo». Para la formación abertzale, la existencia de calas reservadas para los bañistas que prefieren tomar el sol sin ropa constituye una medida claramente discriminatoria.

En el texto que presentará próximamente al resto de corporativos municipales, HB solicita que tanto la playa Salvaje como la de Azkoerri sean declaradas libres, de manera que «se invite a quien las visite a elegir libremente si quiere, o no, vestir ropa alguna». De esta forma, los veraneantes que utilizan bañador deberían convivir con aquellas que opten por mostrar su cuerpo desnudo.

Bajo las rocas

Los corporativos de HB en Getxo basan su propuesta en la convicción de que «recluir a nudistas en getxos» constituye una forma de discriminar a estos colectivos de personas. No obstante, las zonas rocosas ubicadas bajo la Gela y la playa de Arrigunaga, donde hasta ahora se ha practicado el nudismo, también forman parte de los objetivos que definen de la moción de Herri Batasuna.

El pasado mes de Mayo y dentro de la campaña convocada por nuestra Asociación, entre nuestros socios y simpatizantes, se instaba a escribir cartas a los medios de comunicación, con objeto de señalar como PLAYAS LIBRES, las playas de Bizkaia, en las que se practica el nudismo.

La convocatoria tuvo un completo éxito y los diarios recibieron numerosas cartas de entusiasmados naturistas. HB se hizo eco de estas peticiones y presentó el pasado mes de Julio, una moción en el Ayuntamiento de Getxo, para que se señalizaran como PLAYAS LIBRES, todas las playas del Municipio.

No sabemos exactamente, si por que la moción la presentó HB, o porque el Ayuntamiento no tiene jurisdicción para ello, o porque sencillamente no estaban de acuerdo, la cuestión es que se rechazó por mayoría aplastante. A partir de este mes, E.N.E. va a presentar en varios Ayuntamientos de Bizkaia, una moción, para que los naturistas podamos utilizar los Polideportivos Municipales, algunos días al mes, sin tener que usar la incómoda ropa.

Esperemos que los políticos tomen conciencia de esta reivindicación tan justa, para los naturistas vascos.

Juan Luis Blanco

Medios de Comunicación

Parece que con la llegada del verano, EL NATURISMO, se pone de moda, no solo para las personas que lo practican en el mes de vacaciones, sino también para los medios de comunicación, que es cuando les empieza a interesar y comienzan a tirar artículos a granel.

En algunas ocasiones para mostrar lo que es el Naturismo, sus evoluciones y los fines que se esperan conseguir. Este es el caso, del buen artículo de Jose Alonso Seco, para la Agencia EFE y que se publicó en casi todos los medios de comunicación de Euskadi.

Con estos mismos fines, fué la entrevista radiofónica que mantuvo con nosotros Cecilio Torres para Radio Euskadi, así como la emisión Televisiva de Marian Gerrikabeitia para Canal Bizkaia.

Pero no todos los periodistas son iguales, sean famosos o sean simples "escribe papeles". En muchas ocasiones, el morbo y el sexo, impera a la hora de hablar de naturismo. Son capaces de manipular cualquier conversación, con el solo objeto de que su noticia llame la atención. Les da igual el Naturismo que cualquier otra cosa, que haya gente que están trabajando por él, sacrificando su tiempo libre etc..... No les interesa más que llamar la atención con su articulillo. En esta parcela, se encuentra Luis Gómez, de El Correo, que más que un artículo sobre naturismo, para un periódico serio, parece una patochada vacacional, digno de cualquier revista del corazón.

Mira que Jacint Rivas, lo advirtió, el pasado mes de Junio, a cuenta de una grabación, manipulada por la periodista Nieves Herrero, en una entrevista con él sobre la Asociación A.D.D.A.N., que preside.

Pero todos somos humanos y tenemos derecho a equivocarnos, aunque sea solo por una vez.

Y por fin comentaros una noticia buena, en la revista TODONATURISMO, del pasado mes de Septiembre, aparece un buen reportaje sobre nuestra Asociación E.N.E., para que podáis conocernos un poco mejor.

Pero Xabier López, no tiene nada que ver con el periodismo, es amigo de todos los naturistas.

Juan Luis Blanco

Textiles y Naturistas

¿ES POSIBLE LA CONVIVENCIA?

Soy una naturista principiante, hace solo 3 años que lo soy y más que nada me he ceñido a ir de vacaciones a sitios exclusivamente naturistas.

Este año como no he podido salir, a donde he ido principalmente ha sido a playa de Sopelana "La Salvaje", allí he comprobado un hecho que me ha sorprendido agradablemente.

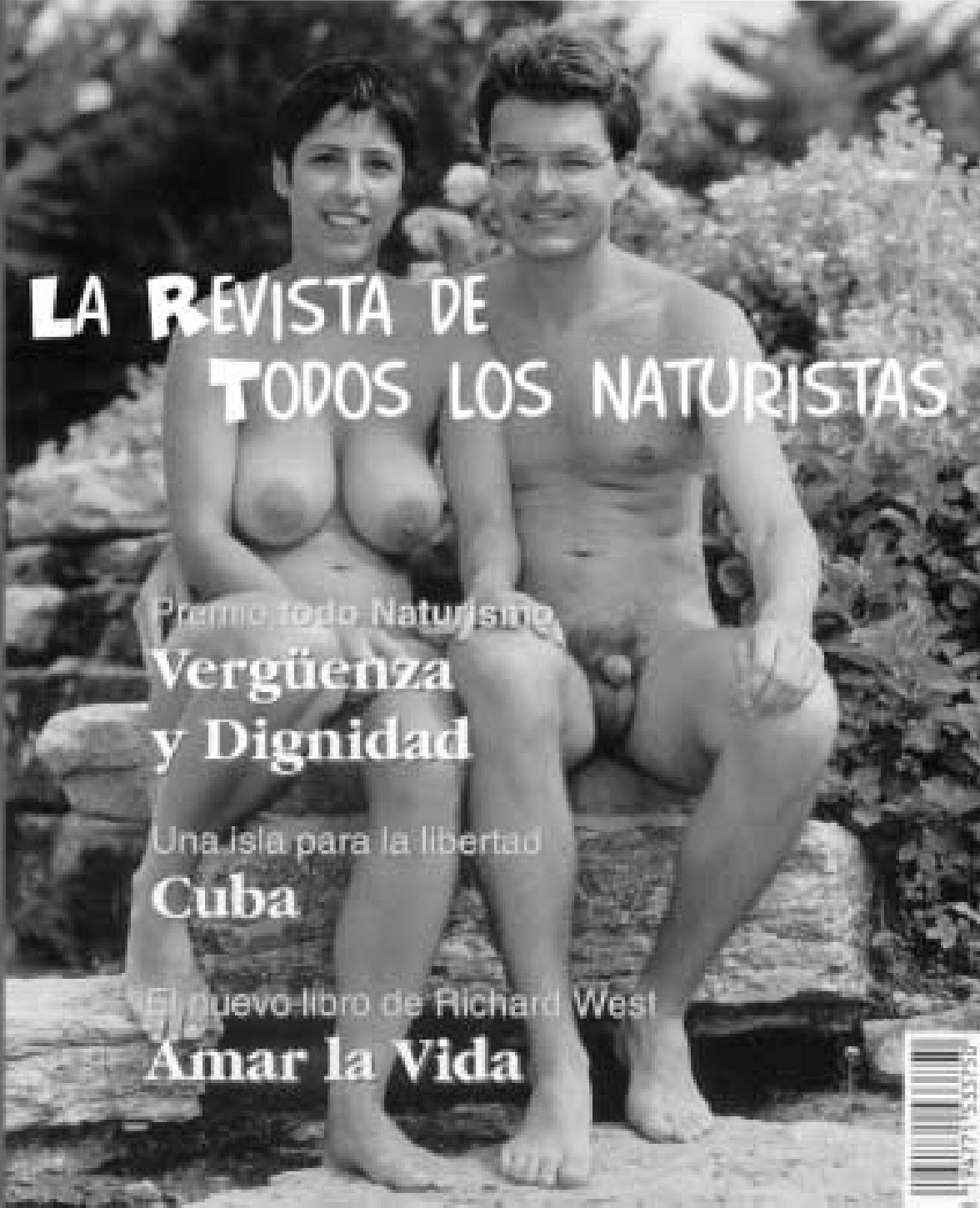
Había oído que la gente naturista se estaba desplazando de esta playa porque se estaba llenando de textiles, los primeros días que fui (fines de semana) si que me pareció que había poco naturismo, pero según empezaron mis vacaciones y puede ir entre semana descubrí que allí, cerca de nosotros, se practicaba una forma diferente de naturismo y me gustaría pensar que representa el deseo futuro de todos los naturista.

Encontré varias cuadrillas mixtas, con miembros textiles y naturistas que compartían la diversión de estar en la playa y disfrutar del sol y mar.

Acostumbrada como estaba a que los sitios donde iba fuesen sólo para naturistas, esta convivencia entre los dos grupos, la mayoría de las veces enfrentados, consiguió que me enorgulleciese de esta gente que es capaz de compartir su tiempo de ocio entre sí, sin situaciones molestas en un ambiente relajado.

Puede que yo este idealizando el ambiente, que simplemente sea lo que quiero ver, pero en ese momento, me pareció lo más próximo al paraíso que deberíamos soñar todos los naturistas.

Maite Vicuña



**LA REVISTA DE
TODOS LOS NATURISTAS**

Premio todo Naturismo
**Vergüenza
y Dignidad**

Una isla para la libertad
Cuba

El nuevo libro de Richard West
Amar la Vida



REVISTA TODONATURISMO - FOCUS 100 S.A.
Apartado de Correos nº 50.076 46080-VALENCIA
Tlfno y fax: 96 372 60 86 e-mail: focus100a ctv.es
Internet [http: www.ctv.es/USERS/focus100/todnat.html](http://www.ctv.es/USERS/focus100/todnat.html)



STRESS!
WHAT STRESS?



Costa Natura



EL PARAÍSO NATURISTA EN EL SUR DE ESPAÑA
ABIERTO TODO EL AÑO Nº 1 PARA UNAS VACACIONES NATURISTAS

EL MEJOR CLIMA DE EUROPA - IDEAL PARA VERANO E INVIERNO
APARTAMENTOS MODERNOS TOTALMENTE EQUIPADOS - INCLUSO CON COCINA -
SUPERMERCADO LAVANDERÍA RESTAURANTE AL LADO DE LA PISCINA -
PISCINA ACLIMATADA PISCINA DE NIÑOS - PLAYA NATURISTA - DEPORTES ACUÁTICOS -
VOLLEYBALL - PETANQUE - PING-PONG - SHUFFLEBOARD - MINI-TEN - PRACTICA DE
GOLF - GIMNASIO - TENIS - YOGA - JACUZZI - SAUNA - MASAJE - AEROBIC - BAILE
ESPECTÁCULOS - FLAMENCO - TV POR SATELITE - JARDINES -
ANIMACIÓN PARA NIÑOS - MINICLUB -

**PRECIOS ESPECIALES EN INVIERNO -
PRECIOS ESPECIALES ALQUILERES LARGOS**

Pidan nuestro Video de este precioso complejo 50 Min. 3.500 ptas.

Añaden 500 ptas. para gastos de envío. **HAGA SU PEDIDO**

- llamando al 952808065 fax - 952808074
- por internet www.costanatura.com
- o por correo

LLAMEN AL

952808065

FAX - 952808074

www.costanatura.com

E-mail:

info@costanatura.com

Costa Natura, Ctra. de Cádiz, km. 151, 29680 Estepona, Málaga.

Nombre Dirección

Adjunto Cheque por
access nº fecha cad.
visa nº fecha cad.

Costa Natura,
Ctra. de Cádiz, km. 151,
29680 Estepona, Málaga.