



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	• Liberdade e Educação.....	5
• Marieta e Carlos Seixas da Fonseca têm a palavra.....	2	• Economia Familiar.....	6
• Uma lufada de ar fresco.....	3	• Poupança 365 - Um acordo com a APFN.....	7
• 4ª Edição Prémio E+FR	3	• Cinco Ideias para o Verão dos nossos filhos entre 7 e 12 anos.....	7
• Dia dos Avós - 26 Julho 2008.....	4		
• Encontro Demografia, Família e Poder Local.....	5		

EDITORIAL

Julho – aproximam-se as férias!

As férias são altura de merecido descanso e, também, de reforço dos laços familiares, ao fim de um ano de corrida casa-trabalho-casa, em que tão pouco tempo pode ser reservado à família.

Por esse motivo, neste boletim, reservamos algum espaço para este tema, assim como a importância do

tempo e, sobretudo, atenção que os filhos merecem por parte dos seus pais, seus educadores insubstituíveis.

No entanto, vivemos num país em que esse papel não é reconhecido por parte do Estado que procura impor um “modelo único” através de um sistema de ensino centralizado e controlado por quem tem, nas últimas décadas, dado bastantes provas de incompetência, como é bem reconhecido a nível internacional.

A APFN sempre se tem batido pela liberdade dos pais em poderem escolher o modelo educativo para os seus filhos, um direito natural inalienável. Juntamente com outras entidades e associações, esse direito é defendido pelo “Fórum pela Liberdade de Educação”. Contamos, a partir deste boletim, termos permanentemente uma secção dedicada a este tema.

Por outro lado, os tempos estão cada vez mais difíceis. A crise económica toca a (quase) todos, em particular às famílias com

maior densidade de encargos indispensáveis, como é o caso das famílias numerosas. O aumento de preço dos bens de primeira necessidade tem vindo a colocar um cada vez maior número de famílias em situação difícil.

Daí o crescente interesse nas facilidades que temos vindo a obter para os sócios e que, infelizmente, alguns desconhecem e não usam. Os benefícios são muitíssimos superiores ao valor da quota. Por favor, para vosso interesse, vejam as facilidades já existentes, sempre a aumentar, no nosso site, na internet. Não fazemos nenhuma publicação apenas porque, como estão sempre a aumentar, essa publicação estaria desactualizada logo na altura da distribuição... Damos alguns testemunhos de poupança neste boletim. Recordamos que as facilidades só podem ser usadas por quem tenha as quotas em dia.

Abrimos, também, uma secção sobre gestão financeira familiar, uma vez que uma boa parte do sobre-endividamento resulta de má gestão. Temos a certeza que as dicas que são dadas vos ajudarão a enfrentar melhor estes tempos difíceis. Há uma regra de ouro: “Não ter mais olhos que barriga”...

Finalmente, estamos empenhados numa maior aproximação entre os sócios. A troca de experiências entre famílias numerosas ajuda sempre! Aceitem o desafio e participem! Não se fechem em vós próprios! O convívio e intercâmbio de experiências é sempre enriquecedor. No mínimo, serve, também, para os nossos filhos verem que há mais famílias numerosas como as deles!

Boas férias! Aproveitem bem o tempo em família, e descubram a enorme riqueza que têm!

O Presidente, Fernando Ribeiro e Castro

MARIETA E CARLOS SEIXAS DA FONSECA TÊM A PALAVRA

A 22 de Abril de 1999 é assinada a escritura de constituição da APFN – Associação Portuguesa de Famílias Numerosas. Como é possível já terem passado 9 anos?....

O grupo de amigos que se foi reunindo à volta da ideia estava cheio de entusiasmo porque finalmente estava ultrapassada a primeira etapa. Com existência legal, abria-se à APFN a possibilidade de alertar a

sociedade portuguesa para a existência e valor da Família Numerosa e de lutar pela sua despenalização.

Em geral, não é reconhecido o seu contributo social, no presente e na solidariedade intergeracional. Por outro lado, para exemplificar, a maioria nem se apercebe de quanto custa a uma família de 5 pessoas, ou 7, ou 9 ou mais, comprar bilhetes para assistir a um espectáculo cultural, mesmo que seja uma simples ida ao cinema. E... o custo da factura da água, só pelo facto de uma família numerosa fazer a sua higiene diária? E o espaço necessário para as camas, para cada um fazer os trabalhos de casa ...?

Idéias, era coisa que não nos faltava. Todos os que vivem as dificuldades das famílias numerosas, têm de aprender a superá-las com imaginação e criatividade. Muitas vezes passa por soluções giras encontradas com o contributo dos filhos mais velhos.

No nosso caso, Marieta e Carlos, encontrávamo-nos a viver um 2º fôlego. Não obstante a Marieta sempre se ter dedicado à temática da Família, no Ano Internacional da Família (1994) experimentámos a Alegria de ter contribuído para “Construir a mais pequena democracia no coração da sociedade”. A Marieta, pelas suas responsabilidades na então Direcção Geral da Família participou na elaboração e execução do programa nacional. Passados 14 anos, pouco existe dos objectivos previstos, para

além dos documentos elaborados e que ainda se mantêm válidos. Cabe aqui uma referência a Elina Morais Neves por, em nome de Portugal, ter, conjuntamente com os delegados da República Federal Alemã e da Polónia, proposto na Comissão das Nações Unidas para o Desenvolvimento Social a proclamação de um Ano Internacional dedicado à Família. Como consequência, passou a ser celebrado mundialmente, a 15 de Maio, o Dia Internacional da Família.

Este evento, os contactos internacionais e o dia a dia do casal com os quatro filhos despertou-nos para a temática das famílias numerosas.

Acresce que lá fora também já existiam e iam aumentando as preocupações de alguns governos com as consequências das baixas taxas de natalidade. Procurávamos informações sobre medidas implementadas por outros países com políticas centradas na família. Esta preocupação haviam de chegar a Portugal....

Conversávamos com amigos e, a certa altura, constituir uma associação passou a ser um desafio. A Fátima e o Henrique deram o “pontapé de saída” e o Fernando e a Leonor foram chamados ao “leme”.



A sede começou por ser um espaço cedido por uma Associação amiga, CENOFA. O que a APFN tem feito nestes 9 anos está patente no site www.apfn.com.pt, nos 20 boletins e 17 cadernos publicados, nos seminários organizados, no Conselho Consultivo constituído, nos milhares de associados, nas parcerias/facilidades estabelecidas, nas centenas de comunicados distribuídos, nos artigos de jornais publicados, nas prestações televisivas. .. O programa do X Aniversário, com o empenhamento de todos os associados, com a

colaboração das Empresas e das Autarquias Familiarmente Responsáveis, constituirá um novo marco.

A expressão Família Numerosa já entrou no lexico dos portugueses. A história vai-se fazendo. Continuaremos a pugnar por medidas concretas de política familiar, queremos contribuir para construir o futuro!

Marieta e Carlos

UMA LUFADA DE AR FRESCO

No passado dia 24 de Maio, realizou-se o "Dia da Família" em Riga, Letónia.

Esta oportunidade foi aproveitada para uma reunião da Direcção da ELFAC - European Large Families Confederation.

A Letónia alterou recentemente a Constituição (obviamente com a necessária maioria de mais de 2/3 dos deputados) para especificar o que até há bem pouco tempo era óbvio e inquestionável universalmente,



As fotos dão apenas uma pequenina amostra do valor que este país dá à Família!

Enfim! Uma lufada de ar fresco e esperança para uma Europa desorientada e desorientadora!



por razões de simples ordem biológica: o casamento é entre um homem e uma mulher (ou vice-versa).

O "Dia da Família" foi festejado com um enorme cortejo de famílias (pais e seus filhos) pelas ruas de Riga e um espectáculo em que foram atribuídos vários prémios a famílias que se distinguiram em 2007. À frente do cortejo, seguiu o Ministro da Família, um pai de cinco filhos. O espectáculo foi presidido pelo Presidente da República da Letónia.



Concurso de Histórias Infantis sobre Famílias Numerosas

Se tens entre 9 e 14 anos escreve uma história verídica sobre famílias numerosas

As melhores serão compiladas num livro e ainda terás direito a um prémio surpresa

Data Limite entrega de trabalhos:
30 de Setembro



4ª EDIÇÃO PRÉMIO E+FR

A 4ª Edição do Prémio Empresa + Familiarmente Responsável ficou concluída com a entrega dos prémios, em sessão pública, no passado dia 29 de Maio, no Auditório da AESE- Escola de Direcção e Negócios.

Este prémio é promovido pela AESE e pela DELOITTE, com o apoio do Diário Económico, com o objectivo de reconhecer e premiar as melhores práticas das empresas, a operarem em Portugal, na área das políticas familiares.

AAPFN tem integrado o Júri que é Presidido pelo Dr Artur Santos Silva.

O Dr. Bagão Félix proferiu uma conferência sob o tema "Família - Trabalho - Empresa" que, pela sua importância, reproduziremos no próximo Boletim.

A APFN vem saudar-vos, a todos os Avós, experientes e inexperientes, já Bisavós, ou ainda a comecem a “nova carreira” de Avós.

Olhamos os vossos rostos todos os dias nas ruas deste mundo mais próximo, que é a nossa cidade, onde diariamente nos cruzamos convosco:

DIA DOS AVÓS
26 JULHO 2008

- Avós modernos, sorridentes, babosos e orgulhosos, ao volante das novas carrinhas, onde possam caber várias cadeirinhas, avós que tentam ainda conciliar o seu trabalho profissional com as necessidades dos seus filhos, para irem buscar os netos à escola, levá-los às actividades extra-escolares, ao judo, à catequese, a um espectáculo ou a uma visita a um museu, ou simplesmente para ficarem com eles em casa e os ajudarem nos trabalhos de casa, nos banhos, e refeições, até que os pais esgotados e sem tempo, os possam vir buscar ao fim do dia...
- Avós cansados, dobrados pelo peso dos anos, do trabalho, das dificuldades e doenças, mas sempre prontos a dar o seu melhor, que ainda arranjam forças para correr atrás de algum neto endiabrado no parque de baloiços, ou que, sentados no banco de jardim, ao fim de tarde, abrem os lanches preparados com carinho, enquanto contam coisas do passado, ou ouvem as histórias dos netos, sem preocupações com os ponteiros do relógio...
- Avós, mais ou menos cultos, com mais ou menos posses, mais ou menos saúde, verdadeiros “pára-raios”, protegendo o edifício de tanta família em desmoronamento, em que pais e mães, desorientados e perdidos nas contradições deste mundo, lhes confiam essa assustadoramente crescente multidão de meninos e meninas tão “órfãos de pais vivos”...



São estes Avós que, com um jeito e um saber de experiência feito, ainda conseguem, quantas vezes, o milagre de consolar, ouvir, tranquilizar e sarar as feridas de tantas crianças em sofrimento, que não têm culpa dos erros dos adultos, nem da falta de visão dos políticos (que à falta de uma verdadeira política de família, vão lançando medidas avulso, às vezes materialmente úteis, é certo, mas quantas vezes gritantemente desajustadas das realidades e necessidades)...

Crianças, a quem ninguém pergunta, por exemplo, antes de facilitarem o divórcio aos pais, (como quem vai ali e bebe um copo de água!) se se sentem felizes por se verem divididas e separadas da mãe ou do pai, crianças a quem ninguém pergunta se aceita partilhar as sobras que lhes restam do carinho dos pais com pessoas desconhecidas que entram e saem das suas vidas a uma velocidade incompatível com a saúde mental de qualquer criança ou jovem em processo de crescimento...

Que seria de tanta criança, sem estes Avós-faroleiros que lhes assegurassem o “pão nosso de cada dia” e alguma estabilidade e referências sobre as quais se vai construindo o frágil edifício das suas vidas e personalidades?

O nosso mundo bem precisa destes Avós-pilares que não querem deixar ruir por completo, nem a casa, nem a família, e dar “experiência de família” a crianças a quem esse direito foi negado pelos seus pais!

Por isso, neste vosso mais que merecido Dia, queridos Avós, aqui vai um Abraço de amizade, estímulo, e agradecimento por tanto “colo” físico, material e espiritual, que o vosso coração grande permite oferecer diariamente!

Com amizade, APFN

VENCEDORES FINS DE SEMANA BEBÉ APFN 2007

João e Margarida Araújo - Maria Catarina (6ª filha)
Prémio Casas da Cerca

**Patrocinadores
Fins de Semana**



Carlos Canário e Alda Morgado - Sofia (3ª filha)
Prémio Estalagem do Sado

João e Ana Sofia Santos - Miriam (3ª filha)
Prémio Turistrela

Carlos e Maria José Jorge - José Maria (7ª filho)
Prémio Altis Park Hotel



Luís e Isabel Reinaldo - Sara (7ª filha)
Prémio Estalagem do Sado

Frank e Sónia Maus - Leonor (3ª filha)
Prémio Casas da Cerca

turistrela



António e Madalena Reis Pinto - Mónica (9ª filha)
Prémio Estalagem do Sado

José Manuel e Maria do Rosário Leitão - Bernardo (7º filho)
Prémio Quintal de Além do Ribeiro

Márcio Dinis e Sónia Pereira - Luísa (3ª filha)
Prémio Casas da Cerca

Carlos e Rita Bruno - Trígemeos (João, Constança e Mª Carmo)
Prémio Hotel Rural das Lameiras

João e Sofia Jordão - Manuel (3º filho comum)
Prémio Estalagem Vale Manso

António e Ana Rodrigues de Carvalho - Ana (5ª filha)
Prémio Monte Cabeço do Ouro



ENCONTRO DEMOGRAFIA, FAMÍLIA E PODER LOCAL

Por ocasião do **Dia Internacional da Família**, celebrado no passado dia 15 de Maio, a APFN organizou um Encontro sobre o tema "**Demografia, Família e Poder Local**". O evento teve lugar no dia **21 de Maio na Fundação Calouste Gulbenkian**, em Lisboa, e foi presidido pela Dra. Paula Meira Lourenço, em representação do Secretário de Estado da Administração Local.

Estiveram ainda presentes na mesa a Dra. Teresa Ferreira da Cunha, em representação da Associação Nacional de Municípios Portugueses e a Prof. Dra. Maria Dolores Monteiro, vereadora da Câmara Municipal de Vila Real. A moderação do debate que se seguiu esteve a cargo do Dr. Pedro Carvalhas da TVI.

O Presidente da APFN, Fernando Castro, deu início à sessão, com algumas palavras sobre a razão de ser deste evento, após o que seguiu a entrega de uma menção honrosa do prémio Ticket Infância ao José Maria Pereira Martins.

Com a colaboração da Dra. Paula Meira Lourenço foi então realizado um sorteio entre as famílias que se candidataram aos prémios Bebê APFN que estavam presentes. Tendo em conta o elevado número de prémios angariados, fruto da excelente colaboração das nossas empresas parceiras e a quem muito agradecemos, foi possível oferecer prémios a todas as famílias, tendo o sorteio servido apenas para designar que prémio ia para que família.



Terminada a entrega destes prémios seguiu-se a apresentação do Relatório Medidas Autárquicas de Apoio à Família, feita pela Secretária-Geral da APFN, Ana Cid Gonçalves. Este relatório já foi transformado no Caderno 17 APFN e encontra-se disponível no site www.apfn.com.pt

A apresentação do Relatório culminou com a apresentação das suas conclusões e com o lançamento do OAFR – Observatório das Autarquias Familiarmente Responsáveis. O Observatório que contará com peritos com experiência nas áreas da família e das autarquia e com diversas competências: sociólogos, psicólogos, economistas, assistentes sociais e familiares, irá acompanhar e avaliar as boas práticas das autarquias.

Após algumas palavras encorajadoras do nosso trabalho proferidas pela representante da Associação Nacional de Municípios, assistimos a uma apresentação do trabalho realizado no Município de Vila Real, pela Vereadora responsável pelo pelouro.

Foi possível mais uma vez constatar o enorme compromisso de Vila Real para com as suas famílias municipais que não cessa de aumentar, com um número crescente de medidas e iniciativas, o que lhe vale o epíteto de Autarquia Campeã no Apoio à Família.

Para terminar foi aberto um período de diálogo e confronto de ideias entre os presentes e a mesa, moderado pelo Dr. Pedro Carvalhas da TVI.

No passado dia 16 de Maio, realizou-se na Fundação Calouste Gulbenkian mais um Encontro sobre *Reformas Educativas de Sucesso* organizado pelo Fórum para a Liberdade de Educação, desta vez dedicado à reforma que teve lugar nos anos 90 na Suécia.

A organização centralizada e monolítica do nosso actual sistema de ensino tem muito de semelhante com o sistema de ensino que vigorava na Suécia até 1992. Aliás, ele serviu de modelo ao nosso sistema, imediatamente após a revolução dos cravos em 1974.

Mas os suecos, perante a deterioração de todos os indicadores de qualidade do seu ensino ao longo dos anos 70 e 80, não hesitaram em atacar a raiz do problema e mudaram rapidamente para um sistema descentralizado nos municípios e que não distingue entre escolas do Estado (escolas municipais) e privadas (ditas "escolas independentes"), desde que sejam totalmente gratuitas, recebendo para tal o apoio financeiro do Estado em exactamente as mesmas condições que as escolas municipais. Isto é, estruturaram o seu sistema de ensino de acordo com o *princípio da igual liberdade de educação para todos*.

Neste e nos próximos artigos sobre "QUE CAMINHOS PARA A EDUCAÇÃO?", irei tentar sensibilizar o leitor para a importância de aprendermos com o exemplo da Suécia e de agarrarmos urgentemente, com todas as forças e entusiasmos, o princípio da liberdade de educação para todos, sem medo à mudança.

Hoje vou apenas recordar que a liberdade de educação, mesmo antes de ser uma condição *sine qua non* de optimização da qualidade do ensino, é um princípio constitutivo da dignidade de todo o cidadão, sendo, por isso, um direito fundamental da pessoa humana.

Esta é a posição civilizacional universalmente aceite, afirmada e reafirmada em todos os documentos sobre as liberdades e garantias dos cidadãos. Vejamos apenas os mais importantes.

Diz o artigo 26º, n.º 3 da Declaração Universal dos Direitos do Homem: "*Pertence aos pais a prioridade do direito de escolher o género de educação a dar aos filhos*". Diz o artigo 43º, n.º 1 da Constituição da República Portuguesa: "*É garantida a liberdade de aprender e ensinar*". E o n.º 2: "*O Estado não pode programar a educação e a cultura segundo quaisquer directrizes filosóficas, estéticas, políticas, ideológicas ou religiosas*". Depois, no artigo 74º, n.º 1: "*Todos têm direito ao ensino com garantia do direito à igualdade de oportunidades de acesso e êxito escolar*".

Então, por que esperamos?

Lembre-mos que a tragédia de um ensino sem qualidade reside no facto de não ser possível compensar uma criança ou jovem que não tenha tido uma educação de qualidade. Perdeu-a para sempre! E, com essa perda, que futuro poderá ter Portugal?

Lembre-mos também que a liberdade nunca se perde toda de uma vez. Perde-se aos poucos. A liberdade de educação é a "mãe de todas as liberdades"; sem ela, a liberdade de expressão, a liberdade de opinião e todas as restantes liberdades de pensamento ficam em perigo. Será que não nos preocupamos com o facto de que todos os Estados e sistemas totalitários são partidários de uma uniformidade escolar, cujo resultado é um verdadeiro pensamento dirigido?

Fernando Adão da Fonseca
www.liberdade-educacao.org

Todos sabemos que, por si só, o dinheiro não traz a felicidade; mas, como diz o povo.... ajuda um pouco. E também sabemos, do senso comum, que a mesma quantia de dinheiro, bem gerida e administrada, "rende mais" do que quando se fazem apenas compras por impulso, na primeira loja que nos aparece. A gestão da economia familiar é um tópico importante, hoje com particular destaque na agenda mediática, devido ao aumento das taxas de juro e ao infelizmente crescente número de famílias sobreendividadas, ou mesmo "falidas". E se é um tópico importante para as famílias em geral, mais importante será para as famílias numerosas, por manifestas e evidentes razões.

Haverá que elaborar um "orçamento familiar", planeando mensalmente as receitas e despesas, haverá que ter disciplina e método na sua execução e haverá que registar os lançamentos das despesas; e, periodicamente, analisar criticamente o planeado e o realizado, tirando daí as inerentes ilações. E sem esquecer que a "empresa familiar" tem dois sócios, com iguais quotas, e que as melhores decisões de administração são as tomadas por consenso. E, aos poucos, sem pressas, haverá que envolver também os filhos nesta temática, procurando a sua colaboração na gestão das actividades domésticas e mesmo, a partir de certa idade, o seu envolvimento na tomada das grandes decisões (i. e. compra de um carro, de uma casa, etc.).

Pelo conjunto de razões atrás indicadas, decidi a direcção da revista da APFN criar uma rubrica permanente dedicada a esta temática e convidar-me para ser o responsável por ela, o que de imediato aceitei. Até porque estou certo do interesse dos nossos leitores por estes assuntos, que suscitarão certamente muita colaboração, opiniões, sugestões e críticas, que desde já, em antecipação, se agradecem. E a troca de "dicas" e de sugestões de poupança são questões que muito gostaríamos de aqui ver publicadas; cada família tem as suas experiências, os seus sucessos e falhanços, que poderá querer, no todo ou em parte, partilhar de modo saudável com outras famílias. E, sem ferir as intimidades, seria interessante também a recolha de testemunhos de "famílias seniores" relativamente aos problemas que tiveram no passado e à forma como os resolveram, e de "famílias juniores", confrontadas hoje com problemas concretos, para os quais solicitam sugestões de solução.

Alguns temas estão já na calha: "o orçamento familiar", "boas-praticas na gestão doméstica", "a compra de casa", "a riqueza da família", "semanadas e mesadas dos filhos" e "começar hoje a preparar a reforma". Mas outros temas poderão surgir, porventura com maior interesse. Apelamos assim desde já à vossa participação, com as críticas e sugestões que este texto vos suscite, para o e-mail que abaixo indicamos.

A. F., fonsecas@netcabo.pt

TESTEMUNHOS DE FAMÍLIAS QUE APROVEITAM AS FACILIDADES DA APFN



A nossa família gasta em média 300 a 400 Euros por mês em compras de supermercado. Quando comecei a utilizar a facilidade concedida aos sócios de fazer compras no Recheio constatei uma significativa diferença nos preços. Na generalidade entre 5 e 10% mais barato do que conseguia nos hipermercados.

Hoje mais de metade das compras são feitas no Recheio, pelo que por mês devo poupar mais de 30 Euros.

Em paralelo, descobri outras três vantagens: as embalagens dos produtos são maiores pelo que duram mais tempo; não há muitos clientes no estabelecimento, pelo que se pode circular sem atropelos e é raro haver qualquer fila; e finalmente este abre muito cedo, pelo que ainda consigo ir às compras depois de deixar os filhos na escola e antes de ir trabalhar.

Família Berger

Resido na cidade de Vila do Conde, que infelizmente ainda não é uma "Cidade Amiga", apesar de já terem sido efectuadas algumas tentativas nesse sentido, mas o facto de pertencer à APFN tem proporcionado à minha família diversas vantagens; partilho dois exemplos:

1 - Os meus três filhos, praticam modalidades desportivas no Ginásio Clube Vilacondense; neste clube é solicitada uma quota de participação, que no caso dos sócios da APFN, e por haver um protocolo, é reduzida em 5 euros/mês por criança. Obtenho assim uma poupança de 15€ por mês, que se traduz em cerca de 150€/ano.

2- O cartão da APFN, tem sido aceite em diversos locais em Espanha, a título de exemplo, em 2007, por ter apresentado o cartão da APFN na "Cidade das Artes e das Ciências" em Valência, nos parques de diversões "Port Aventura" e "Isla Mágica", bem como em alguns museus de Barcelona, obtive uma poupança superior a 150€. Quando viajarem para Espanha, aconselho a consulta dos sites das Famílias Numerosas, como a FANOC ou a AVAFAM e não esqueçam de levar o cartão da APFN.



Família Ramos

Face ao momento actual que as famílias atravessam, pelo fraco desempenho da economia europeia e sobretudo nacional com aumentos sucessivos nos combustíveis, nos bens de consumo essenciais, nos impostos, no crédito bancário, etc, importa uma reacção pró-activa na gestão de custos e recursos do agregado familiar por forma a eliminar os gastos excedentários. Ao ajustar os produtos de consumo ao perfil desse agregado, promovemos assim a manutenção do nível de vida e apostamos num futuro melhor para as gerações que se seguem, através duma redução nas emissões nefastas ao nosso planeta.

Importa ainda a noção de gradualmente devermos direccionarmo-nos para as fontes de energia renováveis e não poluentes mesmo com estímulos governamentais pouco atractivos, situação caricata para um País que depende brutalmente da importação de recursos (fósseis) para a obtenção de energia, possuindo fontes naturais (sol, vento, costa marítima) pouco exploradas.



Mas muitas vezes, em conversas banais somos surpreendidos pela clara sensação de desajustamento que poderemos ter em alguns fornecimentos de bens e serviços, que são determinantes para a boa economia empresarial ou familiar. Concorre ainda para esta situação, o facto de nos últimos tempos terem surgido novas tecnologias e ofertas de mercado que bem geridas e optimizadas podem levar a economias, e consequente ganhos substanciais.

É um "lugar comum" a verificação de situações menos favoráveis nos fornecimentos de energia (cujos aumentos anuais irão ser significativos), sistemas termodinâmicos, água, gás canalizado, comunicações fixas, móveis, Internet, televisão por cabo, selecção de equipamentos de máxima eficiência energética, etc.

A nossa experiência comprova que numa "família básica" desta associação (2+3), se consegue reduzir entre 20-30% nestes custos, induzindo uma poupança anual entre €1000-1500.

Infelizmente este processo implica alguma paciência e disponibilidade, com acréscimo de enfrentar longas conversas, visitas de comerciais, deslocações a instituições, e ainda a tarefa acrescida de tentar decifrar a sua linguagem, optando pelo produto que nos interessa e não, aquele que por interesse comercial nos querem impor.

Deverá então, esta optimização lógica ser uma prioridade actual, proporcionando de imediato o respectivo retorno monetário para além de contribuir educacionalmente para uma necessidade ecológica contemporânea.

Nuno de Sacadura Botte
(www.poupanca365.com)

**POUPANÇA 365
UM ACORDO
COM A APFN**

CINCO IDEIAS PARA O VERÃO DOS NOSSOS FILHOS ENTRE 7 E 12 ANOS

so se divertem preparando um delicioso prato de macarrão, como vão adquirindo destreza em coisas úteis, que até poderão vir a ser um autêntico achado para as futuras esposas...

1. Acampamentos

Um passeio em família. Partilhar o tempo livre com os membros da própria família e com os amigos, em actividades simples, pouco caras e atractivas de diversos tipos contribui para a coesão familiar. Nesses momentos, os grandes e os pequenos aprendem novos valores e destrezas, e supera-se a tendência para o isolamento.



2. Construir papagaios

Actualmente existem diversos tipos de papagaios. Deve-se começar pelos mais simples, com um só fio, que se podem construir facilmente (com um pouco de paciência) em casa.

3. Cozinhar

As crianças ficam encantadas quando as deixam cozinhar! Ainda que nos pareça que perdemos tempo, pois sozinhas fariam tudo muito mais depressa, a verdade é que, se pensarmos um pouco no futuro, quanto mais tempo passamos a ensiná-las mais tempo livre teremos mais tarde.



Uma festa de anos ou um lanche especial, podem servir de pretexto para os iniciar nesse mundo "misterioso".

4. Um livro "familiar"

Compor um livro com as crianças pode tornar-se em algo divertido a pôr em prática este verão. Por exemplo, todos podem colaborar em ir escrevendo um livro de contos. Cada dia, a uma determinada hora, junta-se a família para escrever uma história (ou parte dela). No dia seguinte continua-se, a partir do ponto onde se ficou no dia anterior. Alguém que tenha jeito para o desenho pode ilustrar as páginas.

5. Uma biografia "familiar"

A árvore genealógica. A família é como uma árvore que vai crescendo no tempo e no espaço, graças à seiva das suas raízes. Essa seiva alimenta-se dos valores familiares, que se conservam com esmero. Essa árvore rega-se a cada dia com o respeito pelas tradições familiares e pelos que nos precederam.



Caros sócios,

Para podermos ter as informações actualizadas sobre os nossos associados precisamos da vossa ajuda...

Sempre que tiverem alterações de dados (nascimentos, alteração de morada, alteração de e-mail, números de telefone que já estejam desactualizados, etc) não hesitem em nos contactar. Podem fazê-lo através de mail para secretaria@apfn.com.pt ou através do nosso site apfn.com.pt em inscrição - alteração de dados pessoais.



Concurso de Fotografias de Famílias Numerosas

Envie-nos uma fotografia dos bons momentos passados em família

Serão premiadas as 3 melhores fotografias

Data Limite para entrega fotografias:
30 de Setembro

Para mais informações ligue 217552603
Consulte o Regulamento em www.apfn.com.pt



Caros sócios,

Com grande pena nossa vimos informar que o Congresso Europeu de Famílias Numerosas, em Roma (25 a 27 de Agosto) foi cancelado.

Divulgaremos nova data, assim que tivermos mais notícias.

Obrigado pela vossa compreensão.

APFN

