

BOLETIM APFN

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE FAMÍLIAS NUMEROSAS

ano XV · nº44 · julho 2014



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE FAMÍLIAS NUMEROSAS

Apostar na família, construir o futuro.



**EDITORIAL » Pág 3****EM FOCO » Pág 4**

Congresso Europeu de Famílias Numerosas
» Pág 4

Family Land » Pág 5

AS NOSSAS FAMÍLIAS » Pág 6

Ser família numerosa em Torres Vedras
» Pág 6

“Sou mãe de 4 e adoro!” » Pág 7

ECONOMIA FAMILIAR » Pág 8

Regresso às Aulas » Pág 8

TEMOS FEITO » Pág 9

Dia dos Avós » Pág 9

Dados INE e aumento da Natalidade » Pág 10

Conferência na AR » Pág 11

Encontro de Famílias Numerosas no Entroncamento
» Pág 12

É BOM SABER » Pág 13

Relatório “Por um Portugal amigo das crianças,
das famílias e da natalidade” » Pág 13

AGENDA » Pág 14



Foi com muita honra que aceitei o cargo de presidente da direção da nossa associação.

Sendo um dos sócios fundadores, juntamente com a minha mulher, da APFN, já lá vão cerca de 15 anos, integrei a direção nos primeiros anos da sua existência. Como sabem a direção foi presidida desde o início pelo nosso querido amigo Fernando Ribeiro e Castro. Mais tarde passei a presidente da AG, cargo que ocupei até agora.

Depois da morte do Fernando havia que preencher a vaga deixada por ele por motivos tão tristes. Mas a nossa Associação não podia morrer e todos sentíamos que pelo contrário deveríamos honrar a memória do Fernando mantendo a APFN com toda a vitalidade possível. Felizmente temos uma direção dinâmica e colaboradoras permanentes dedicadas que souberam manter o rumo traçado no meio da turbulência. Até que por iniciativa do Carlos Seixas da Fonseca e da Marieta, na presença do Henrique Fonseca e da Fátima, foi-me sugerido ocupar este cargo. Confesso que não esperava mas senti que não devia defraudar aqueles quatro sócios fundadores. Assim o meu nome foi apresentado à direção que foi unânime em aceitar a proposta.

E cá estou a tentar dar conta do recado. Sinto uma enorme responsabilidade mas se puder contribuir para o crescimento da APFN ficarei muito satisfeito. Para isso conto com o apoio da direção, de todos os históricos e com o indispensável contributo de todos os sócios.

Muitos já me conhecem, mas para aqueles mais distantes ou mais recentes direi que tenho 68 anos, sou casado há 44 anos com a minha mulher Maria Madalena de Castro Caldas Cabral, temos sete filhos e nesta data 18 netos. Ainda estou a trabalhar, sou médico obstetra e faço voluntariado na Associação Coração Amarelo que tem como objetivo o combate à solidão, integrando a direção da delegação de Oeiras. Sou também formador do CENOFA (centro de orientação familiar) o que não faz de mim um perito em educação, pelo contrário estou sempre a aprender.

O mandato desta direção vai até março de 2015 e até lá gostaria de preparar o caminho para que a APFN fosse presidida por uma mãe de família. Seria uma boa apresentação da nossa Associação uma pessoa que sentisse os problemas reais de ter 3 ou mais filhos no nosso país. Sei que há muitas mães capazes de exercer essa função e a grande dificuldade vai ser ter que escolher uma, mas desde já era bom que nos fossem dando sinais de quem poderia ser.

Entretanto vamos trabalhando e para já preparando do nosso congresso e da ELFAC, já em setembro.
Boas férias para todos e venham retemperados para as próximas atividades.

Luís Cabral





Congresso de Famílias Numerosas

Nos próximos dias 19 e 20 de Setembro decorrerá em Cascais, na Casa de Histórias Paula Rego, o VII Congresso Europeu das Famílias Numerosas.

Sexta-Feira, 19 de Setembro

18h00-19h30 Sessão de Abertura

Primeiro Ministro

Presidente da Câmara Municipal de Cascais

Presidente da ELFAC

Clara Gaymard, CEO da GE France – **“Precisamos de uma Europa Familiarmente Responsável”**

Sábado, 20 de Setembro

14h30-17h30 Workshop “Contributo da Natalidade para uma Europa Sustentável”:

“Natalidade como Motor do Crescimento Económico” – Maria Teresa Lopez Lopez, Diretora da Cátedra Extraordinária de Políticas de Família na Universidad Complutense-AFA

“Crianças, um investimento com retorno” – Martin Werding, Director da Faculdade de Ciências Sociais de Ruhr-Universität Bochum na Alemanha

“Políticas que funcionam na Europa” - Livia Oláh, Professora Associada na Universidade de Estocolmo, Coordenadora do Projecto Families & Societies

“Tendências demográficas em Portugal e na Europa” - Francisco Vilhena da Cunha, APFN

Contamos com a vossa presença.

Inscreva-se [aqui](#).

Clique [aqui](#) para mais informações.

**VII CONGRESSO EUROPEU
III CONGRESSO PORTUGUÊS
DE FAMÍLIAS NUMEROSAS**





Já aqui vos temos falado da Family Land. E finalmente podemos desvendar quase tudo!

A Family Land é um evento para toda a família, promovido pela Associação Portuguesa das Famílias Numerosas com o apoio da Câmara Municipal de Cascais.

Concebida para receber toda a Família, a oferta existente será por isso dedicada à Família – diversão para todas as idades mas também actividades em que podem participar todos juntos.

O site – www.familyland.pt – já está activo e recheado de novidades.

Passem por lá, comprem já os vossos bilhetes de família a preços bastante acessíveis, inscrevam-se nas actividades, e claro, partilhem com os vossos amigos.

Esta festa é aberta a todas as familias por isso convidem famílias vossas amigas sócias ou não sócias, todas as familias!

Não percam a Grande Festa da Família!!!!



Ser família numerosa em Torres Vedras

Olá, somos a família Nunes: Pai Miguel de 41 anos, Sofia de 38 anos, a Madalena com 11, o Pedro com 8, o Rodrigo com 5 e a Carolina de 9 meses.

A opção de termos a Carolina veio pelo facto de estar sem emprego já há 2 anos e a pedido dos irmãos, e desde então sou mãe a tempo inteiro e com muito gosto e alegria. A vida vive-se sem grandes regalias mas com muita felicidade. Tentamos gerir o dinheiro da melhor maneira e apesar de nem sempre ser fácil, a opção de termos mais uma filha nunca foi de arrependimento mas sim de muita alegria.

O pai sai para trabalhar em Lisboa de manhã cedo e só volta à hora do jantar. A Madalena costuma ir com o pai para a escola, e depois a mãe leva os rapazes para a escola, o Pedro para a EB1 e o Rodrigo para o JI.

Todos andam no mesmo agrupamento em Torres Vedras, mas em escolas diferentes, de modo que a “entrega” e “recolha” dos filhos é um pouco agitada e demorada. A Carolina fica comigo o dia todo (só entrará na escola em Setembro, quando fizer 1 ano). Depois de estarem todos na escola é tempo de fazer compras (pelo menos 1 vez por semana é preciso ir comprar mais fruta, legumes,

bolachas, iogurtes e fraldas), arrumar e limpar a casa (dentro do possível pois nem sempre a Carolina colabora), lavar e engomar kilos de roupa (nunca vejo o cesto vazio).

Por vezes é preciso ir buscar a Madalena para almoçar, pois não tem aulas de tarde. O Rodrigo sai pelas 15h30 (teve que sair do horário de prolongamento pois ficava muito caro) e depois temos que fazer tempo até o Pedro sair da escola pelas 17h30. O facto de andarem todos na escola a 15km de casa foi uma opção feita quando trabalhava na zona e desde então ficaram nessas escolas por causa dos amigos. Pelas 18h chegamos a casa e é tempo de trabalhos de casa, banhos, preparar a roupa e mochilas do dia seguinte e enquanto faço o jantar se houver tempo brincam ou vêem um pouco de televisão. Pelas 20h jantamos, o pai costuma chegar por essa hora. Tentamos deitá-los todos pelas 21h30. Normalmente não sobra muito tempo livre durante a semana e por isso tentamos aproveitar os fins-de-semana para estarmos em família, a brincar, passear e visitar a restante família (que também é numerosa).

Sabemos que por cada filho que tivemos, temos mais despesas e temos que abdicar de outras coisas, o trabalho em casa não acaba, as



chatices e problemas do dia a dia nem sempre são fáceis de superar, as noites mal dormidas são muitas mas quando estamos todos juntos não há palavras que descrevam a nossa felicidade. Sabemos que a nossa razão de viver são os nossos filhos e percebemos que tudo o resto é superado com os seus sorrisos, mimos e alegrias.

Abdiquei da minha vida profissional para me dedicar à família e sinto-me muito mais realizada e feliz assim. Quem sabe se a nossa família ficará ainda mais numerosa?!

Família Pavão Nunes





“Sou mãe de 4 e adoro!”

A vida é uma luta diária na busca de equilíbrio. Equilíbrio nas decisões, que pretendemos que sejam sempre as mais corretas. Não nos permitimos falhar mas é falhando que conseguimos trilhar o caminho certo. Por vezes, temos de voltar atrás para depois prosseguir o tal caminho.

Não sei se é fácil, ou difícil, é apenas trabalhoso. Temos de dar de nós. Do nosso tempo, da nossa disposição, que nem todos os dias é a melhor. Temos de dar sobretudo do nosso amor.

Claro que não o conseguimos fazer todos os dias. Mas é importante dar-mo-nos conta quando não o conseguimos fazer para melhorar.

Nos dias de hoje muito se fala de formação da parentalidade, estamos mais despertos para a educação dos nossos filhos, se é correto ou não dar uma palmada ou colocá-los de castigo, o que é melhor para eles, para que sejam seres humanos bem formados do nosso amanhã.

Cada filho é um ser na sua individualidade, e se com uns conseguimos apenas conversando, com outros é preciso a palmada pedagógica, na hora certa. Somos, afinal, o alicerce que eles têm, e por isso os responsáveis pelo seu crescimento a todos os níveis.

O caminho faz-se caminhando e eles ensinam-nos muitas vezes como caminhar, em que sentido. Esta é a tarefa de todos nós, educar.

Não queiramos substituir o nosso amor, a nossa atenção, por meia dúzia de brinquedos, de *gadgets* eletrónicos, que os afastam de nós, para depois mais tarde nos queixarmos que eles, os filhos, se afastaram de nós.

Não há livro de instruções, nem receitas mágicas, mas há o amor, e o caminho faz-se caminhando. Sejamos tudo aquilo que os nossos pais não conseguiram ser e façamos tudo o que gostaríamos que nos tivessem feito.

[Este livro](#) é isso – é a nossa busca diária do equilíbrio, que claro está, nem sempre é conseguido.



Carla Santos Alves





Nós por cá

Sabemos que uma das do ano mais complicadas para as carteiras das famílias, principalmente das famílias numerosas, é o Regresso às Aulas.

Assim, a APFN reuniu todos os [descontos disponíveis](#) para que as nossas famílias possam aproveitar e reduzir o peso destes encargos. Deixamos também o [projecto Reutilizar](#) – O Movimento pela reutilização dos livros escolares.

O REGRESSO ÀS AULAS ESTÁ AÍ À PORTA!

Aproveite os descontos que a APFN encontrou para si!

Relembramos ainda que é muito importante que os dados dos sócios estejam o mais atualizados possível, por exemplo, número de filhos, morada, contatos telefónicos, nif's do pai e da mãe. Pode fazer esta atualização em https://www.apfn.com.pt/area_reservada.php.

Em breve, contamos ter boas notícias!
Obrigada!

Mafalda Teixeira



Mensagem “Dia dos Avós”

Durante os meus primeiros vinte anos, ainda no século passado, no seio de uma família numerosa onde a minha mãe reinava, na confusão da casa e das crianças (o que por vezes só conseguia porque “o pai está a chegar”), a minha individualidade seriamente ameaçada por ser “um dos” filhos ou irmãos encontrava refúgio, protecção e estímulo em casa dos avós onde, tirando os dias de festa, íamos um de cada vez consoante as idades, horários escolares e preferências ocasionais. Nesses dias eu era “a” neta, boazinha e bonitinha: em criança tinha direito às bonecas todas só para mim, mais crescida ia comprar uma ou duas revistas de banda desenhada, e já adolescente podia ver televisão (dois canais, a preto e branco) depois de jantar. Não havia computadores, ipads, iphones, mas as recordações desses momentos felizes estão gravadas na minha memória, no canal Avós, com uma nitidez tal que consigo revê-las em alta definição.

Durante os vinte e tal anos seguintes foi a minha vez de pôr ordem na confusão da minha (mais pequena) família numerosa, com a diferença das avós dos meus filhos ainda trabalharem... Mas eles já tinham televisão a cores e com 4 canais, e, assim que foi possível, um computador.

Há dez anos que sou avó. Os meus netos convivem diariamente com Smart TV (só comandos são 3, quanto mais os canais...), computadores, ipads, iphones e outras coisas que eu só vagamente sei como se chamam ou para que servem mas, por enquanto, ainda não há um “gadget” que os vá buscar à escola, lhes faça o lanche que preferem, os leve à ginástica, os empurre no baloiço do jardim, fique com o do meio que está com febre, jogue às cartas nos fins de semana no campo ou os aconchegue na cama quando acordam com o silêncio da noite, os leve às procissões na Páscoa ou ao cinema ver a 3ª sequela dum desenho animado de sucesso, os deixe levar o carrinho do supermercado mesmo que demorem o triplo no percurso, ou faça pela milésima vez o puzzle que o mais novo adora... Mesmo que um dia a minha memória deixe de funcionar espero que nas deles permaneça, em alta definição, um canal Avó com as conversas, os jogos, as brincadeiras, as cantigas, as orações e outras recordações desses momentos que vamos gravando diariamente sem dar por isso.

Texto: Maria João Granate

APFN - Associação Portuguesa de Famílias Numerosas

Lisboa, 26 de Julho de 2014





“Dados do INE indicam que aumento da natalidade é possível”

Há potencial em Portugal para uma duplicação dos nascimentos nos próximos três anos

De acordo com os dados do INE publicados há algumas semanas, cerca de 21% das mulheres e homens em idade fértil pensam ter um filho nos próximos três anos.

Em 2013, o ano do inquérito, existiam 2.259.353 mulheres e 2.522.419 homens em idade fértil em Portugal. Caso 21% desta população (21,8% das mulheres e 20% dos homens) venha a ter um filho nos próximos três anos, o número total de nascimentos neste período estará próximo dos 500.000, cerca de 165.000 nascimentos por ano, o que representa o dobro do atual número de nascimentos.

Parece à APFN ficar claro que caso venham a existir no nosso país políticas públicas adequadas às necessidades das famílias que querem ter filhos, será possível atingir o índice de fecundidade de 2,1 e assegurar o retorno à sustentabilidade demográfica.

O mesmo inquérito lembrou que o número desejado de filhos é de 2,31 filhos mas o número médio de filhos registado entre os inquiridos é de 1.03.

A APFN regozija-se com estes resultados e espera que, muito em breve, possam ser criadas condições para que esta intenção dos portugueses se revele possível.

Acesso ao Destaque do INE [aqui](#)

APFN - Associação Portuguesa de Famílias Numerosas

Lisboa, 02 de Julho de 2014

Rua José Calheiros, 15

1400-229 Lisboa





Conferência “Desafios para a sustentabilidade demográfica”

A APFN apresentou no passado dia 3 de Junho no Centro de Acolhimento ao Cidadão, no Parlamento, um estudo comparativo da evolução demográfica em contexto europeu e das políticas públicas mais penalizadoras das famílias em Portugal.

Depois de apresentado o estudo, deu-se um debate moderado pela jornalista Graça Franco, que contou com a presença de deputados dos vários quadrantes políticos que integram a comissão parlamentar do orçamento e finanças, e a comissão parlamentar da segurança social e trabalho.

Do estudo apresentado no evento pela APFN, ressaltam as seguintes conclusões:

-Portugal está na cauda dos países da Europa em relação ao índice sintético de fecundidade, com tendência para piorar.

-Um grupo de países (Suécia, Reino Unido, França, Irlanda e Finlândia) desenvolveu um conjunto de medidas, de perfil diverso, que se traduziram em aumentos da natalidade na última década, encontrando-se neste momento perto da taxa de renovação de gerações (2.1 filhos).

-Um grupo de países constituído por Portugal, Malta, Chipre e Polónia tem tido uma evolução negativa ao nível do índice sintético de fecundidade, atingindo Portugal níveis mínimos históricos de 1.3 filhos, em 2012.

-Desde que não existe renovação de gerações, existe um défice de um milhão e trezentas e cinquenta mil crianças em Portugal.

-Dos países analisados, Portugal é o segundo país da Europa (depois da Polónia) com menor despesa pública de apoio a famílias com filhos (quer em termos de medidas de correção fiscal, equipamentos/serviços e apoios financeiros diretos).

- Em Portugal as famílias são mesmo penalizadas, nalgumas áreas:

- Água – as tarifas progressivas levam a que as famílias numerosas paguem a água muito mais cara do que as famílias sem filhos ou os solteiros.
- IMI – Não tem em consideração o número de pessoas que vivem na mesma área, com o mesmo espaço (o IMI é igual para uma pessoa que viva em 150 m², ou para uma família com 4 filhos que viva no mesmo espaço);
- O IRS não tem em consideração o número de filhos, para aferição da taxa a pagar (a taxa é igual quer se trate de um salário a sustentar duas, seis ou nove pessoas)
- Saúde - as taxas moderadoras são cobradas a partir dos 12 anos, quando nada muda nessa idade que altere o estado de dependência.
- Outras penalizações: inexistência da possibilidade do trabalho a tempo parcial, custos no ensino, transportes, etc.

Veja [aqui](#) o resumo total das conclusões desta conferência.





Encontro de Famílias Numerosas no Entroncamento

No passado dia 22 de Junho, domingo, no Parque do Bonito no Entroncamento, realizou-se um Encontro de Famílias Numerosas organizado pela delegação de Santarém da APFN.

O programa tão bem recheado, como pode ver abaixo, entreteve miúdos e graúdos, e nem a chuva que se fez presente estragou a tarde.

Veja [aqui](#) todas as fotografias.

Programa:

10h00 - 10H30 – Chegada, receção e acolhimento

10H30 – 12H30 – formação de equipas (com pais e filhos) e realização de gincana/"peddy paper" pelo parque

12h30 – 14h30 – Almoço partilhado (com o que cada família levar) e convívio

14H30 – 16H30 – Apresentações e oficinas diversas, por onde pais e filhos poderão rodar

Exemplos: Contos, Histórias e Livros; Pinturas Faciais; Insuflável; Ginástica – colchões, saltos e rebolões; Teatro e Atores; APFN – apresentação, benefícios da associação; Jogo Caça ao Tesouro Disney; ...

16H30 – 17H00 – Despedidas, arrumações e encerramento





“Relatório: Por um Portugal amigo das crianças, das famílias e da natalidade”

Em Abril de 2014, na sequência de uma decisão do Presidente do PSD, comunicada no seu último Congresso, foi constituída a Comissão para uma Política da Natalidade em Portugal.

Muito se debateu sobre o que este estudo iria revelar. A equipa agrupou onze personalidades de várias áreas disciplinares:

Joaquim Azevedo (Coord.), Ana Cid Gonçalves, Ana Sampaio, Bruno Moreira, Joana Morais e Castro, Jorge Arroiteia, Luísa Anacoreta, Margarida Neto, Maria do Céu Soares Machado, Pedro Furtado Martins e Ricardo Luz.

Deixamos [aqui](#) disponível o Relatório final e, tal como escrevem os autores do mesmo no seu sumário executivo “Esperamos sinceramente que o PSD, que o solicitou, e todas as organizações políticas e sociais, públicas, privadas e do sector social, possam ter nele uma inspiração para a concretização urgente da política que propomos.”.

É de facto, urgente.

2014

SETEMBRO

Dias 19 e 20 – III [Congresso Português](#) e VIII Europeu de Famílias Numerosas - Casa das Histórias Paula Rego

Dias 20 e 21 – [Family Land](#), Hipódromo Manuel Possolo, Cascais



Não esquecer!

FICHA TÉCNICA

Esta publicação é propriedade da Associação Portuguesa de Famílias Numerosas

Morada · Rua José Calheiros, 15 – 1400-229 Lisboa

Telef. · 217552603 | Fax · 217552604 | Email · apfn@apfn.com.pt

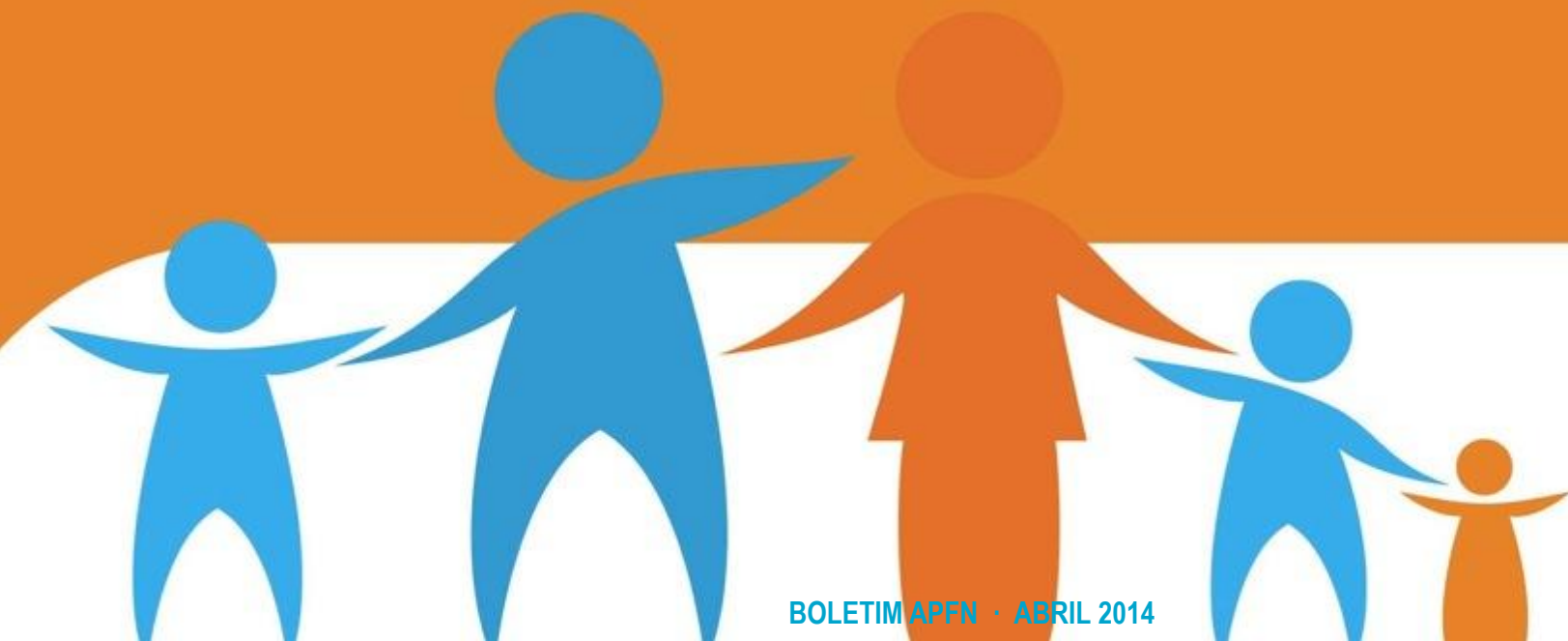
Site · www.apfn.com.pt

Facebook · www.facebook.com/APFamiliasNumerosas

Fotografia da Capa · Pau Storch - MagmaPhoto | <http://www.magma.pt/>

Design · Mónica Araújo | www.estadopuro.pt

ATÉ BREVE!



Associação
Portuguesa de
Famílias
Numerosas

