



N  
ENE  
NATURAL  
NATURISMO



FEDERAÇÃO PORTUGUESA  
DE  
NATURISMO



Revista



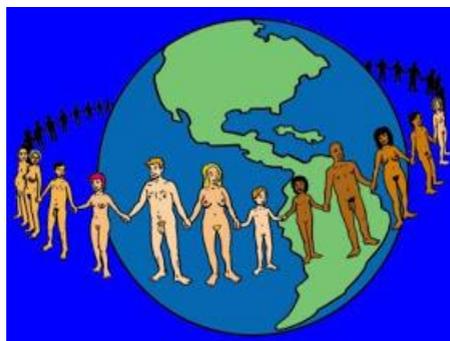
Nº 15

IV Série

Janeiro 2016

# Índice

Editorial .....	2
Assembleia Geral.....	3
Actividades em 2016.....	3
Praia dos Alteirinhos.....	3
V Encontro Famílias do Sul da Europa.....	5
Blog .....	24
Espaço Associativo .....	25
Espaço INF .....	30
Espaço FPN .....	36
Praias Oficiais.....	38
Praias de Uso e Costume.....	39
Espaços Naturistas em Portugal.....	40
20 Motivos para aderir à FPN.....	41
CNI – Cartão Naturista Internacional .....	45
Ficha de Adesão .....	47
Protocolos FPN .....	49
Divulgação no site da FPN .....	54
Contactos e Redes Sociais .....	55



---

## Editorial

Com a chegada do novo ano é tempo de novo mandato para os Corpos Sociais eleitos na última Assembleia de Dezembro.

Nesta edição grande destaque para o V Encontro de Famílias do Sul da Europa que decorreu em Outubro com vários artigos e o relatório oficial do evento.

Teremos ainda novidades sobre o calendário para 2016.

O ano começa também com a infeliz noticia do fim das aulas de yoga naturista em Lisboa, a actividade indoor que decorria à mais tempo em Portugal de forma continuada.

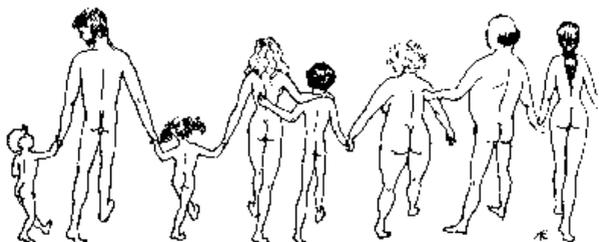
No ano em que celebra o seu 39º Aniversário a FPN continúa empenhada na promoção e divulgação do naturismo continuando a desenvolver a custo zero a sua página.

Um ano que pode trazer a Portugal mais espaços naturistas de norte a sul segundo os contactos realizados com a FPN.

Votos de mais e melhor naturismo para 2016.

Saudações Naturistas

Paulo Garcia



## Assembleia Geral Ordinária

Decorreu no passado dia 19 a ultima AGO da FPN, para além de pequenas alterações aos Regulamentos em vigor cujas versões finais podem ser consultadas em [www.fpn.pt](http://www.fpn.pt) , foram eleitos os Corpos Sociais para 2016 / 17.

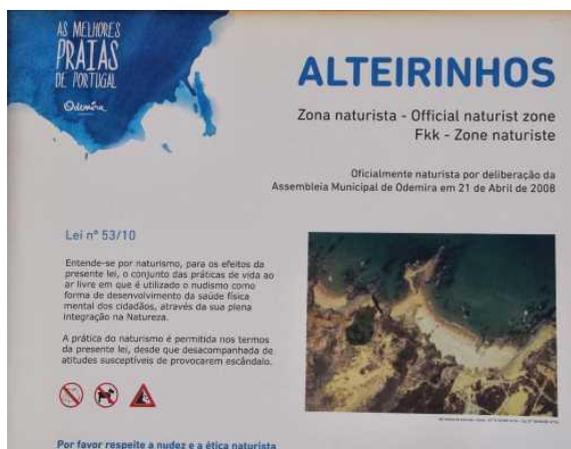
## Actividades em 2016

Ao longo do ano a FPN estará presente nas seguintes actividades:

- Piscina de aniversário em Março;
- Ceia partilhada de aniversário em Março;
- Congresso europeu (EUNAT) em Abril;
- Dia Mundial do Naturismo em Junho;
- VI Encontro de Famílias da Europa em Setembro;
- 35º Congresso Naturista Internacional em Novembro;
- 4ª Edição da Légua Nudista do Meço em data a anunciar.

Para além destas actividades a partir da nossa página pode encontrar informação sobre as entidades filiadas e os eventos internacionais patrocinadas pela Federação Internacional.

## Praia dos Alteirinhos



Situada a Sul da Zambujeira do Mar foi aprovada como praia oficial naturista a 21 de Abril de 2008.

*“Este areal situa-se a sul de Zambujeira do Mar e é recortado numa alta falésia. Trata-se de uma zona de grande beleza natural dada a forma das rochas envolventes. Tal como todas as outras praias, constitui um ótimo refúgio para quem procura a tranquilidade.*

*Parte do areal dos Alteirinhos, cerca de 160m, é a única zona classificada como zona naturista do concelho de Odemira.”*

[Fonte](#)

---

Saiba [aqui](#) como chegar.

[Foto 360º](#)

[Galeria fotográfica](#)



---

## V Encontro de Famílias do Sul da Europa

Decorreu em El Portus de 9 a 18 de Outubro mais um grande evento patrocinado pela Federação Naturista Internacional numa organização levada a cabo pela Federação Espanhola de Naturismo.

Durante 10 dias, 5 federações e mais de 100 naturistas participaram em várias actividades desportivas, culturais e sociais.

A delegação portuguesa contou com a participação de 8 elementos sendo a única com crianças no evento.

Nesta edição apresentamos vários artigos sobre o evento, o testemunho de alguns participantes e o relatório oficial do evento.

### El Portus 2015 - Dia 0



Depois das reservas antecipadas e de irmos acompanhando a evolução do programa para o evento chegou o momento da partida pelas 23h00 de sexta-feira.

Uma viagem de quase 1000 km realizada de noite carece de alguns cuidados e muita prudência.

Com dois condutores e alternando os períodos de condução mesmo assim não foi fácil.

A condução sobre um denso nevoeiro ao amanhecer foi difícil e demorada.

Para quem vai pela primeira vez e pretende viajar de noite aconselhamos antes de Mérida abastecer o depósito, nos 400km seguintes e durante a noite não existem postos abertos.

Chegados ao parque foi altura de efectuar o check-in, este ano tivemos de esperar pelas 15H00 para aceder ao bungalow, por norma estão disponíveis a partir das 16H00, mas

---

se estiverem prontos, no encontro podem ser entregues antes da hora.

Prontos para vários dias de praia, actividades diversas e claro conhecer um pouco da região brindámos ao V Encontro de Famílias Naturistas do Sul da Europa.

### El Portus 2015 - Dia 1



Com a recepção do evento marcada para as 13h00 aproveitamos para visitar o parque e vestir a "roupa de gala" para as boas vindas celebradas com uns aperitivos, as primeiras canhas e os discursos de boas vindas da praxe, por parte do director do parque, presidente da FEN e presidente da INF-FNI.



De seguida a foto institucional para as publicações naturistas.

Finalizado o evento e arrumadas as bagagens, um resto de tarde na praia aproveitado para descansar, mergulhar e trabalhar para a cor final.



O jantar decorreu no restaurante do parque onde se come muito bem e com preços simpáticos.

Ao longo do evento e incluído no valor da estadia tínhamos uma refeição por dia, com opção de escolha nos dias livres entre almoço e jantar.



El Portus 2015 - Dia 2 e 3





Dois dias livres para descansar, fazer praia, piscina e conhecer melhor o parque.

Ao final do dia o ponto de encontro era na esplanada do restaurante onde naturistas de várias nacionalidades aproveitavam para por a

conversa em dia e à boa maneira espanhola tomar uma bebida.

Neste momento era comum encontrar dos 400 residentes no parque um grupo de mais de 50 naturistas em amena cavaqueira até ao jantar





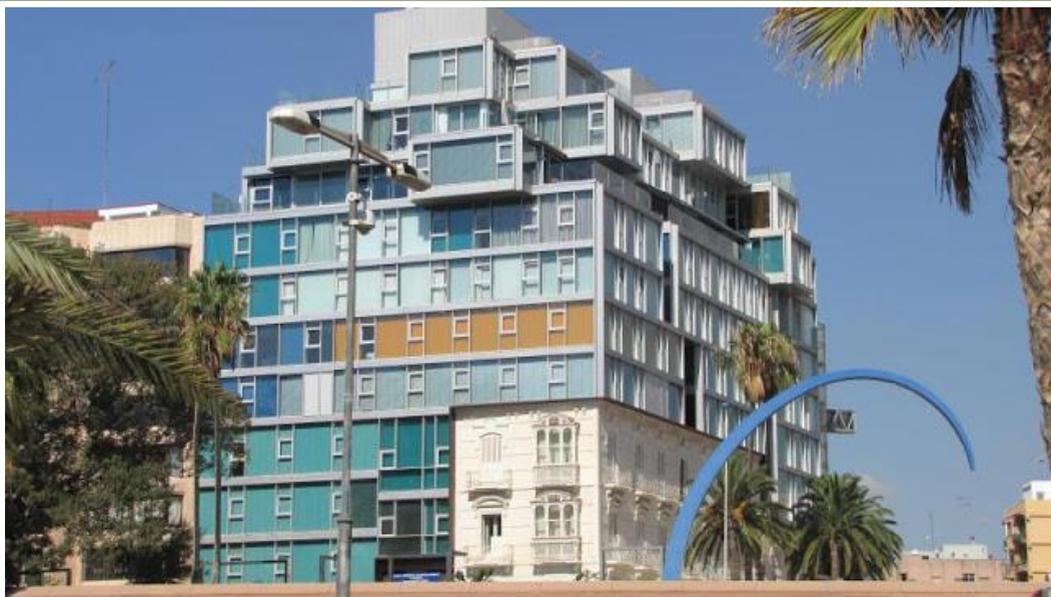
No programa do dia estava previsto um passeio de catamaran pela costa de Cartagena, no entanto o vento, a ondulação e alguma chuva levou a organização a adiar o evento.

Perante o dia desagradável e tornado livre aproveitámos para a primeira visita a Cartagena num passeio em que participaram todos os portugueses presentes no evento.

Cartagena

"A cidade foi, foi, senão a primeira, a principal porta de entrada dos Cartagineses na península Ibérica, fundada em 227 a.C. pelo general cartaginês Asdrúbal, o Belo. Foi capturada por Roma durante a Segunda Guerra Púnica (218–201 a.C.), vindo a tornar-se a capital de uma das províncias da Diocese das Hispânicas, a

Cartaginense." [fonte](#)



## El Portus 2015 - Dia 5



Dia de caminhada com uma duração prevista de 3 horas num percurso circular realizado a Este do parque com uma acentuada subida até um local com uma espectacular vista sobre mar.

Regressados ao parque perto da hora almoço foi tempo de retemperar as forças e aproveitar a tarde para ir até à praia.



Uma caminhada com um grau de dificuldade inferior à edição de 2014 realizada com menos participantes num dia em que a chuva esteve quase presente.

Visita nocturna nas movimentadas ruas

---

de Cartagena para jantar e passear permitindo uma visão diferente da cidade.





Dia da [cultura](#) neste evento, com saída do parque pela manhã em autocarro até ao porto de [Cartagena](#) onde embarcámos num [passeio de barco](#) em redor da baía.

Paragem e desembarque na [fortaleza da Natividade](#) para uma visita guiada.



Regressados a [Cartagena](#) (video) uma breve caminhada para o restaurante onde foi servido o almoço.

Regresso ao parque em autocarro.



Com todas as actividades do dia e almoço incluídos no valor de inscrição do evento esta é mais uma vantagem da participação neste evento.









## El Portus 2015 - Dia 7



Dia de passeio naturalista no [catamaran olé](#) ao longo da costa.

Saída do parque em autocarro e almoço pic nic fornecido pelo restaurante do parque a bordo.

Com duas paragens para uns mergulhos e uma deslumbrante vista da costa sempre acompanhados por muita música e alguns passos de dança dos participantes mais activos.

Após mais de 4 horas de passeio regresso ao parque.









Aproveitamos o dia livre para visitar o teatro romano no centro histórico de Cartagena, passear pela cidade e da parte da tarde rumar à [Bateria](#) de [Castillitos](#) e Isla Plana.



À noite o jantar de gala seguido de muita dança por parte da comitiva portuguesa que animou e incentivou os presentes.







Com dia de sol espectacular, talvez o melhor dia do encontro, foi altura de rumar a casa e dar início aos quase 1000km de viagem.

Com o aproximar de Portugal foi também tempo de muita chuva e fraca visibilidade tornando parte da viagem num verdadeiro dilúvio.

## Conclusão



O [Encontro de Famílias do Sul da Europa](#) é um evento único na península ibérica.

O valor da Estadia e o pacote oferecido são muito simpáticos com um desconto que amortiza o valor do [Cartão Naturista Internacional](#) por vários anos.

Mas muito mais importante foi aproveitar para umas férias de várias dias em ambiente naturista na companhia de vários companheiros nacionais e estrangeiros.



Neste evento estiverem presentes naturistas de 5 países.

A nível institucional o nosso bungalow estrategicamente bem colocado com todas as pessoas a parar para identificar a nossa bandeira.



Durante o encontro tivemos vários contactos para informações sobre Portugal.

Tivemos também oportunidade de ter várias conversas informais com a presidente da INF-FNI onde foram abordados vários assuntos e reconhecido o trabalho que temos vindo a realizar.

Em 2016 tudo faremos para tornar possível a presença do próximo Conselho Executivo da FPN neste evento.

## **Encontro de famílias, Naturistas do Sul da Europa**

Por J&P

Dia 9 de Outubro por volta das 23H00 dá-se início a nossa aventura em direcção ao camping El Portús, percorridos uns longos 950 Kms que distanciam Almada de El Portús chegamos finalmente ao nosso destino levando na bagagem um grande objectivo, conviver e partilhar experiências num grande espaço Naturista.

Dia 10 de Outubro chegamos ao camping El Portús pelas 10 horas da manhã estava um dia Lindo de sol onde se pode apreciar as paisagens fabulosas que nos rodeavam e desfrutar do meio envolvente do camping. Iniciava se pelas 13horas um cocktail de boas vindas onde nos foram apresentadas as pessoas da organização e dado a conhecer o programa do evento com as diversas actividades que se iriam realizar, como por exemplo: caminhada, passeio histórico e um passeio de barco tudo isto com o objectivo de promover o convívio entre as diversas culturas e nacionalidades de uma forma simples e natural, terminando com um jantar de gala no dia 17de Outubro.

É de salientar o apoio imprescindível da INF tanto no aspecto orçamental permitindo um desconto significativo no preço da estadia bem como no plano

---

---

organizativo com a definição das actividades que fomentem o convívio das famílias naturistas durante a estadia no camping.

Em suma e expressando a nossa opinião sobre este evento com a designação de "Encontro de Famílias..." o balanço foi positivo, tivemos bom tempo, um convívio muito agradável entre a comitiva Portuguesa que serviu para consolidar amizades já existentes, gostaríamos de salientar a forma natural como as diversas pessoas lidam com a nudez sendo perfeitamente natural ir as compras ao mini supermercado sem aquela sensação que estamos a ser observados.

No que diz respeito aos aspectos a melhorar achamos que se realizou um **encontro onde as pessoas não se encontravam** a não ser nas actividades oficiais, julgo que se deveria rever este conceito e criar um polo aglutinador que tenha essa função, juntar as famílias criando um elo de ligação, como sendo por exemplo uma hora ao longo do dia para dialogar, conviver, existindo temas de debate ouvindo a opinião das pessoas, criando assim um "encontro de famílias".

## **Encontro de famílias, Naturistas do Sul da Europa**

Por Nuno Frade

Depois de um ano bastante intenso para a Família da Quinta do Maral, decidimos que também nós temos direito a Férias Naturistas, e fomos em família ao encontro de Famílias Naturistas do Sul da Europa, em El Portus.

Sabíamos já que El Portus tem um registo completamente diferente do nosso, e que noutra contexto que não este do encontro naturista, provavelmente a opção seria outro tipo de Parque de Campismo. No entanto, damos por bem empregue o tempo que lá passámos, o que só prova que o que é diferente dos padrões com que nos identificamos, não é necessariamente pior, mas sim e apenas diferente. Por vezes somos levados a pensar se estaremos a fazer o percurso correcto, e não deveríamos ceder e copiar este tipo de registo, que é tão bem sucedido comercialmente. E a conclusão é sempre a mesma, primeiro não seríamos nós, nem seria genuíno com a nossa forma de estar, depois seria uma cópia, e raríssimas são as cópias que se aproximam dos originais.

---

---

El Portus é outro mundo, não falemos apenas de dimensão e da praia “quase” privada, falemos de estilo, de estrutura e de públicos. Provavelmente se alguém conseguisse levar um responsável da Orbitur a visitar El Portus, e como nos disseram a nós, lhes passassem a informação de que, em época baixa, têm 400 residentes permanentes, uma estrutura com a dimensão da Orbitur, pensasse seriamente, em investir em Portugal, no mercado naturista, fica a ideia. Porque todos teríamos a ganhar, até nós!

Em relação ao encontro em si, gostámos muito de algumas actividades, principalmente do passeio de catamaran nas águas cálidas do mediterrâneo em meados de Outubro, no entanto gostava de sublinhar que com condições logísticas semelhantes à deste encontro, nós portugueses poderíamos dar cartas, no que diz respeito a saber receber, e na criação de dinâmicas de real convívio entre os participantes, independentemente das suas origens.

Reforço que foi com orgulho que fizemos parte da comitiva portuguesa, da qual a FPN esteve também muito bem representada.

Esperamos ter oportunidade de repetir esta experiência!

Nuno Frade

---

## Blog

Continuamos a visita por vários blogues dedicados ao naturismo.

Um blog é uma das maneiras mais acessíveis e de custo zero para ajudar a promover e divulgar o naturismo.

Nesta edição visitámos o blog Casais Nudistas um espaço com vários artigos dedicados à prática do nudismo que traduz a opinião dos seus autores pela sua forma de ver e praticar esta forma de estar na vida.

Um blog que conta com artigos originais e referenciados constituindo um espaço de informação e opinião a visitar.

Em Portugal o número de blogs dedicados à temática naturista e nudista são extremamente raros, os seus autores estão de parabéns pela iniciativa que já conta com mais de 800.000 visitas desde Setembro de 2009.



Foto Blog Casais Nudistas

---

## Espaço Associativo

Um espaço reservado aos Clubes e Associações filiadas na Federação Portuguesa de Naturismo.

A FPN convida e disponibiliza para cada edição um espaço na Revista N para todas entidades filiadas.

Dar voz e espaço ao associativismo, permitindo opiniões diferentes e a possibilidade de partilharem o seu trabalho com todos os leitores da nossa revista é um dos objectivos deste espaço associativo.

Um espaço sempre disponível cuja decisão de participar e conteúdos são da inteira responsabilidade das entidades filiadas.



O Clube Naturista Centro celebra em 2016 o seu 18º aniversário.

O nosso clube, à semelhança de outros, atravessou por dificuldades mas, com a colaboração dos mais persistentes, conseguiu aguentar-se, voltando a respirar com algum alívio graças também à chegada de novos membros.

Será este o rumo a seguir. Só com a entrada de novos elementos e a manutenção dos existentes, é que conseguiremos continuar a trabalhar para um Naturismo mais dignificado.

As actividades desenvolvidas ao longo de todo o ano de 2015, à semelhança de



anos anteriores, tiveram um programa coerente, desde que esta direcção tomou posse em Janeiro de 2011. Foi até essa data, uma Assembleia sem igual na história do nosso Clube, estiveram presentes 6 presidentes num momento que marcou também o renascimento do nosso clube de forma totalmente autónoma.

O ano de 2015 fica marcado pela actividade mais inovadora e sem igual realizada em Portugal, que teve lugar numa reconhecida unidade hoteleira na Serra do Açor, junto à aldeia do Piódão.

Um fim-de-semana onde foi possível usufruir dos serviços do hotel em ambiente naturista, tendo livre acesso à piscina, ao SPA e ginásio.

Encontra-se já reservado para Novembro de 2016, numa segunda edição, altura em que será celebrado o 18º aniversário do CNC de forma muito Natural.

O Clube Naturista do Centro oferece também, já habitualmente, durante o período mais frio, actividades indoor, desde Outubro a Abril. Nestes meses, uma

---

vez por mês, na piscina do Alvito em Lisboa, acontecem duas horas de piscina ao Natural com uma aula de hidroginástica.

Podemos afirmar que é de toda a nossa actividade mais popular, com uma grande aderência, chegando por algumas vezes à lotação máxima permitida e contratada com a piscina. Esta actividade tem tanta procura, que já outros nos seguiram, e ainda bem que o fizeram, quem ganhou foi o Naturismo.

As actividades outdoor, decorreram de Março a Novembro, com várias caminhadas, em Belas, Arrábida e Sintra, não se tendo realizado a caminhada programada ao Natural, porque os participantes preferiram usufruir do sol e da areia da praia da Adiça.



Realizámos à semelhança de anos anteriores, dois encontro de camping , um no Monte Barão, em Abela, e outro na Quinta do Maral, no Marvão. Aqui voltámos a realizar a 3ª edição do Maral Horse Naked Tour, uma outra actividade que apenas se tem realizado através do CNC.

Tivemos também vários encontros de praia em 2015. Fomos até à praia da Costa Nova em Aveiro, e à praia do Palheiro em Cantanhede, e muito mais. Foi um ano diferente em termos de deslocações e descoberta de outras alternativas naturistas. Visitamos a praia da Vigia em Sintra e realizamos vários encontros nas praias do Meco, Adiça e Bela Vista. Outra conquista foi a entrada da praia da Adiça na lista de praias oficiais, mais um bom trabalho da FPN, com a colaboração do trabalho de campo do CNC.

Em Setembro aconteceu a 3ª edição da Légua Internacional Nudista da Praia do Meco, esta prova conta com o alto patrocínio do nosso clube, entre outros. A projecção mediática desta prova levou o resultado do nosso trabalho em prol do Naturismo além fronteiras. Vamos repetir em 2016, com a 4 edição.

---

Tudo isto, que tem sido desenvolvido ao longo dos últimos anos, tem sido realizado com o esforço de algumas pessoas, que por vezes sacrificam a vida pessoal em prol da continuidade das actividades e de um bom trabalho de divulgação.

Um trabalho que tem sido reconhecido pelos nossos sócios e amigos, sem o seu reconhecimento e participação seria inglório todo este esforço. É por eles também que esta Direcção continua a mostrar a sua disponibilidade no desenvolvimento e promoção de um Naturismo mais forte, mais divulgado e esclarecido, onde o respeito é a palavra de ordem e onde a família é o maior suporte de crescimento desta forma de viver, independentemente do tipo de estrutura familiar de cada um.

Todos são bem vindos ao nosso Clube, e só com a sua ajuda poderemos fazer mais e melhor.

Contamos contigo! Associa-te ao Clube Naturista do Centro, e VIVE  
NATURALMENTE!



Saudações Naturistas  
Presidente da Direcção  
Júlio Esteves

## SPN



Devido à falta de participantes a SPN encerrou no princípio do ano as aulas de Yoga naturista.

Apesar de todos esforços desenvolvidos pela FPN na divulgação e promoção do evento esta actividade vinha a perder participantes.

Para quem deseja continuar a praticar yoga a SPN realiza todos os sábados uma aula de yoga têxtil entre as 10H30 e as 11H45.

Toda a informação pode ser encontrada na sua página.

---

## Espaço INF



Um espaço para publicação de informação sobre países e relatórios oficiais das actividades internacionais desenvolvidas com o apoio da Federação Internacional de Naturismo.

Encontros de família, galas desportivas ou torneios são excelentes oportunidades para representar a Federação Portuguesa de Naturismo e Portugal nestes eventos internacionais.

São também um excelente local de troca e partilha de experiências e saberes entre naturistas de todo o mundo.

Infelizmente Portugal não tem tradição de presença em muitos destes eventos, nem em organização deste tipo de actividades dada a falta de infra-estruturas naturistas para os acolher.

Os textos são traduções livres para a língua Portuguesa, os textos originais em inglês podem ser lidos no site da INF.

Nesta edição “visitamos” a Alemanha dando a conhecer um pouco do naturismo e dos respectivos dados naturistas.

## FOCUS

A edição de Dezembro da newsletter da INF está disponível para leitura a partir da nossa [página](#).

---

## V Encontro de Famílias do Sul da Europa

**Relatório: 5º Encontro de Famílias do Sul da Europa, El Portus, Cartagena, Espanha,**

**9/10/15 - 18/10/15**

Esta ano o Encontro de Famílias do Sul da Europa foi realizada com sucesso graças a El Portus. Cada participante pode desfrutar de sol durante o evento deste ano numas impressionantes e autênticas férias familiares da INF-FNI.



Num total de 110 portadores de Cartão Naturista da INF composto por membros das federações de Inglaterra (BN), Áustria (ONV), Espanha (FEN), Portugal (FPN) e Alemanha (DFK) puderam aproveitar esta maravilhosa oportunidade para dar uns mergulhos na praia do Camping.

O preço e qualidade do alojamento e das refeições excelentes, incluindo actividades abundantes e de excelência: Cocktail de boas-vindas, passeio de barco no Catamaran Olé, caminhada, visita cultural à cidade modernista de Cartagena (com almoço no porto de pesca tradicional no Restaurante do Clube

---

Náutico de Santa Lúcia), jantar de despedida com música...



Os presentes receberam ainda 3 presentes comemorativos deste evento organizado pela Federação Espanhola de Naturismo (FEN) e pelo Camping Naturista El Portus, o evento foi patrocinado pela Camping Naturista El Portus e pela Federação Internacional de Naturismo (INF-FNI).



Presentes: Caneca de El Portus), pareo e saco: moda naturistas “El Portus 2015”

Um agradecimento especial para a Presidente da INF-FNI, Sieglinde Ivo, por ter aberto e encerrado o evento.

Um agradecimento especial ao ex-vice-presidente Mick e sua esposa Roz por terem participado no evento.

Agradecimentos especiais aos participantes da FPN e da BN por participarem na maior parte do V Encontro de Famílias do Sul da Europa.

O próximo encontro será em El Portus de 16 a 24 de Setembro de 2016.

Ismael Rodrigo, Presidente da FEN

[www.naturismo.org](http://www.naturismo.org)

[fen@naturismo.org](mailto:fen@naturismo.org)

+34 629924348

@naturismo

(25.12.2015)

---

---

## 34º Torneio de Petanca INF-ENC

### Relatório: 34º Torneio de Petanca INF-ENC 2016, Wadern, Alemanha.

Entidade organizadora: DFK-LBS

O torneio de petanca INF-ENC de 2016 constitui um sucesso e os seus organizadores Michael e sua esposa apoiados por cerca de 20 assistentes, fizeram um espectacular trabalho.

Um total de 7 federações e 122 participantes participaram neste evento distribuído da seguinte forma::

DFK 17 pares, NFN 16 pares, FBN 8 pares, FFN 8 pares, BN 7 pares, SNU-UNS 3 pares, FENAIT 2 pares.

Os sorteios para o evento decorreram a Sexta-feira da parte da tarde e no Sábado, após os discursos de Sieglinde e Jan, deu-se inicio ao torneio.

No sábado o jantar foi acompanhado dos discursos da praxe e de boa musica constituindo um agradável momento.

No Domingo de manhã após o pequeno-almoço continuaram as provas até à distribuição dos prémios.

Angela Russel, presidente da BN convidou os presentes para participar no próximo torneio de petanca em Inglaterra de 2 a 4 de Setembro 2016.

Agradecemos à DFK e LBS pela sua hospitalidade.

Jan Paashuis, Director Desportivo da ENC

2015/10/31

**Nota:** Os relatórios são apresentados numa versão traduzida livremente e resumida pela FPN, as versões completas e originais podem ser consultadas na pagina da INF/FNI.

---

---

## Definição de naturismo

De acordo com o recente email recibo da INF /FNI a definição de naturismo mantém-se desde 1974.

### **Nas 3 línguas oficiais da Federação Internacional são as seguintes:**

*Le naturisme est une manière de vivre en harmonie avec la nature caractérisée par une pratique de la nudité en commun qui a pour but de favoriser le respect de soi-même, le respect des autres et celui de l'environnement.*

*Naturism is a way of life in harmony with nature characterised by the practice of communal nudity with the intention of encouraging self-respect, respect for others and for the environment.*

*Der Naturismus ist eine Lebensart in Harmonie mit der Natur. Sie kommt zum Ausdruck in der gemeinschaftlichen Nacktheit, verbunden mit Selbstachtung sowie Respektierung der Andersdenkenden und der Umwelt.*

### **A definição da Federação Espanhola:**

El Naturismo es una forma de vivir en armonía con la naturaleza, caracterizada por la práctica del desnudo en común, con la finalidad de favorecer el respeto a uno mismo, a los demás y al medio ambiente.

### **A definição da Federação Portuguesa:**

O Naturismo é uma forma de viver em harmonia com a Natureza caracterizada pela prática da nudez social, com o propósito de favorecer a auto-estima, o respeito pelos outros e pelo meio ambiente.



1, 2, 3, walk naked  
and feel free !

30<sup>th</sup> July 2016

# 7<sup>th</sup> International Naturist Run

at Rosenfelder Strand

FKK-Camping  
Ostsee  
Rosenfelder Strand



Patron

**Sieglinde Ivo and Herbert Steffan**

(President of the INF)

(President of the DFK)

Charity run

for the DLRG based at «Rosenfelder Strand»  
and  
the volunteer fire-fighters from Grube



Race: 5000 and 10000 meters  
Walking - Nordic Walking 5000 meters



Registration documents under: [www.dfk.org](http://www.dfk.org)

## Espaço FPN

Um espaço dedicado à FPN para divulgação de pequenas notícias e eventos.

A próxima edição da Revista N será publicada em Março abordando a oferta naturista para o verão de 2016.

Desafiamos os nossos leitores a divulgarem fotos das suas férias e artigos sobre os seus locais de eleição para férias naturistas.

Até lá!



## Praias Naturistas Oficiais

Lista das praias legalizadas em Portugal para a prática do naturismo:

- ✚ Praia da Bela Vista;
- ✚ Praia do Meco;
- ✚ Praia do Salto;
- ✚ Praia dos Alteirinhos;
- ✚ Praia das Adegas;
- ✚ Praia da Ilha Deserta;
- ✚ Praia do Barril;



## Praias de Uso e Costume Naturista

Lista das praias mas divulgadas para a prática de uso e costume naturista:

- ✚ Estela
- ✚ Palheirão
- ✚ Cova Gala
- ✚ Salgado
- ✚ Ursa
- ✚ Adiça
- ✚ Comporta
- ✚ Monte Velho
- ✚ Malhão
- ✚ Furnas Sul – V.N. Mil Fontes
- ✚ Bordeira
- ✚ Beliche
- ✚ Zavial
- ✚ Furnas - Salema
- ✚ Cabanas Velhas
- ✚ Canavial
- ✚ Pinheiros
- ✚ Ilha da Armona (Fuzeta)
- ✚ Quatro Águas
- ✚ Fabrica
- ✚ Cacela Velha



## Espaços Naturistas em Portugal

Lista dos espaços mais divulgados para a prática do naturismo:

- ✚ Naturviana;
- ✚ Quinta do Maral; (\*)
- ✚ Monte Naturista O Barão;
- ✚ Somantura; (\*)
- ✚ Quinta dos Carriços; (\*)
- ✚ Maison Africain;
- ✚ Cabana del Sol. (\*)

(\*) Proprietários portadores de Cartão Naturista Internacional emitido pela FPN.



---

## 20 Motivos para aderir à FPN



**1** - Os Naturistas Federados estão todos sob o mesmo guarda-chuva, nacional e internacional.

**Só o facto** de se pertencer a organizações de maior alcance (nacional e global), é motivo suficiente **para participar deste movimento**.

**2** - INF e FPN são organizações democráticas: Todos os representantes são escolhidos de acordo com os respectivos estatutos.

**3** – Os seus membros reúnem anualmente para decidir democraticamente o orçamento e actividades para cada ano.

**4** - Os nossos representantes reúnem anualmente com todas as entidades filiadas (Clubes e Associações) para decidir democraticamente sobre o orçamento, actividades e caminho a seguir em Portugal pela [FPN - Federação Portuguesa de Naturismo](#), e indicar as opiniões/orientações que a FPN deve seguir na sua relação com a [Federação Naturista Internacional](#) e Federações congéneres.

**5** - Da mesma forma as Federações Naturistas Europeias seguem o mesmo caminho aprovando um orçamento europeu dentro da estrutura da EUNAT e tomando decisões sobre o naturismo na Europa e respectivas actividades, reunindo em congresso Europeu anualmente.

**6** - Apoio às Federações : A INF - Federação Naturista Internacional (International Naturist Federation) apoia as Federações nacionais a pedido destas.

Apoia ainda a realização de [encontros familiares](#) permitindo preços e actividades muito vantajosas para os [portadores de Cartão Naturista](#).

**7** - Através da participação activa nas actividades, encontros e estruturas das organizações naturistas é possível dar um contributo para a influência ideológica

---

nacional e mundial levando o naturismo cada vez mais longe.

Mesmo sem participar activamente ao ser portador de Cartão Naturista está a apoiar e a contribuir para manter todas as organizações a funcionar.

**8** - Poderá se assim o desejar vir a ser eleito para os corpos sociais da Federação contribuindo ainda mais para o seu desenvolvimento.

**9** - Pode desenvolver trabalho voluntário dentro da estrutura do naturismo em diversas áreas.

**10** - A Federação Portuguesa de Naturismo defende os direitos dos membros de cada uma das suas associações junto das entidades competentes reforçando assim os Clubes e Associações nela filiados.

**11** - A FPN trabalha ainda em conjunto com os Clubes e Associações nela filiadas para o aumento do número de espaços e praias em Portugal.



**12** - INF tem verbas próprias para apoiar despesas relacionadas com os direitos dos naturistas junto dos órgãos de soberania.

**13** - E, claro, o [Cartão Naturista Internacional](#) com o selo anual INF-FPN, permite o acesso a muitos locais de férias e obter descontos, permite visitar clubes de outras regiões e países.

E dá oportunidade de participar em eventos apoiados pela INF como a Gala de Natação, Torneio de Petanca, encontros de juventude e **de famílias todos muito baratos**, sendo subsidiados pela INF.

**14** - Aproveitar os protocolos da [FPN](#).

**15** - Participar nas actividades indoor a preços de reduzidos.

**16** - Participar na Légua Nudista do Meço com desconto na inscrição representado a equipa da Federação ou do Clube /Associação pelo qual está federado.

---

**17** - Participar no Yoga Naturista em Lisboa cuja actividade é exclusiva para portadores de Cartão Naturista Internacional emitido pela FPN.

**18** - Participar nas actividades com e sem roupa organizadas pelas entidades filiadas, como caminhadas, encontros de praia, encontros em campings e outras.

**19** - Conhecer, partilhar ideias e conviver com outros naturistas facilitando assim a socialização e integração dos naturistas no naturismo.

**20** - Organizar as tuas próprias actividades ou propor actividades não programadas.

Se ainda estás indeciso encontra [aqui](#) mais 30 razões para aderir ao Naturismo.

### **E tudo isso quanto custa?**

Pode consultar todas as possibilidades de adesão ao Cartão Naturista Internacional e de filiação nas entidades naturistas nacionais, no final da Revista.

A sua inscrição pode apoiar até 3 entidades entre as quais a Federação Portuguesa de Naturismo e a Federação Internacional de Naturismo.

Assim de uma só vez está a **apoiar até 3 instituições naturistas** a nível local, nacional e mundial, contribuindo para o desenvolvimento, a promoção e a defesa do naturismo em 3 patamares diferentes.

**De 22.5€ a 40€ por** ano ou seja por cerca de 2 a 3.5€ por mês contribui e apoia uma filosofia de vida que se encontra divulgada por todo o mundo.

Ao aderir ou renovar o seu Cartão Naturista está automaticamente a realizar tudo o que acima foi dito.

**Sinta-se orgulhoso de pertencer e contribuir para este grande movimento de libertação que é o Naturismo.**

Todos, mas mesmo todos somos importantes neste movimento e só todos juntos podemos dar força e utilidade às organizações a que pertencemos, bem como utilizar a utilidade que elas nos proporcionam.



[Foto](#)

## CNI – Cartão Naturista Internacional



A Federação Portuguesa de Naturismo representa em Portugal a Federação Naturista Internacional (FNI) emitindo o CNI que é válido e reconhecido em todo o mundo quando validado pelo respectivo selo anual da FNI.

Nalguns espaços naturistas a 1ª entrada é realizada

com a apresentação obrigatória do CNI, noutras pessoas singulares apenas acedem com o respectivo cartão e em muitos deles a apresentação do cartão concede desconto na estadia.

Ser portador de CNI é fazer parte de um movimento que estende actualmente por 43 países inscritos na FNI, e por milhares de naturistas espalhados por todo o mundo.

É fazer parte de um movimento consciente e com capacidade de mudar e defender a filosofia naturista através da sua representatividade, divulgação e promoção.

### Adesão ao Cartão Naturista

A adesão ao CNI pode ser realizada directamente à FPN ou preferencialmente através de uma entidade filiada.

Nas próximas páginas encontra a ficha de inscrição e as condições e documentos necessários à sua adesão.

Aderir é apoiar e defender uma filosofia de vida e as respectivas instituições que a representam.

---

As instituições citadas dependem da sua adesão para a realizar o seu trabalho, sendo associações sem fins lucrativos as suas receitas dependem da sua generosidade e apoio através das respectivas quotas, emissão de CNI e selos anuais.

**Contamos consigo, para que possa contar connosco!**

### **Contactos das entidades filiadas**

**CNA:**

Site: [www.clubenaturistaalgarve.com](http://www.clubenaturistaalgarve.com)

Email: [cna@clubenaturistaalgarve.com](mailto:cna@clubenaturistaalgarve.com)

**CNC:**

Site: [www.cncentro.org](http://www.cncentro.org)

Email: [cncentro@gmail.com](mailto:cncentro@gmail.com)

**SPN:**

Site: <http://www.spnaturalogia.pt/wp/>

Email: [geral@spnaturalogia.pt](mailto:geral@spnaturalogia.pt)



# Federação Portuguesa de Naturismo

Sede: Rua da Qt. das Lavadeiras,14, loja A

1750-239 Lisboa

Foto

Fundada a 1 de Março de 1977 Web: [www.fpn.pt](http://www.fpn.pt) Email: [fpn@fpn.pt](mailto:fpn@fpn.pt) Tlm: 926 507 755

Filiada na Federação Naturista Internacional  (INF-FNI) e na Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal  (FCMP)

Ano de Admissão \_\_\_\_\_ Cartão Naturista Nº \_\_\_\_\_ Sócio \_\_\_\_\_ com o Nº \_\_\_\_\_

Cartão emitido por:



Nome : \_\_\_\_\_

Data de Nascimento \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ BI /CC nº \_\_\_\_\_ NIF \_\_\_\_\_

Nacionalidade \_\_\_\_\_ Estado civil \_\_\_\_\_ Profissão \_\_\_\_\_

Morada: \_\_\_\_\_ Localidade \_\_\_\_\_

Código postal \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_ Envio do Cartão: Morada do titular

Contacto telefonico: \_\_\_\_\_ email \_\_\_\_\_ Clube do titular

## Declaração

Declaro, conhecer e aceito cumprir as normas estatutárias, regulamentares e éticas do Movimento Naturista e Nudista Federado.

Autorizo a FPN a contactar-me através dos meios disponibilizados na ficha de Associado.

Declaro saber que em qualquer altura, posso alterar o meu estatuto de membro associado, passando de associado extraordinário(FPN) a membro associado de um clube, ou mudar de clube e vice versa, bastando apenas declarar por escrito à FPN e ao Clube associado, a nova situação.

Para inscrição de menores:

Declaro como tutor autorizar a inscrição do meu filho menor.

Local e data \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Assinatura \_\_\_\_\_ (Dispensada se for inscrição electrónica)

### RESERVADO AOS SERVIÇOS DA FPN

**Aprovado/Recusado**

**DATA** \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**A Direcção**

(assinatura e carimbo)

### Reservado aos clubes associados

Confirmamos os dados e co-responsabilizamo-nos pelo seu cumprimento de todas as normas estatutárias e éticas

**DATA** \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**A Direcção**

(assinatura e carimbo)

**IMPORTANTE:** Deve ser enviada uma copia do documento de identificação, uma fotografia tipo passe para o email do clube e ainda o comprovativo de pagamento da quotização em vigor. A FPN enviará o Cartão Naturista para o Clube ou morada do titular quando o processo estiver concluído.

---

## ADESÃO AO CARTÃO NATURISTA

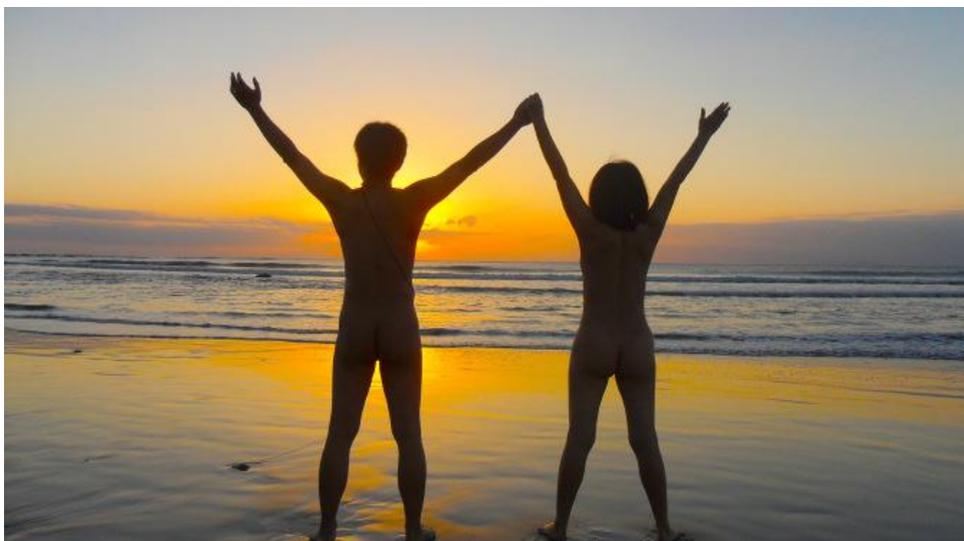
Para aderir ao Cartão Naturista Internacional emitido pela Federação Portuguesa de Naturismo visite a página da FPN e escolha uma das entidades filiadas na federação.

Se desejar aderir directamente à FPN visite a nossa página e veja as diferenças entre a adesão directa e a adesão através dos nossos filiados.

Para aderir directamente envie os seguintes documentos por email:

- ✚ Ficha de inscrição;
- ✚ Fotografia tipo passe;
- ✚ Cópia do documento de identificação;
- ✚ Comprovativo do pagamento.

O pagamento da emissão do cartão deverá ser realizado por transferência bancária, por motivos de segurança o nib será directamente enviado por email.

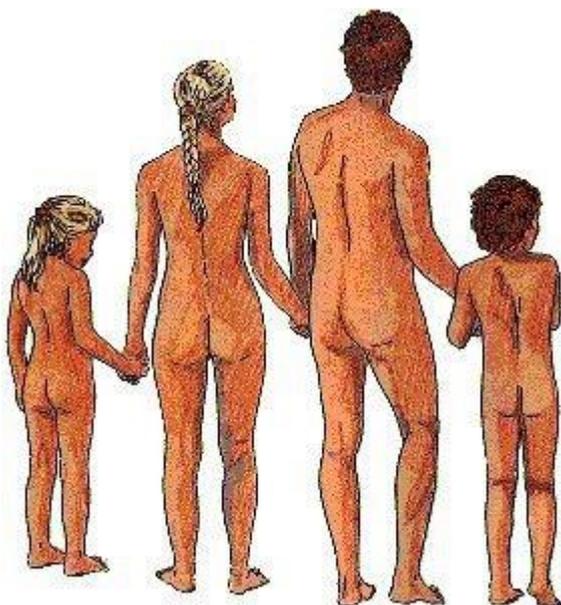


---

## PROTOCOLOS FPN

A Federação procura realizar protocolos com entidades que possam constituir uma vantagem acrescida para os portadores de CNI emitido pela FPN.

Estes produtos e serviços valorizam o CNI permitindo várias modalidades e formas de amortizar o seu custo anual superando em muitos casos várias vezes o seu valor.



## Alojamento em Portugal

A Federação procura realizar protocolos com todas espaços naturistas em Portugal bem como com outros espaços não naturistas que pela sua localização ou serviços possam ser uma mais-valia para todos os naturistas.



**CABANADELSOL**  
Alojamentos Locais Naturistas para casais



Patricia & Serge  
Monte da Charneca  
8100-012 Alte-Loulé. Alearve PORTUGAL



## Alojamento em Espanha

Para os naturistas nacionais que optam por fazer férias em Espanha a Federação realizou em 2014 vários protocolos que permitem usufruir do CNI emitido pela FPN.



## Diversos

Protocolos de produtos e serviços diferenciados constituindo uma mais-valia para os portadores do CNI emitido pelo FPN.



## Entidade filiadas na FPN

Um espaço dedicado às entidades filiadas na FPN.

Uma forma de estas mostrarem a quem nos visita as vantagens acrescidas que oferecem aos seus associados e em simultâneo valorizarem os seus protocolos juntos das empresas e serviços com quem têm acordos.



**Culinária Educativa e Vitalizante**  
*Paqueta Perdigão*  
Aulas de Culinária

Refeições equilibradas      Bolos saudáveis e artísticos

Informações e inscrição      Telmo: 963624649

[paluchaardigo@hotmail.com](mailto:paluchaardigo@hotmail.com)  
[conversasnastrinca.blogspot.com](http://conversasnastrinca.blogspot.com)  
Facebook Palucha Perdigão

primeiros passos

clínica de psicologia e saúde familiar

**Baoba**  
Espaço de Massagens

**K-9 TRAINING CENTER**  
Treino personalizado de cães no domicílio

[k9unit.center@gmail.com](mailto:k9unit.center@gmail.com)  
917279155 ou 917399190

20% de desconto a sócios com quota válida



## Divulgação no site da FPN



**Patricia & Serge**  
Monte da Charneca  
8100-012 Alte-Loulé. Alzarve PORTUGAL

Entidades que apoiam o site da FPN através dos seus donativos. Se desejar apoiar-nos saiba como [aqui](#).

---

# CONTACTOS E REDES SOCIAIS

## Morada:

FPN  
Rua da Quinta das Lavadeiras, 14 – A  
1750 – 239 LISBOA

E-mail: [federacao.portuguesa.naturismo@gmail.com](mailto:federacao.portuguesa.naturismo@gmail.com)

Telefone: 92 650 77 55

Blog: <http://fpnat.blogspot.pt/>

Blog inglês: <http://fpnaten.blogspot.pt/>

Facebook antigo: <https://www.facebook.com/federacao.denaturismo?ref=hl>

Facebook – página: <https://www.facebook.com/portuguese.naturism.federation>

Facebook – grupo: <https://www.facebook.com/groups/fpn.pt/>

Twitter: <http://twitter.com/fpnnaturismo>

Google+ : <https://plus.google.com/u/3/+FederaçãoportuguesadenaturismoFPN>

Forum JPN: <http://www.fpn.pt/jpn/forum/>

**Filiada na Federação Naturista Internacional desde 1978**



A FPN emite em Portugal o Cartão Naturista Internacional

[www.inf.org](http://www.inf.org)