



Apostar na família, construir o futuro.

"A Família é a unidade fundamental da sociedade e tem a principal responsabilidade pela protecção, crescimento e desenvolvimento das crianças." ONU - "Um mundo para as crianças é um mundo para a Família." UNICEF



ÍNDICE

• Editorial.....	2	• Parceria com BBVA	5
• Família Justino tem a palavra.....	2	• STAPLES.....	6
• Quem são as famílias numerosas?.....	3	• APFN.....	6
• Confessionários vazios, Spas cheios - Pedro Afonso.....	4	• Economia Familiar - Poupar na conta da electricidade	7
• Trabalho OAFR.....	5	• Convocatória Assembleia Geral.....	8

EDITORIAL

No início deste ano, as necessárias e há muito previsíveis medidas de austeridade têm vindo a agravar-se, mas a atingirem de forma desproporcionada as famílias com filhos, tanto mais quanto maior o seu número, traduzindo-se, deste modo, num acentuado agravamento da política anti-família e anti-natalista que Portugal tem vindo a adoptar nos últimos anos e, em particular, nas duas últimas legislaturas. Não é, por isso, de se estranhar que se tenha atingido um novo mínimo de nascimentos em 2010...

É, no entanto, de se estranhar a absoluta indiferença por parte dos responsáveis políticos, continuando a tomar medidas que agravam a situação, em oposição ao seu discurso e programas eleitoral e de governo.

Daí, termos dado início à campanha “Quem são as famílias numerosas?”, uma feliz ideia da equipa da APFN e que tem tido uma forte e entusiástica adesão das famílias sócias, tendo já sido objecto de notícia e editorial de um grande jornal diário.

Para além de todos os artigos com interesse neste boletim, chamamos particular atenção para a nossa habitual rubrica “Economia familiar” que, neste número, nos dá sugestões para poupar electricidade. Trata-se de um assunto da máxima importância uma vez que, à conta da electricidade, a nossa factura da EDP é quase multiplicada por 4, por causa das “redes”, dos famigerados “custos económicos de interesse geral” e IVA de 23% sobre todas as parcelas, um verdadeiro assalto à bolsa das famílias portuguesas, que tem merecido várias chamadas de atenção por parte da APFN e da DECO.

Enfim, este ano vai ser duro! Já o sabemos! A APFN continuará na linha da frente para que seja o menos duro possível e, para isso, contamos com o apoio dos associados para as iniciativas que forem programadas.

O Presidente, Fernando Ribeiro e Castro

Olá a todos.... É com um enorme orgulho que dizemos a todos os Portugueses que pertencemos à APFN. Para os que não têm conhecimento, esta associação não pára de trabalhar, nem para a passagem de ano, este esforço todo em prol das Famílias Portuguesas. É de louvar...

A realidade é que quando eu e o meu marido casámos, nunca pensámos ter “tantos” filhos, mas depois da 1ª experiência, ficámos encantados....e, apesar de sermos por vezes criticados e vistos como “loucos”, somos sonhadores...acreditamos na Família como unidade fundamental da sociedade. Quando se planta uma árvore, é na esperança que dê muitos e bons frutos...

É contagiante, acreditem...os nossos filhos são a nossa força de viver, a nossa alegria para podermos passar as barreiras do dia-a-dia. Como todos sabemos, o nosso país tem uma doença grave, que nos faz chorar....Faz 30 anos que Portugal não tem o valor necessário do índice sintético de fecundidade, mas tem o principal que é o desejo das mulheres portuguesas de terem pelo menos 3 filhos...e então: “Onde está o problema?” pergunta o nosso filho mais velho, o Leonardo...

E nós como pais de 4 filhos, estamos preocupados...porque já nos mentalizámos que a nossa família, o nosso barco se pode afundar....se continuarmos aqui em Portugal.

Então, como família unida que somos, tivemos que fazer uma opção que nos está a custar imenso. A cada dia que passa, a solidão entra pela porta da nossa casa...pois é...”o pai Nuno, foi embora para França”...diz a Eva, a chorar...mas foi por uma boa causa, foi à procura de estabilidade para a nossa família, tento eu como mãe dizer-lhes todos os dias...que é provisório, pois o objectivo é irmos todos embora.



Tem que ser...Infelizmente com as políticas do nosso país, não vamos longe.

E gostaríamos de dizer a todos os portugueses para não desistirem, porque afinal temos tudo para vencer esta dita e tão falada crise, esta doença “grave” que afectou o nosso país. Têm é que ser tomadas medidas urgentes.

A união é a força...e para que acabe bem, damos a boa notícia que vem a caminho o 7º elemento português da família Justino!

Família Justino

NOTA: A família Justino foi a primeira a dar a cara pela campanha “Quem são as famílias numerosas?”. Agradecemos à família Justino a generosidade do seu contributo.

Em 2012, faz 30 anos que Portugal não faz renovação das gerações.

Ao longo destes 30 anos um grupo de famílias corajosas e generosas, ao contrário da tendência geral, teve três ou mais filhos – as vossas famílias. Infelizmente para muitos continuam a ser vistas como famílias que ou são pobres ou têm muito dinheiro (para além de outros preconceitos).

A lógica continua a ser: “quiseram ter muitos filhos é problema deles”. Acreditam que queremos privilégios e não absorvem que somos penalizados como somos. Pela positiva temos que os ajudar a perceber o que para nós é óbvio mas que, de facto, não é fácil de entender: as famílias numerosas, que são um contributo muito importante para o crescimento económico do país e a solução para muitos problemas como o da segurança social, não querem privilégios mas equidade e justiça.

Uma das iniciativas da APFN para 2012 é a campanha que está a decorrer: “Quem são as famílias numerosas?”. As mensagens das famílias estão a ser enviadas diariamente para todos os nossos contactos que incluem sócios, empresas parceiras, jornalistas, deputados, membros do governo entre outros. No final da semana, enviamos a colectânea semanal para todos os membros do Governo.

Agradecemos a vossa colaboração na divulgação das mensagens. Podem fazê-lo reencaminhando os emails, partilhando no Facebook ou outras formas que considerem convenientes.

Não os vamos deixar esquecer que existimos, que não desistimos e que cada vez estamos mais fortes, por isso, aqui ficam algumas mensagens:

“QUEM SÃO AS FAMÍLIAS NUMEROSAS?”

“Por sermos mais, somos penalizados, e não nos parece bem. Acreditamos que a aposta na família é um bem acrescido que necessariamente acabará por assim ser reconhecido.”

Família Barroso Verdelho

“FORÇA, vamos dar o nosso melhor, em casa, no trabalho, na escola, na rua, no bairro, para assim, daqui a 30 anos termos transformado Portugal num país BASTANTE melhor.”

Família Valente

“Somos felizes e realizados por contribuirmos para um país com jovens. Queremos que os nossos filhos consigam e tenham condições para fazer o mesmo!”

Família Mira

Por sermos mais, somos penalizados, e não nos parece bem. Apenas 1 recebe salário, mas são 7 a viver desse mesmo salário. Para todos os impostos, taxas e todas as medidas de carácter social deverá ser considerado o real nível de vida das famílias, considerando-se o rendimento per capita. O Estado não pode fazer de conta que os filhos não existem, uma vez que os filhos são o futuro do país.

Família Castro

“É hora de acordar! Não temos tempo a perder. A união faz a força, não podemos desistir...”

Família Justino

“Por sermos mais, somos penalizados, e não nos parece bem. Apenas 2 recebem salário, mas são 6 a viver desse mesmo salário. Somos favoráveis à capitação das medidas sociais e acreditamos que a aposta na família foi e é o nosso projecto de vida. Um dia acreditamos que nos governos estarão pessoas com sensibilidade para a família e os seus valores.”

Família Silva Figueiredo

“Sabemos bem que ser uma família numerosa é uma opção, mas uma opção bastante difícil na conjuntura socioeconómica em que vivemos. Por sermos 6, somos diariamente penalizados face a famílias mais reduzidas. Acreditamos que a família é o pilar fundamental de qualquer sociedade e queremos que os nossos filhos consigam ter um Futuro assente neste ideal.”

Família Saraiva de Jesus

PEDRO AFONSO

Recentemente um sacerdote lamentava-se de passar horas a fio no confessionário sem que ninguém aparecesse. Ora, num país que se diz maioritariamente católico, este fenómeno merece reflexão, pois se os confessionários estão vazios os “spas” são cada vez mais procurados. Por conseguinte, talvez não seja por acaso que Portugal ocupe um indecoroso 32º lugar no Índice de Percepção da Corrupção, relativo a 2011, divulgado pela Transparência Internacional, de um total de 183 países avaliados.

Numa sociedade cada vez mais secularista, a noção entre o bem e o mal tem vindo a esbater-se. Se recusarmos assumir que o bem e o mal são realidades naturais, como é que faz sentido falar-se em justiça? Existem interesses políticos e económicos que visam extinguir da nossa sociedade uma certa consciência moral. É o principio de todas as tiranias: prometem de início o cumprimento de todos os desejos humanos, dando rédea solta a todos os instintos e apetites, mas rapidamente se apoderam da liberdade de um povo.

E foi o que aconteceu connosco. Portugal não perdeu apenas soberania com a dívida pública, antes disso, perdeu um depósito moral que urge repor. A televisão não ficou indiferente a este fenómeno, explicando-se deste modo o florescimento de programas televisivos moralmente degradantes, como “a casa dos segredos”, nos quais, em vez de se enaltecer as virtudes humanas, se idolatram os vícios privados e se promove a boçalidade. Escasseiam as pessoas que falam com a mínima convicção sobre o bem e o mal e quando alguém expressa este tipo de opinião ela é escarnecida, apontada como fundamentalista – como se fosse possível haver alguma tolerância perante o lamaçal da degradação humana.

Temos assistido a um aumento da corrupção, criando-se a percepção perigosa de que aqueles que ontem foram as vítimas, se tiverem oportunidade, convertem-se amanhã em carrascos. Impera o principio justificativo “ todos fazem assim...”. E quando alguém deixa de acreditar nos princípios é porque deixou de os ter. A corrupção não se combate apenas com leis gerais, numa planificação em grande escala. A corrupção só se combate eficazmente quando o indivíduo reconhece que o mal está dentro de si próprio. Mas como será possível alcançar este objectivo se apenas se promove o auto-endeusamento?

Esta crescente idolatria pelos centros de rejuvenescimento, relaxamento e anti-stresse é psiquicamente estéril. A fecundidade está no acto de nos questionarmos quanto ao que está certo e se, porventura, nos teremos equivocado; a fecundidade está na reflexão pessoal e no desejo de enriquecer as nossas qualidades humanas. Não é possível melhorarmos enquanto país se não melhorarmos enquanto pessoas. E este elemento de mudança não está ao alcance de nenhum governo.

Um país para ser verdadeiramente livre e próspero terá de fomentar a autocritica e o pensamento, defender uma consciência moral, assumir que existe um bem-comum e que todos nós somos responsáveis pela sua conquista. Devido à constante correria é provável que hajam muitas pessoas que nem sequer tenham consciência disso. É preciso travar esta agitação febril para as soluções fáceis, penetrando na raiz do problema. Pior do que termos uma praga de “spas” é entronizarmos a decrepitude e entregarmo-nos submissos à época viciosa em que vivemos.



Pedro Afonso
(Médico Psiquiatra)

DESCONTOS GUIA

DESCONTOS

PROMOÇÕES

-25%

-50%

EXCLUSIVO
PARA
SÓCIOS

IV

ALIMENTAÇÃO



Adega
Cooperativa
de Dois
Portos C.R.L.

Telefone: 261 712 150
Webpage: www.acdoisportos.com
Facilidade disponível em: Lisboa, Porto
Oferta: 10% de desconto

Quintinha
produtos biológicos



www.quintinha.com
Sistema de Controlo CE SATIVA-PT/AB03

A Quintinha-Produtos Biológicos

Telefone: 227116401
Webpage: www.quintinha.com
Facilidade disponível em: Porto
5% de desconto



Boa Boca Gourmet
BOA BOCA. Telefone: 266 704 632

Webpage: boaboca-gourmet.com
Facilidade disponível em: Évora
Desconto de 5% em todos os artigos

biocoop
Produtos de Agricultura Biológica, crl.



Produtos de
Agricultura
Biológica

Telefone: 219410479
Webpage: www.biocoop.pt/
Facilidade disponível em: Lisboa
10% de desconto

Carnes Freire

Morada: Amoreira - Estoril junto à Panisol
Facilidade disponível em: Lisboa
Entregas nos concelhos de Cascais, Sintra,
Oeiras e Lisboa.
Oferta: 10% de desconto

Cestos da Aldeia



Frutas e Legumes Biológicos

Telefone: 91 214 1122
Webpage: www.cestosdaaldeia.pt
Facilidade disponível em: Lisboa
10% de desconto

Coisas Doces – Doçarias tradicionais

Telefone: 96 167 8698
Webpage:
coisasdoces.com.sapo.pt/Index.htm
Facilidade disponível em: Lisboa
10% de desconto em todos os serviços



ELIPEC

Elipec - Carne do Alentejo
Telefone: 268 62 93 54
Webpage: www.elipec.pt
Disponível em: Lisboa
Sobre tabela de entrega ao
domicilio desconto de:
- 10% na primeira encomenda
- 5% entregas superiores a 100 €
- 10% entregas superiores a 200 €.

**fruit & friends
home**

Fruit & Friends

Telefone: 21 418 1172
Webpage: www.fruitandfriends.pt
Facilidade disponível em: Lisboa
5% Desconto na Fruta e Vegetais
Frescos para Famílias Numerosas



**ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE FAMÍLIAS NUMEROSAS**
Apostar na família, construir o futuro.

Para saber mais sobre estes
descontos, consulte o nosso
site: www.apfn.com.pt
+Poupança



Hipermercado Intermarché

Telefone: 249 880 300

Webpage:

www.familiasnumerosas.mosqueteiros.com/

10% de desconto em mais de 300 produtos Intermarché

Hortas da Cortesia

Telefone: 93 346 8212

Webpage:

www.hortasdacortesia.com/

Facilidade disponível em: Lisboa

Agricultura familiar biológica, entrega em casa gratuita, 15 % desconto em cada encomenda, à lista, sem cabazes pré feitos.



Hortalegre

Telefone:

245 362 051

Webpage: www.hortalegre.com

Facilidade disponível em: Castelo Branco, Évora, Lisboa, Portalegre
Cabazes da época, com legumes, frutas, ervas aromáticas. Cabazes pequenos, médios ou grandes; com entregas semanais, quinzenais e mensais. Todos com 10% de desconto.

Laranja do Algarve

Telefone: 93 6571443

Webpage: laranjadoalgarve.com/

Oferta: 10% de desconto.

Mundo Biológico - Mini-Mercados

Telefone: 91 519 5449/91 519 5448

Webpage: www.mundobiologico.pt

Facilidade disponível em: Lisboa

10% de desconto



Telefone: 234 098 840

Facilidade disponível em: Aveiro

Desconto de 25% sobre o bilhete de adulto



Peixe Fresco ao domicilio

Telefone:

93 384 1657

Webpage: www.peixinhosdahorta.pt

Facilidade disponível em: Lisboa

Plano de descontos: encomendas inferiores a 50€ têm 5% desconto. Encomendas superiores ou iguais a 50€, têm sempre 10% desconto sobre o valor da compra. Sobre estes valores acresce IVA



Quinta do Arneiro

Telefone: 91 766 3556

quintadoarneiro.wordpress.com/

Facilidade disponível em: Lisboa

Na Quinta do Arneiro cultivamos produtos biológicos certificados.

Oferta: 10% de desconto



Telefone: 21 752 6104

Webpage: www.recheio.pt

Cabaz exclusivo mensal para os sócios e assume a quota anual da Associação, no valor de 35 euros, dando igual valor, sob a forma de nota de crédito, à família logo que esta atinja numa factura, o valor correspondente a 250 euros.

Talho 14

Telefone: 284 323 893

Facilidade disponível em: Beja

Condições especiais APFN : 10% de desconto em todos os nossos produtos



TasteSpot - Talho e Charcutaria

Telefone: 265 230 400

Facilidade disponível em: Setúbal

Talho e Charcutaria, uma empresa concebida a pensar na qualidade dos produtos e do serviço. - 15% desconto

Talho da Quinta

Telefone: 265 228 115 Tlm - 913 011 344

Facilidade disponível em: Setúbal

Desconto de 10% no final do cabaz de compras efectuado na nossa loja.

Talho Tradicional B&S

Telefone: 212 380 663

Webpage:

talhotradicionalbs.blogspot.com

Facilidade disponível em: Setúbal
10% de desconto

POUPANÇA E ENERGIA

BioCity Consulting - Senhor Poupança

Telefone: 229 387 400

Webpage: www.sr-poupanca.pt

Oferecemos material no valor de 71,56€ na adesão ao Plano de Poupança Energética e de Água.



Eco Meios

Telefone: 21 491 0202

Webpage: www.ecomeios.com

Oferta: Desconto de 12%



Poupança365

Telefone:

214090925

Webpage: www.poupanca365.com

Facilidade disponível em: Lisboa, Porto
Análise prévia gratuita para optimização dos seus custos



Sistemas de Poupança Energética

Telefone: 234 527 710

Webpage: www.quattroenergy.pt

Oferta: 10% de desconto



Torsun energias renováveis

Telefone: 275 951 284

Desconto de 10 % aos sócios da APFN na aquisição de um Sistema Solar Térmico.

TRANSPORTES



Auto Sueco Automóveis

Telefone: 919 350 470

Webpage:

www.autosuecoautomoveis.pt

Facilidade disponível em: Braga, Lisboa Porto e Setúbal

A Auto Sueco Automóveis oferece aos sócios da APFN descontos sobre o preço base, na compra de viaturas novas, das marcas por si representadas – Volvo, Ford, Honda, Mazda, Land Rover, Isuzu, Jeep.



Automóveis SUZUKI

Telefone:

21 956 9300

Webpage:

www.suzuki.pt/automoveis

Descontos de 6% em Viaturas Novas e 10% em Peças e Acessórios



Benogue

Transportes

Telefone:

21 013 7906

Webpage: www.benogue.pt

Facilidade disponível em: Lisboa

Desconto de 5% do valor do serviço de Mudança de instalações ou Transporte.



Transportes Personalizados

Telefone: 21 441 6219

Webpage: www.busy.pt

Facilidade disponível em: Lisboa

Até 10% de desconto.



Easy Bus

Telefone:

21 844 4270

www.easybus.pt

Na contratação de transporte escolar (um ano lectivo) para 4 irmãos, a Easy Bus oferece a um dos irmãos uma inscrição anual e as mensalidades desse Ano Lectivo.



Europcar Internacional - Aluguer de Automóveis

Telefone: 21 380 02 00

Webpage: www.europcar.pt

Desconto até 20%



Ford

Telefone: 21 839 2110

Facilidade disponível em: Lisboa

O Stand Moderno S.A. oferece vários descontos aos sócios APFN, na aquisição e no serviço pós-venda.

Garagem Central do Poço do Bispo

Telefone: 21 868 1256

Webpage: www.pneuspocobispo.com

Facilidade disponível em: Lisboa

Na compra de pneus novos, oferta do serviço de equilibragem de rodas.



Mazda -

Concessionário

Martins de Sá & Irmão

- Stª Mª Feira e Aveiro



Telefone: 256 332 236

Facilidade disponível em: Aveiro, Porto e Vila Real

- Descontos na aquisição de automóveis Mazda novos até 8% (sobre preço base e acessórios) excluindo viaturas em campanhas e promoções.

- Desconto nos serviços após-Venda Mazda até 10% em peças de substituição e lubrificantes.



Mercedes-Benz

Desconto sobre o P. Base, na compra de viaturas novas, da marca Mercedes-Benz. Ofertas variáveis consoante o modelo

Mercedes-Benz - Stuttcar S.A

Telefone:

21 233 85 00



Peugeot

Portugal

Telefone:

808 25 50 05

Webpage: www.peugeot.pt

Oferta: Viaturas Novas - até 26% de desconto



RENAULT

Renault Chelas

Telefone: 21 836 1400

Webpage:

www.renault.pt/concessao/renault_chelas

Facilidade disponível em: Lisboa

Descontos até 11%



Rotatur
Operadores Turísticos
Alvares nº 502/96

Rotatur - Operadores Turísticos

Telefone: 289 810 100

Webpage: www.rotatur.pt

Facilidade disponível em: Algarve e Lisboa

10% de desconto



TURISCAR Rent -a-car

Telefone: 707 28 28 80

Webpage: www.turiscar.pt

Facilidade disponível em: Aveiro, Braga, Coimbra, Leiria, Lisboa, Porto, Santarém e Viseu

Oferta: 30% de desconto



Varela Rent-a-Car - Açores

Telefone: 296 301 805

Webpage:

www.varela-rentacar.com

Facilidade disponível em: Açores

Oferta do valor de 2 cadeirinhas nos alugueres.



Volvo - Concessionário Feirauto - Stª Mª Feira

Telefone: 256 332 296

Facilidade disponível em: Porto

- Descontos na aquisição de automóveis Volvo novos até 8% (sobre preço base e acessórios) excluindo viaturas em campanhas e promoções.

- Desconto nos serviços após-venda Volvo até 10% em peças de substituição e lubrificantes.

SAPATARIA E ROUPA



All Dress - Roupas e acessórios de criança e grávida nova

Telefone: 21 099 6921

Webpage:

alldressusados.blogspot.com

Facilidade disponível em: Lisboa

10% de desconto

Boutique COM GOSTO

Telefone: 266 732 166

Facilidade disponível em: Évora

15% Desconto



Cotton Hugs - vestuário para criança

Telefone: 910 377 952

Webpage: www.cottonhugs.com

Facilidade disponível em: Açores, Algarve, Aveiro, Beja, Braga, Bragança, Castelo Branco, Coimbra, Évora, Guarda, Leiria, Lisboa, Madeira, Portalegre, Porto, Santarém, Setúbal, Viana do Castelo, Vila Real e Viseu
20% de desconto



Go Wear - T-shirts

Telefone: 96 486 8561

Facilidade disponível em: Açores, Algarve, Aveiro, Beja, Braga, Bragança, Castelo Branco, Coimbra, Évora, Guarda, Leiria, Lisboa, Madeira, Portalegre, Porto, Santarém, Setúbal, Viana do Castelo, Vila Real e Viseu

Oferta: desconto de 15% em qualquer t-shirt



Knot

Webpage: www.knotkids.com

Facilidade disponível em: Braga, Lisboa, Porto e Setúbal

1



Loja Borboleta

Telefone: 96 565 7708

Webpage: loja-borboleta.blogspot.com/

Facilidade disponível em: Évora

Se vive em Évora e é associado da APFN beneficia de um desconto imediato de 5% mediante apresentação do cartão da APFN.



MARIA NUVEM

Telefone: 21 301 4913

Webpage:

www.marianuvem.pt

Facilidade disponível em: Lisboa

10% de desconto



Pe de Pato - sapataria

Telefone: 21 394 73 00

Webpage:

www.pedepato.weebly.com

Facilidade disponível em: Lisboa

10% de desconto



Sapataria Salta Pocinhas

Telefone: 92 228 2411

Facilidade disponível em: Lisboa

Oferta: desconto de 10% em todos os artigos (não acumulável com outras promoções ou descontos).



Skintoskin® - Vestuário

Telefone: +351253 470 602

Webpage: pt.skintoskin.eu

20% de desconto



your fashion your lifestyle

Sport Rox - Vestuário, Calçado e Acessórios para toda a Família

Telefone:

229435660

Webpage:

www.rox.pt

10% de desconto



Trapos a Trocos

Telefone:

254784122

Webpage: www.traposatrococos.com

Desconto de 16% directo mais portes.

Trapizonga

Webpage: www.trapizonga.pt

Facilidade disponível em: Lisboa

Roupa com 15% de desconto



Trend - Roupas e Acessórios de moda

Telefone: 213427123

Webpage:

www.trendsecondhand.wordpress.com

Facilidade disponível em: Lisboa

10% de desconto

OAFR

Durante o mês de Setembro de 2011, no seguimento do trabalho do OAFR, a APFN assinou protocolos com as Câmaras Municipais de Odivelas, Faro e Lagos.

O Protocolo de Colaboração com a Câmara Municipal de Odivelas tem como principal objectivo a criação de mecanismos e medidas de apoio às famílias numerosas residentes no Município.

O acordo com a Câmara Municipal de Faro, prevê a atribuição de acessos gratuitos e descontos aos sócios da APFN que participem em actividades culturais e desportivas realizadas em equipamentos do município.

O Protocolo com a Futurlagos - Entidade Empresarial Municipal para o Desenvolvimento do Município de Lagos visa a criação de medidas específicas para as famílias numerosas, que estarão associadas à criação do Cartão Municipal de Família Numerosa, nomeadamente a criação de passes familiares com desconto para uso na rede de transportes urbanos e de lugares de estacionamento para famílias numerosas.



BBVA

A APFN e o BBVA celebraram um Protocolo no passado dia 13 de Janeiro em que está previsto que o BBVA assegurará o pagamento das quotas de todos os seus colaboradores que sejam família numerosa e queiram ser nossos associados. Esta iniciativa do BBVA está inserida na sua responsabilidade social e no seu programa “Paixão pelas Pessoas”.

PARCERIA BBVA

Lembramos que o BBVA já tinha sido, no início da APFN, pioneiro na celebração de uma parceria com condições especiais para famílias numerosas e é de novo pioneiro no prolongamento desta parceria com benefício directo para os seus colaboradores.

Esperamos que muitas outras empresas venham a seguir este exemplo.



STAPLES

É tão fácil.

Vencedores Concurso Presentes Criativos

A Staples e a APFN, desafiaram os seus associados a darem largas à imaginação com os seus filhos a fazerem as suas próprias prendas de Natal.

Apresentamos os vencedores:



1º Lugar - Família Andrade
Livro de Receitas



2º Lugar - Família Brazinha
Agenda Staples



3º Lugar - Família Rocha
Mealheiro



Menção Honrosa
Família Torres - Livro de Natal



ESPAÇO APFN

	+ Poupança	+ Apoio	+ Intervenção	+ Convívio	+ Prémios
A ASSOCIAÇÃO	Área Reservada a Sócios				
ASSOCIAR-SE	Nome de utilizador: <input type="text"/>				
FAQ'S	Password: <input type="password"/>				
CONTACTOS	<input type="button" value="Entrar"/>				
LINKS	Esqueci a minha password				
ÁREA DE SÓCIOS					
ÁREA DE EMPRESAS					

Como é habitual, segue com esta edição do boletim de 2012 a carta de cobrança anual de quotas consoante a modalidade escolhida pela vossa família.

Muitas vezes chegam-nos boletins e cartas devolvidos pelo facto dos dados constantes da vossa ficha de sócio se encontrarem desactualizados.

Sugerimos assim, que, por favor, consultem a vossa área pessoal de sócio, no site da APFN e verifiquem a sua actualidade e conformidade.

Agradecemos desde já a vossa colaboração que é essencial para que vos possamos prestar um melhor serviço.

Qualquer dificuldade contactem-nos através do endereço secretaria@apfn.com.pt

Obrigado,
Equipa APFN

Poupar na conta da electricidade

Poupar na conta de electricidade tem, para além do efeito directo e imediato de diminuir a nossa despesa, outros efeitos colaterais positivos, dos quais saliento, pela sua particular importância, a redução da nossa pegada ambiental e a diminuição das importações de combustíveis para queima em centrais eléctricas. A poupança de electricidade passa, desde logo, pelo cuidado em não gastar energia desnecessariamente (por exemplo, não abandonar um quarto sem desligar a luz ou minimizar o tempo que se tem o frigorífico aberto) ou consumir de forma eficiente (por exemplo, fazendo máquinas de lavar apenas quando estejam cheias ou comprando equipamentos que, embora mais caros, resultem compensadores devido ao seu menor consumo) ou elegendo a opção tarifária mais adequada, entre as que estão ao dispor dos consumidores domésticos. Para além destas alternativas, existe ainda uma tarifa social para os clientes mais desfavorecidos.

Neste artigo irei abordar a eleição da opção tarifária, pois actualmente constitui a melhor alternativa para os clientes domésticos. As tarifas de energia eléctrica são compostas por um termo fixo mensal, referente à potência contratada (que depende dos equipamentos que se pretenda ter a funcionar em simultâneo), e um ou mais preços de energia ao longo das horas do dia, dependendo da opção tarifária. Em 2010, o regulador (ERSE) entendeu colocar o mesmo preço na potência em qualquer das opções, o que veio facilitar a comparação das opções, que pode assim ser feita unicamente por análise do preço da energia. Presentemente, o cliente doméstico tem ao dispor 3 opções tarifárias (tarifa simples, bi-horária e tri-horária). As tarifas com preços diferenciados (bi-horária e tri-horária) têm ainda dois ciclos alternativos, o diário e o semanal. Por simplicidade, apresentarei em seguida a comparação com o ciclo diário e no final explicarei as diferenças do semanal.

<u>Tarifa Simples</u>	<u>Tarifa Bi-Horária</u>	<u>Tarifa Tri-Horária</u>
0,1393 c€/kWh	0,1551c€/kWh	0,1706c€/kWh
	0,0833c€/kWh	0,1442c€/kWh
		0,0833c€/kWh

Em qualquer das opções tarifárias, em ciclo diário o preço de vazio (mais baixo) aplica-se das 22h às 8h do dia seguinte (10 horas). Na opção tri-horária o preço em ponta (mais alto) aplica-se em 4 horas do dia, uma parte de manhã e outra à tarde, com horários diferentes no Verão e no Inverno. Em bi-horária, se mais de 22% do seu consumo total for em horas de vazio (que representam cerca de 42% do tempo total) estará a poupar face à tarifa simples.

Para garantir que esta opção compensa bastará transferir alguns consumos para essas horas, por exemplo, ligando as máquinas de lavar apenas em horas de vazio. A selecção da opção pode também depender do tipo de equipamentos. Por exemplo, caso tenha fogão eléctrico ou de indução e faz o jantar tarde durante a semana, poderá interessar a tarifa tri-horária, cujo preço em horas cheias é inferior ao da bi-horária. Se ao fim de semana faz comida em forno eléctrico interessará o ciclo semanal, e assim por diante.

Os locais de consumo em que a maioria do consumo ocorre em horas cheias (por exemplo, condomínios com elevadores ou pequenos estabelecimentos) devem manter-se na tarifa simples. Porém, para este tipo de clientes há ofertas competitivas no mercado, sendo recomendável consultar os comercializadores no mercado:

- Tarifas de Baixa Tensão Normal para 2012:

http://www.erse.pt/pt/electricidade/tarifaseprecos/tarifas2012/Documents/PrecoTVCF%20PTCont_2012.pdf

- Simulador de preços de energia eléctrica para consumidores domésticos em baixa tensão:

<http://www.erse.pt/pt/electricidade/simuladores/simuladoresdecomparacaodeprecosnomercado/Paginas/simuladordecomparacaodeprecosembtnparaportugalcontinental.aspx>

- Comercializadores em regime de mercado:

<http://www.erse.pt/pt/electricidade/agentesdosector/comercializadores/Paginas/default.aspx>

Para o esclarecimento de dúvidas ou questões sobre a matéria aqui descrita basta enviar email para comunicacao@apfn.com.pt



ASSEMBLEIA
GERAL

ASSEMBLEIA GERAL

CONVOCATÓRIA

Nos termos estatutários, é convocada uma Assembleia-Geral da APFN para reunir na Rua José Calheiros, 15, Lisboa, no dia 20 de Março de 2012, pelas 21 horas, com a seguinte ordem de trabalhos:

- 1. Discussão e aprovação do Relatório e Contas do ano de 2011*
- 2. Eleições para os órgãos sociais da Associação, para o triénio 2012/2015*
- 3. Diversos*

A Assembleia-Geral reunirá de novo às 21h30 do mesmo dia e ano, no mesmo local, com o número de sócios presentes, se para a primeira convocatória não houver o respectivo quórum.

Lisboa, 12 de Janeiro de 2012

O Presidente da Assembleia-Geral