



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	• Pedro Afonso.....	6
• A Família Monteiro tem a palavra.....	2	• Mudança Boletim Digital.....	7
• Presentes Criativos Staples 2012.....	3	• Concurso Oral-B.....	7
• Entrega das Bandeiras OAFR 2012.....	4	• Convocatória Assembleia-Geral.....	8
• Agenda Familiar.....	5		

EDITORIAL

As coisas vão-se complicando... Para a APFN, nada de surpreendente: há anos que fomos avisando da trajetória suicida que o país estava a seguir, e que eram totalmente disparatadas as garantias que estavam a ser dadas da sustentabilidade do sistema de Segurança Social nos próximos 50 anos... Alertávamos que, não só a Segurança Social era insustentável já no curto prazo, como a própria economia. Infelizmente, tínhamos razão... A situação é mesmo muito grave, e é bom que todos os portugueses o saibam: estamos a pagar 5% de juros pela gigantesca dívida que contraímos. Para a pagar, logicamente é necessário que a economia portuguesa cresça a mais do que 5%, para que possamos pagar os juros e possamos começar a amortizar o capital. E isso é muito difícil...

Uma boa parte do futuro do país está a nosso cargo, ou seja, está nas nossas mãos!

A APFN está, por isso, mais empenhada que nunca! Precisamos, cada vez mais, do empenho dos associados, nem que seja no recrutamento de novos associados, entre amigos, familiares, conhecidos, e mesmo desconhecidos, com que contactem no dia a dia! A palavra de ordem é CRESCER! CRESCER! CRESCER! Quantos mais, maior a nossa voz!

Esta edição mostra reflexos da nossa ação! E bons reflexos: já existem 35 municípios familiarmente responsáveis! Com mais, e mais empenho de todos os associados, chegaremos aos 308! Vamos a isto! Vamos encher o país com as bandeiras verdes das Autarquias Familiarmente Responsáveis, porque verde é o sinal da Esperança, que carregamos connosco!

O Presidente, Fernando Ribeiro e Castro

Somos a Família Monteiro. Vera, Carlos e cinco filhos. Beatriz de 10 anos, Carolina de 8 anos, Lourenço de 6 anos, Lucas de 2 anos e Mateus de três semanas, prematuro, teria hoje 36 semanas de gestação e já está connosco.

Tudo começou num encontro de loja! Eu estava a estudar na Faculdade e fazia um part-time numa loja em Cascais. O meu marido entrou para fazer uma compra e compreendo hoje, que foi o destino a pôr-nos frente a frente. Foi um “coup de foudre” que perdura no tempo. Desse dia até casarmos, decorreram dois anos e, entretanto, fiquei grávida da Beatriz. Subi ao altar orgulhosamente com uma barriguinha de 14 semanas de gravidez! A nossa Beatriz tem uma enorme alegria em ter ido ao casamento dos Pais e os ter acompanhado na lua-de-mel!

A FAMÍLIA MONTEIRO TEM A PALAVRA

Sinto que sempre quis dentro de mim ter uma grande Família. Hoje todos nós nos sentimos profundamente abençoados. Ter uma grande Família não depende de situação económica ou financeira. É um projeto que se constrói em conjunto em cada dia, que começa de manhã muito cedo e termina por vezes com um grande cansaço à noitinha, mas que nos traz uma grande gratificação. Procuramos dar aos nossos filhos valores, princípios e, sobretudo, fazer-lhes viver o que é Família em cada dia que passa. Não precisam de ter tudo, o que só lhes faria muito mal (!!!!), precisam de ter escola, alimentação e acompanhamento assegurados, tudo envolto em grande amor e carinho.

Acreditamos que os tempos difíceis que se vivem devem-se a excessos, a manipulação de pessoas por uma sociedade de consumo sem rosto. Acreditamos que o novo paradigma está aí, a bater-nos à porta, no qual o equilíbrio voltará ao seio das Famílias, onde os exageros consumistas ficarão no pó dos tempos e onde a partilha de todos com cada um e de cada um com todos será o lema.

O que mais queremos para os nossos filhos é que sejam justos, equilibrados, solidários e felizes!

Família Monteiro



STAPLES

É tão fácil.

2ª edição do concurso
Presentes Criativos


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



Este Natal vale tudo para criar os seus presentes em família e assim habilitar-se a vales nas lojas Staples

Comece os festejos de Natal mais cedo e de maneira mais divertida, com a APFN e a Staples.

Está tudo a postos para dar início à **2ª Edição do concurso Presentes Criativos** e para em família abrir as asas da imaginação... Prepare-se! Vale tudo para criar os presentes de Natal mais originais.

A ideia é muito simples:

Reúna todo o tipo de materiais Staples que conseguir. Desde ráfias, a papel kraft, de seda ou até de embrulho. Tintas, novas ou velhas e de todas as cores. Canetas de feltro, guaches, lápis de cor e de cera. Permitimos qualquer coisa para que a criatividade de todos não fique aquém das expectativas.

Aceite o nosso desafio. A data de participação é até ao dia 16 de novembro.



1º PRÉMIO - Cheque Staples no valor de €300

2º PRÉMIO - Cheque Staples no valor de €200

3º PRÉMIO - Cheque Staples no valor de €100

Participe em www.apfn.com.pt/presentescriativos

ENTREGA PRÉMIOS OAFR 2012

No passado dia 24 de Outubro, estivemos em Coimbra, a proceder à entrega das bandeiras às "Autarquias Mais Familiarmente Responsáveis". 35 Câmaras Municipais foram distinguidas este ano. Aos poucos, o número vai subindo!

O objetivo é chegar aos 308. É de se salientar que 103, cerca de um terço, responderam completamente ao inquérito, e 206 já se registaram no site do Observatório.

Isto é um excelente indicador de que, para o ano, serão muitas mais!



DESCONTOS GUIA

DESCONTOS

PROMOÇÕES

-25%

-50%

EXCLUSIVO
PARA
SÓCIOS

VII

knok

Knok – Intercâmbio de casas

Webpage: www.knok.com/elfac/home-swap.php

Acesso a gratuito ao portal que lhes proporciona estadia nas férias a custo zero (poupano o custo da subscrição anual no valor de 119 euros).

LA REDOUTE

La Redoute

Webpage: www.laredoute.pt

Facilidade disponível em: Portugal Continental, Açores e Madeira

30% de desconto na coleção Outono/Inverno 2012-13 + Portes de Envio Grátis

VERBAUDET

Verbaudet

Webpage: www.verbaudet.pt

Facilidade disponível em: Portugal Continental, Açores e Madeira

30% de desconto + Portes de Envio Grátis

BEBÉS E CRIANÇAS

C&A

Telefone: 214604421

Webpage: [www.c-and-](http://www.c-and-a.com/pt/pt/corporate/fashion/)

[a.com/pt/pt/corporate/fashion/](http://www.c-and-a.com/pt/pt/corporate/fashion/)

Facilidade disponível em: Portugal Continental, Açores e Madeira

20% de Desconto a famílias numerosas que comprovem ser sócias da APFN mediante cartão de sócio. Promoção nos dias 20 a 25 de cada mês.



Chicco

Webpage: www.chicco.pt/Home.aspx

Facilidade disponível em: Portugal Continental, Açores e Madeira

A Chicco oferece 10% de desconto aos sócios da APFN em todos os produtos.



ecologicalkids



Ecological Kids

Telefone: 225096649

Webpage: www.ecologicalkids.pt

Facilidade disponível em: Portugal Continental, Açores e Madeira

10% de desconto



Dom Bebê

Telefone:

919668134

Webpage:

www.dombebe.com

Promoções mensais para associados da APFN

Desconto imediato de 7% em compras na loja da Covilhã para associados da APFN.



Dreamland

Webpage:

www.dreamland.pt

Facilidade disponível em:

Portugal Continental, Açores e Madeira

10% de desconto



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



Gama Rústica ® - Roupas de Casa, Crianças, Bebés e Decoração
Telefone: 218486034
Webpage: www.gamarustica.com
Facilidade disponível em: Lisboa
De 7% a 10% de desconto



Kituki Portugal

Telefone: 229476056
Webpage: www.kituki.pt

Facilidade disponível em: Portugal Continental, Madeira e Porto
10 % desconto



Naturkinda / Ideias em Campo, Lda
Telefone: 919907805
Webpage: www.naturkinda.com
Facilidade disponível em: Portugal Continental, Açores e Madeira
15 % de desconto



Prendas Com Nome, Lda
Telefone: 918929665
Webpage: www.prendascomnome.com
Facilidade disponível em: Portugal



Pimpumplay
Telefone: 244845531
Webpage: www.pimpumplay.pt
Facilidade disponível em: Portugal Continental, Açores e Madeira
5% de desconto



O Papagaio Sem Penas
Telefone: 289865381
Webpage: www.papagaiosempenas.com
Facilidade disponível em: Algarve Aveiro Coimbra Lisboa Madeira Porto Vila Real
10 % desconto

Companhia das Tralhas
Telefone: 965445666
Webpage: companhiadastralhas.blogspot.com/
Facilidade disponível em: Portugal Continental, Açores e Madeira.
De 10% a 20% de desconto

VESTUÁRIO E CALÇADO



AllDress - Vestuário e Acessórios Lda
Telefone: 21 0996921

Webpage: alldressusados.blogspot.com
Facilidade disponível em: Lisboa
10% desconto

Com Gosto

Telefone: 266732166
Facilidade disponível em: Évora
15 % de desconto em todos os produtos da loja: roupa, sapatos e bijuteria.



Go Wear T-shirts

Telefone: 964868561
www.facebook.com/go.wear.9
Facilidade disponível em: Portugal Continental, Açores e Madeira
Oferta: desconto de **15%** em qualquer tshirt e **20%** nos pacotes GoFamily.



Kid to Kid

Telefone: 217520568
Webpage: www.kidtokid.pt
Facilidade disponível em: Algarve Aveiro Braga Coimbra Leiria Lisboa Madeira Porto
Em compras superiores a 50 Euros em Roupa, Calçado e Brinquedos, oferecemos um **vale de 12 Euros a descontar** a partir do dia seguinte em Roupa, Calçado e Brinquedos.



Loja Borboleta

Telefone: 965657708
Webpage: loja-borboleta.blogspot.pt/
Facilidade disponível em: Évora
5% de desconto e oferta de portes de envio



Maria Nuvem

Telefone: 21 3014913

Webpage: www.marianuvem.pt

Facilidade disponível em: Lisboa
10% de desconto em compras superiores a 10€



Sapataria Salta Pocinhas

Telefone: 922282411

Facilidade disponível em: Lisboa
Desconto de 15 % em todos os artigos (não acumulável com outras promoções ou descontos).



Skintoskin

Telefone: +351 253 470 602

Webpage: pt.skintoskin.eu

Facilidade disponível em: Portugal Continental, Açores e Madeira
Desconto de 20%

Loja 9 Luas



Telefone: 91 934 61 75

Webpage: www.9luas.com.pt

Facilidade disponível em: Portugal Continental, Açores e Madeira
10% de desconto.



Sport Rox

Telefone: 229435660

Webpage: www.rox.pt

Vestuário, Calçado e Acessórios para toda a Família
Desconto 10%



Trapizonga

Webpage: www.trapizonga.pt

Facilidade disponível em: Lisboa
Roupa com 15% de desconto



Trapos a Trocos

Telefone: 254784122

Webpage: <http://www.traposatrococos.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 Viseu
Desconto de 16% directo mais portes.



Try Me – Atelier de Moda e Acessórios para Senhora

Telefone: 219263479

Webpage:

www.facebook.com/pages/Try-Me/166387740051246?sk=wall

Facilidade disponível em: Lisboa
Oferta: 15% de desconto (não acumulável com outras promoções)

Girândola

Webpage: www.girandola-pt.com

Facilidade disponível em: Braga Bragança Évora Lisboa Porto Santarém Vila Real Viseu
10% desconto em todos os artigos mediante a apresentação do cartão de sócio.



Pe de Pato - sapataria

Telefone: +351 21 394 73 00

Webpage:

www.pedepato.weebly.com
Facilidade disponível em: Lisboa
10% de desconto



Pé de Roupas

Telefone: 21 3955152

Webpage: www.pederoupa.com

Facilidade disponível em: Lisboa
10% de desconto em todos os artigos da marca Pé de Roupas



Trend - Roupas e Acessórios de moda

Telefone: 213427123

Webpage:

www.trendsecondhand.wordpress.com
Facilidade disponível em: Lisboa
10% de desconto



Loja da Criança

Telefone: 219503512

Webpage: www.lojadacrianca.net

Facilidade disponível em: Portugal Continental, Açores e Madeira
10% de desconto

HOTÉIS



Sheraton
HOTELS & RESORTS

Hotel Sheraton Porto

Telefone: 220404124

Webpage:

www.sheraton.com/porto

Facilidade disponível em: Porto

Alojamento: gratuito para crianças com menos de 12 anos, ocupando o quarto dos adultos e a acomodação existente



Hotel Rural Monte da Lezíria

Telefone: 269084935

Webpage:

www.montedaleziria.com

Facilidade disponível em: Setúbal

Desconto de 15% no alojamento sobre os nossos preços de balcão.



AS AMÉRICAS
HOTEL ART NOUVEAU & DESIGN



Hotel As Américas

Telefone: 234 346 010

Webpage:

www.hotelasamericas.com/

Facilidade disponível em: Aveiro

15% de desconto sobre o preço de balcão, nas reservas de alojamento



Estalagem do Sado

Telefone: 265 54 28 00

Webpage:

www.estalagemdosado.com

Facilidade disponível em: Setúbal

Alojamento em regime de Aposento e Pequeno-almoço Buffet - 20% de desconto sobre as tarifas de balcão. Restaurante e bar - 10% de desconto sobre os Preços de Venda ao Público.



torremar
hotel**

Hotel Torre Mar

Telefone: 252 298 670

Webpage: www.hotel-torre-mar.pt

Facilidade disponível em: Porto

20% Desconto Alojamento
Entrada Grátis no Museu da Póvoa
10% Desconto nas Actividades RATES PARK



SANTARÉM HOTEL
★★★★

Santarém Hotel

Webpage: www.santaremhotel.net/

Telefone: 243 330 800

Facilidade disponível em: Santarém

10% de Desconto sobre o melhor preço disponível no momento da Reserva.

Casal com de 3 a 5 Filhos: Preço Especial de 120,00 €. Serão atribuídos dois Quartos Comunicantes entre si, sendo colocado um Divã / Berço no Quarto de Casal dos Pais e adicionados dois outros Divãs / Berço às duas camas existentes no Quarto das Crianças.



Casa da Senhora do Outeiro

Telefone: 214001292

Facilidade disponível em: Lisboa
10% desconto



Tivoli Hotels & Resorts

Telefone: +351 213932670

Webpage: www.tivolihotels.com

Facilidade disponível em: Algarve
Coimbra Lisboa

10% desconto sobre preço BAR em estadias Portugal

15% desconto sessão Spa no angsana Spa (tivoli marina vilamoura)

20% desconto no brunch de domingo no tivoli Lisboa

10% desconto sobre BAR no Tivoli São Paulo-Mofarrej

10% sobre tarifas RACK no Tivoli Ecoresort Praia do Forte



GRANDE HOTEL
das Caldas da Felgueira
★★★

Grande Hotel Caldas da Felgueira

Webpage:

www.grandehoteldafelgueira.pt/

Telefone: 232 941 740

Facilidade disponível em: Viseu
Nas Caldas da Felgueira -Termas e SPA será aplicada a tabela de 10%

sobre PVP, nos tratamentos e programas termais de 7 a 14 dias (20% sobre PVP)

No Grande Hotel para alojamento e pequeno almoço (20% sobre PVP).

Aqui vos deixamos as próximas iniciativas em que a APFN está envolvida:

NOVEMBRO

Dia 16 - Conferência Gordon Neufeld (ver abaixo)

Dia 18 - Dia Mundial em Memória das Vítimas da Estrada em Cascais

AGENDA

Dia 24 - Festa de Natal APFN às 15h30 no Colégio de S. Tomás:

- Educação pela música: Apresentação Musical
- Presença do artista Maik Magic
- Sorteio dos prémios bebé e Bodas APFN
- Entrega dos prémios do concurso Presentes Criativos

DEZEMBRO

Dia 1 - Circo APFN em colaboração com o Circo Victor Hugo Cardinali:

- **Lisboa** - Parque das Nações (a seguir à Ponte Vasco da Gama): dia 01/12/2012 às 16h00
Data limite para inscrição dia 28/11/2012

- **Porto** - Parque da Cidade - Queimódromo - Circo Soledad Cardinali: dia 01/12/2012 às 16h30
Data limite para inscrição dia 21/11/2012

Para informações sobre o espetáculo consultar: www.victorhugocardinali.com/

CONFERÊNCIA **VÍNCULOS FORTES, FILHOS FELIZES**

16 Nov. '12 - 18h30-21h00
AUDITÓRIO MONTEPIO



ORADOR
GORDON NEUFELD, Ph.D.

A IMPORTÂNCIA DO ELO AFETIVO PAIS/FILHOS NO DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA

Esta conferência pretende sensibilizar e alertar para a importância do papel dos pais, enquanto primeiros e insubstituíveis educadores e formadores dos seus filhos, fortemente responsáveis pelo seu desenvolvimento pessoal integral e pela sua felicidade.

A Conferência VÍNCULOS FORTES, FILHOS FELIZES é dirigida a Pais, Professores, Educadores e Profissionais de saúde infantil.

Programa e inscrições em www.filhosfelizes.com

A DEPRESSÃO DEU LUGAR AO MEDO

A “depressão” tem sido usada diversas vezes para caracterizar o estado de espírito da nossa sociedade, neste período de crise. Porém, estamos a entrar numa nova fase: a depressão começa a dar lugar ao medo. As pessoas andam receosas, inquietas e encontram-se dominadas pela convicção de que algo negativo vai ocorrer nas suas vidas.

Este temor espalhou-se inexoravelmente como uma praga e revela-se de mil maneiras contra o desejo de todos. E cumpre-me dar testemunho do que vejo: Vejo jovens com mérito que se esforçaram com sacrifício pessoal para terminarem os seus cursos superiores, com medo do futuro e resignados à emigração forçada. Vejo gente simples, esmagada com dívidas, expiando erros do passado. Vejo idosos debilitados pela doença, expostos à ofensa da miséria, de receita na mão, dominados pelo receio de o dinheiro não chegar para pagar os medicamentos.

Vejo o olhar apreensivo de muitos indivíduos, aterrorizados com a vaga de despedimentos indiscriminados, sentindo-se um brinquedo do destino, expectantes e apavorados com a ideia de serem os próximos. Vejo temor no rosto dos pais idosos que acolhem de volta os seus falsos filhos pródigos, depois destes terem sido obrigados a devolverem as suas casas aos bancos por incumprimento dos empréstimos. Vejo medo no rosto das crianças ao colo dos seus pais exaustos, sujeitos à mais completa humilhação, pois aqueles que os deveriam consolar dos pesadelos nocturnos têm olheiras fundas das noites mal dormidas pelo terror da dispensa vazia.

Diante de mim, vejo pequenos empresários, pequenos comerciantes, e profissionais liberais, mergulhados num abismo de desalento, traídos por um Estado míope e enlouquecido que os asfixia vagarosamente com a amarra dos impostos. Vejo muitos homens e mulheres derrotados pela vida, caídos na depressão e no desespero, perdendo cada vez mais o medo da morte, e tentados pela ideia do suicídio. Vejo temor num povo que em tempos ousou descobrir o mundo, mas que hoje se sente ultrajado por ter de pedir auxílio ao estrangeiro.



Aos poucos todos ficam dominados pelo medo. Este medo acaba por se tornar numa epidemia absurda e devastadora, já que conduz as pessoas ao isolamento e à impotência. É verdade que todos nós estávamos mal preparados para a desgraça, mas houve alguém que ludibriou e descurou a proteção dos mais fracos; houve alguém que sequestrou a nossa confiança, mergulhando-nos nesta incerteza. E muitos daqueles que irresponsavelmente nos trouxeram até aqui, e infectaram a sociedade com este medo, são os mesmos que agora nos prometem resgatar.

Mas que havemos de fazer? Debater até ao infinito as causas da crise e as vantagens e desvantagens das várias soluções para superá-la? É preciso, neste momento de medo e fraqueza, acreditar que o nosso futuro não está fatalmente escrito. Afinal, todo o ser humano possui um reserva de força que lhe é desconhecida. É justamente nos períodos de provação, como o actual, que somos surpreendidos pelos nossos talentos que, na prosperidade, teriam ficado adormecidos. Espera-nos, portanto, um caminho longo que será feito por uma porta estreita; resta a todos nós vencer o medo de atravessá-la.

Pedro Afonso
Médico Psiquiatra

Mudança para boletim digital



A APFN pretende incrementar as suas ações de comunicação junto dos sócios, dos políticos e *opinion makers*, dos parceiros institucionais e do público em geral. Para isso necessita de gerir melhor os recursos que possui e utiliza para a área da comunicação. O Boletim tem um custo muito elevado quer de produção quer de envio e parece-nos que esses recursos poderão ser usados com maior proveito com recurso a outras formas mais atuais de comunicação mais eficazes e baratas.

Neste sentido, vamos, no ano de 2013, fazer essa experiência de eliminação do Boletim em papel enviado para casa das famílias e substituição por um digital com um formato diferente mas também trimestral. Com os recursos que conseguirmos libertar pretendemos investir em várias outras ações de comunicação das quais vos iremos dando conta.

Pedimos que verifiquem os vossos emails na APFN para ter a certeza que o irão receber pois conterà sempre informação importante e útil.

Caso não possuam email e façam questão de o receber em papel contactem-nos por favor pelo 217552603.

“O melhor sorriso em família!”

Raquel Brinca | www.hug.pt



Queremos ver os vossos sorrisos!
Habilite-se a ganhar um kit Oral-b para toda a sua família!
Participe em www.facebook.com/APFamiliasNumerosas





CONVOCATÓRIA

ASSEMBLEIA GERAL

CONVOCATÓRIA

Nos termos estatutários, é convocada uma Assembleia-Geral da APFN para reunir na Rua José Calheiros, 15, Lisboa, no dia 12 de Dezembro de 2012, pelas 21 horas, com a seguinte ordem de trabalhos:

1. Discussão e aprovação do Plano de Actividades e Orçamento de 2013
2. Outros assuntos

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, 11 de Outubro de 2012

O Presidente da Assembleia-Geral

Luís Casal Ribeiro Cabral

No próximo Boletim teremos já os nomes das autarquias vencedoras.

