



Dezembro 2025 Federações Foco

Naturismo Federação Internacional de Boletim

Um encontro virado para o futuro na Costa Natura

Edwin Kilby relata a conferência naturista bienal.

Delegados de todo o mundo naturista reuniram-se em outubro na Costa Natura, perto de Estepona, para a Conferência Bienal de Naturismo — um evento calorosamente organizado pela Federação Espanhola de Naturismo (FEN) e presidido por Andrew Welch (BN). Outros participaram por videoconferência. As conversas foram abertas, ponderadas e viradas para o futuro, refletindo tanto o orgulho na herança naturista como um claro desejo de evoluir com os tempos.

A conferência foi realizada em paralelo com a reunião anual da EuNat, aberta às federações europeias, que analisou o apoio financeiro a diversas atividades e eventos naturistas propostos pelos delegados.

Definir quem somos — e quem acolhemos

O Workshop 1 explorou a comunicação, a linguagem e a inclusão. Embora não houvesse interesse em rever a definição clássica de naturismo de 1974, os participantes concordaram que o nosso movimento deve ser acolhedor para todos os que apreciam o lazer nu não sexual, mesmo que não se identifiquem pessoalmente como naturistas.

O tão debatido “Símbolo Naturista” gerou mais uma vez opiniões divergentes. Alguns participantes não ficaram convencidos com a ideia do reconhecimento formal do símbolo, enquanto outros viram valor real num sinal discreto e amplamente utilizado que ajuda a indicar uma postura favorável ao naturismo em ambientes desafiantes. O que mais uniu a discussão foi o reconhecimento de que o símbolo é inegavelmente popular — e que qualquer discussão deve focar-se tanto no significado como no design.

Partilhando conhecimento, fortalecendo-nos mutuamente.

O segundo workshop abordou a colaboração entre as federações membros. Os participantes vislumbraram uma comunidade global mais conectada, apoiada por videoconferências, webinars, newsletters e, possivelmente, uma plataforma online partilhada para recursos e discussões. As ideias fluíram livremente — desde a partilha de imagens e notícias das federações até à troca de revistas e de conhecimentos práticos.

Transformar isto em realidade exigirá tanto estrutura como voluntários. Um projeto específico — e alguém para o liderar — foi identificado como o próximo passo essencial.



Naturismo sem Fronteiras

O Workshop 3 enfatizou um ponto crucial: o naturismo é global, não europeu. Os participantes destacaram a importância de garantir que as mensagens e a representação incluem plenamente a América Latina e o Hemisfério Sul em geral. Embora a EuNat continue a ter um papel e um propósito, os seus dirigentes foram renomeados como „internacionais“ para melhor reflectir o alcance mundial do movimento.



Um movimento impulsionado por voluntários

Ao longo da conferência, um tema repetiu-se: o naturismo só prospera com a energia e o empenho dos voluntários. A ideia de recrutar um coordenador de voluntários recebeu um forte apoio, evidenciando a necessidade contínua de pessoas empenhadas para ajudar a impulsionar novas iniciativas.

A INF-FNI está ativamente à procura de um coordenador de voluntários. Se acha que é a pessoa certa, entre em contacto! vicepresident@inf-fni.org

Focus Lista de correio

Não perca uma edição do Focus!

[Clique aqui para subscrever](#)



Focus Fevereiro

Prazo para artigos remeter:
14 o Janeiro 2026

lançamento do Focus mais recente:
31 o Janeiro 2026

Campeonatos de Natação de 2025 em Sitges e Vilanova i la Geltrú



O Campeonato de Natação FNI-INF decorreu no fim de semana de 1 de novembro nas pitorescas cidades costeiras de Vilanova i la Geltrú e Sitges, perto de Barcelona. Os participantes ficaram alojados em bungalows no Camping Vilanova Park, em Vilanova i la Geltrú, de onde foram transportados por quatro autocarros até à cidade vizinha de Sitges para a competição.

A associação de Vilanova i la Geltrú, ANPA, com cerca de 100 membros nesta cidade de aproximadamente 70.000 habitantes, foi a responsável pela organização. Contou com o apoio da FEN e das outras duas associações catalãs, a CCN e a AAPNT, que formam a Federação Naturista-Nudista da Catalunha (FNNC). O trabalho principal foi realizado por Nuria, presidente da associação local, e Irene (na foto, sentada à mesa de receção).

A piscina de Sitges é uma piscina interior de 25 metros com oito pistas e um spa onde pode desfrutar de sauna, banho turco, jacuzzi e piscinas de hidromassagem.

Num dia ensolarado com temperaturas agradáveis, os participantes encheram o relvado ao ar livre. Aí, todos desfrutaram de um almoço nudista.

Os participantes vieram de França, Grã-Bretanha, Itália e, claro, Espanha. Chegaram também grupos mais pequenos da Sérvia, Suíça, Irlanda, Luxemburgo,



Bélgica, República Checa e Morávia. Sem falar dos nadadores de dois grupos de interesse especial: INOE (Esperantistas) e o novo MENA (Médio Oriente e Norte de África). O concorrente mais velho tinha 79 anos e o mais novo, 8. O grande número de participantes com mais de 50 anos demonstra o interesse das pessoas em cuidar da sua saúde.

LE BETULLE Villaggio Naturista

Perto do Alpes, a 25 km do centro de Turim, a 20 minutos do aeroporto de Caselle. Caravanas, parcelas para recreação veículos e tendas, bungalows totalmente equipados, caravanas com chalé. Piscina, solário, jacuzzi e sauna. restaurante Clubhouse, petanca, mini-ténis, ténis de mesa, voleibol. circuitos de bicicleta de montanha e trilhas no Parque Mandria

Vistas: Venaria Royal Palace e Park, St. Michele Abbey, Rivoli Castle, Mole Antonelliana, Museu Egípcio, a Piazza S. Carlo, Basílica de Superga.

Via Lanzo 33 - 10040 La Cassa (TO) - Italy
Tel/Fax +39.011.984.29.62, Tel +39.011.984.28.19
Mail: info@lebetulle.org

www.lebetulle.org



UNI - Unione
Naturisti Italiani

As provas foram realizadas no sábado, 1 de novembro, e reger-se-ão pelo lema olímpico moderno: „O importante é participar“.

Os melhores nadadores naturistas, no entanto, alcançaram muito bons resultados. O vencedor dos 50 m livres na categoria dos 55 aos 60 anos registou o tempo de 30,97 segundos, um bom resultado mesmo comparado com o recorde mundial absoluto para esta prova, que é de 20 segundos. Como é tradição, as provas mais disputadas foram os 50 m bruços e os 50 m livres, nas quais participaram quase 90 nadadores. Um total de 40 concorrentes participaram na exigente prova técnica dos 50 m mariposa. As estafetas combinadas — 4x50 m livres, 4x50 m medley e 8x50 m bruços — foram um grande atrativo, em que, de acordo com o regulamento da INF, homens e mulheres se revezam em cada equipa. Uma família francesa mereceu aplausos por inscrever os seus filhos, de 8 e 10 anos, na prova familiar de 3x50 m. Juntamente com o pai, completaram a distância em pouco mais de 3 minutos.

Para além das competições desportivas, os participantes usufruíram de um interessante programa social. Na sexta-feira à tarde, puderam utilizar o spa e a piscina aquecida do parque de campismo em estilo naturista. No sábado à tarde, realizou-se um passeio por Sitges.

O ponto alto do programa foi o jantar de gala de sábado. O jantar estava repleto de vampiros, piratas, demónios, chapéus de mágico... O coro feminino local, Las Sopranos, fez uma breve apresentação durante o jantar.

O conceituado saxofonista e naturista catalão, Pep Poblet, interagiu com os convidados, deixando uma impressão indelével em cada um de nós com a sua simpatia e acessibilidade.

O baile foi apresentado pelo DJ Jordi Basulto, um dos nadadores da equipa espanhola.

Na manhã de domingo, muitos participantes dirigiram-se à praia local, cuidada pela associação, Platja de l'Aiguadolç em Vilanova i la Geltrú. O bom tempo permitiu nadar no mar, algo invulgar para o início de novembro.

Gostaria de destacar a predominância feminina, quer na organização do evento, quer no número de mulheres da nossa federação FEN que participaram nesta e nas edições anteriores, sem mencionar a célebre apresentação do Coro do Círculo Católico Las Sopranos, composto por 28 mulheres. Tudo isto para além da nova Taça Béatrice Lecœur, que foi para uma participante francesa da INOE.

A imprensa também esteve presente. ***Uma reportagem televisiva*** sem censura, com uma duração superior a três minutos, pode ser vista em (avançar para os 14 minutos).

Não posso terminar sem agradecer ao nosso fotógrafo Segimón, presidente da Federação Catalã, que disponibilizou as fotos às federações na sua resolução original quase imediatamente após a publicação dos resultados do concurso, em tempo recorde

Ismael Rodrigo.

Presidente da Federação Espanhola de Naturismo, FEN.

MAIS INFORMAÇÕES:

Website

Instagram

Twitter

Federação Catalã: ***fnnc.cat***
Federação Espanhola: ***naturismo.org***

Reportagem televisiva



Os naturistas abrem caminho

A ação de limpeza de praias „descalços“ em KwaZulu-Natal, na Nigéria, inspira a comunidade e revitaliza as margens de Umhlanga.



Umhlanga, 29 de junho de 2025 — Sob um céu azul e ao som das ondas do mar, membros da Associação Naturista de KwaZulu-Natal (KZNNA) e voluntários locais reuniram-se para um dia inspirador de ação comunitária e de cuidado com o ambiente. No sábado, 29 de junho, a KZNNA realizou a sua primeira Limpeza de Praia Descalço na Reserva Natural da Lagoa de Umhlanga — um evento de inverno onde todos usavam roupas, que combinava a restauração ambiental com a ligação social e a sensibilização para o naturismo.

Anunciada num jornal local de Durban, a acção de limpeza atraiu cerca de 40 participantes — 15 membros da KZNNA e 25 voluntários não naturistas que apoiaram a iniciativa. O objetivo foi promover a consciencialização sobre o naturismo em KwaZulu-Natal, contribuindo também para a recuperação ambiental de um dos ecossistemas costeiros mais apreciados da província.

A KZNNA, associação regional da Associação Nacional de Naturistas da África do Sul (SANNA) e afiliada da Federação Naturista Internacional (INF), promove o naturismo como um estilo de vida baseado no respeito por si próprio, pelos outros e pela natureza. Este evento

deu vida a esta filosofia através do trabalho em equipa e da responsabilidade ambiental.

A manhã começou no miradouro Hawaan View, onde o presidente Philip Volschenk deu as boas-vindas aos participantes e fez um briefing de segurança. Lembrou a todos que o naturismo é mais do que recreação — é uma filosofia de vida em harmonia com o mundo natural.

“Ser naturista não se resume a simplesmente desfrutar da natureza — trata-se de cuidar dela.”

ele explicou.

De seguida, os voluntários partiram ao longo da costa, equipados com luvas, ancinhos e sacos de lixo pretos. A praia contava uma história preocupante: tampas de garrafa, linhas de pesca emaranhadas, esferovite e fragmentos de vidro cobriam a areia e os juncos na foz da lagoa. Divididos em duas equipas, os participantes trabalharam nas margens norte e sul, recolhendo os detritos com cuidado para não perturbar a frágil



Quando o grupo se reuniu depois para um lanche, houve risos, orgulho e conversas sobre tornar a limpeza um evento anual. A marginal, antes repleta de lixo, apresentava agora um aspeto melhor e revitalizada, e o espírito de cooperação manteve-se.

O comité da KZNNA expressou gratidão a todos os participantes e apoiantes. „Cada saco recolhido, cada criança inspirada, cada conversa iniciada — tudo isto contribui para algo maior“, disse Volschenk.

Incentivada pelo sucesso da ação de limpeza „Barefoot Beach Cleanup“, a KZNNA planeia mais eventos ambientais comunitários em toda a província de KwaZulu-Natal para apresentar o naturismo como uma filosofia de honestidade, simplicidade e harmonia com a natureza.

Para atualizações sobre futuras ações de limpeza e eventos, visite www.kznna.org.za ou siga a [página de Facebook da KZNNA Marketing & Events](#).

vegetação dunar. Apesar do trabalho árduo, o ambiente era otimista, repleto de risos, conversas e um sentido de propósito partilhado.

Ao final da manhã, dezenas de sacos estavam alinhados nas dunas, e a melhoria era visível. Uma membro da KZNNA, uma avó, refletiu:

“As nossas duas netas divertiram-se imenso. Aprenderam bastante sobre praias mais limpas e sobre como cuidar do ambiente. Até prometeram levar um saco em futuras caminhadas para recolher o lixo.” Para muitos voluntários, o evento foi o primeiro contacto com naturistas — e desafiou todas as suas visões sobre eles.

“Foi a minha primeira experiência com naturistas e achei todos muito simples e acessíveis”, disse um participante.

“Queríamos que as pessoas vissem que os naturistas são pessoas comuns que vivem de forma autêntica e harmoniosa com a natureza. Não nos separámos da sociedade — contribuímos para ela. Este evento teve tanto o propósito de sensibilizar como de limpar a praia”, disse o presidente da KZNNA, Philip Volschenk.

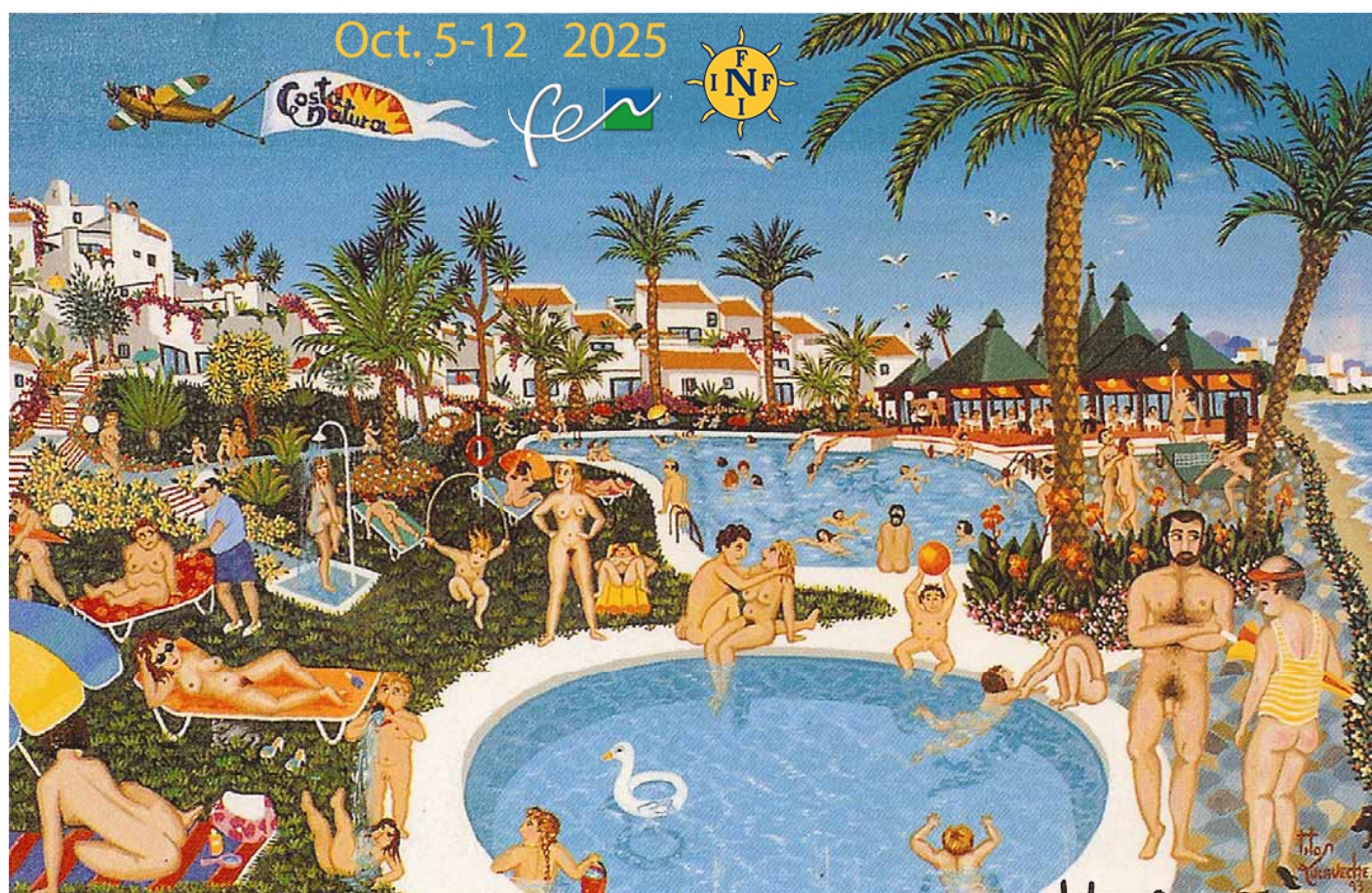
A Lagoa de Umhlanga foi uma escolha simbólica. Outrora um refúgio tranquilo para naturistas e amantes da natureza, sofreu com a poluição e o abandono nos últimos anos. Com o apoio de iniciativas locais como o Umhlanga Improvement Project (UIP) e o Litterboom Project, estão a surgir sinais de recuperação — e a limpeza levada a cabo pela KZNNA deu um impulso valioso a essa recuperação.

A mensagem central do dia foi a ideia de gestão ambiental responsável — que os naturistas se vêem como zeladores da Terra. Como disse um membro do comité,

“O naturismo consiste em sentirmo-nos confortáveis na nossa própria pele — e na pele do nosso planeta. O nosso bem-estar e o bem-estar da natureza são uma só coisa.”



Encontro naturista no sul da Europa



INF/FEN Southern Europe Naturist Gathering

Málaga, Spain

tito LUCAVECHE.

Após ter desfrutado do evento na Costa Natura pela primeira vez, Laurent Luft, Presidente da Comissão Naturista Europeia, escreveu-me:

“Este evento aumenta a visibilidade da FEN, mostrando uma federação vibrante e dinâmica – tornando-a o tipo de federação da qual as pessoas querem ser membros – e reúne naturistas de todos os cantos de Espanha. O resultado é que a FEN é a única federação com mais membros hoje do que nunca.”

Uma „Federação vibrante e dinâmica“ que conseguiu organizar o encontro anual das federações europeias deste ano, a EuNat, e a conferência bienal; o décimo quinto „Encontro Naturista do Sul da Europa“ para membros naturistas de todo o mundo (SENG); e o Campeonato de Natação na Catalunha.

Foi uma decisão acertada juntar a EuNat e a SENG em sequência. Graças a isso, muitos dos delegados decidiram ficar para a SENG. Isto fez do evento o mais

internacional dos 15 realizados e permitiu aos representantes das federações perceber a importância deste encontro e do seu financiamento pela INF.

Um total de 121 membros puderam usufruir de todo ou parte do Encontro. Membros de 11 federações e 2 grupos de interesse especial*, bem como membros de quase todas as associações que compõem a FEN, partilharam estes maravilhosos dias de sol, actividades lúdicas, desportivas e relaxamento na praia, no cenário idílico da Costa Natura.

Sem dúvida, um dos aspetos mais apreciados dos encontros realizados em Espanha foi a comida. Pode apreciá-la nu e o menu inclui duas entradas e dois pratos principais à escolha, além de sobremesa e bebida, tornando desnecessário levar a carteira. A cozinha era excelente. O trabalho de organização desenvolvido pela Costa Natura e pelo seu gerente, José Manuel, foi muito profissional, apesar de ser a primeira vez que o encontro se realizava na Costa

Natura. A Costa Natura ofereceu um desconto de 20% no alojamento, negociou bons preços com o restaurante e o quiosque e organizou muito bem os eventos fora da Costa Natura. Muitos participantes aproveitaram a oportunidade para visitar locais próximos, como Gibraltar e Ronda, por conta própria.

No início do encontro foi criado um grupo no WhatsApp, ao qual se juntou a maioria dos participantes. O nosso fotógrafo, Juan Carlos, publicou vídeos de cada atividade no grupo, que servirão de recordação duradoura para todos os presentes.

Esperamos vê-los no SENG 2026, no encontro da juventude, no festival de música celta na Ortigueira (Galiza) e em todas as atividades organizadas pelas nossas vibrantes associações.

Ismael Rodrigo
Presidente da FEN e organizador da SENG. .
fen@naturismo.org

*FEN, BN, FFN, ÖNV, ZDNS, NOS, FBN, DFK, FENAIT,
SNU-UNS, INA, IONE, MENA

Mais informações:

Calendário de atividades da FEN:



Porque estamos a proteger as crianças das coisas erradas

Simon Berriman escreveu uma importante contribuição no blogue INF-FNI.

Vivemos num mundo onde as crianças são bombardeadas por padrões de beleza irreais, mas entramos em pânico só de pensar que conseguem ver corpos humanos naturais, sem retoques, em ambientes seguros e não sexualizados. É uma contradição que prejudica a sua saúde mental — e já passou da hora de a encarmos.

A verdadeira crise

Estudos recentes mostram taxas alarmantes de insatisfação corporal entre os jovens. Quase metade das crianças de doze anos odeia o seu próprio corpo. Os distúrbios alimentares aumentaram drasticamente, com o NHS England (Serviço Nacional de Saúde de Inglaterra) a reportar um aumento de 90% nas admissões hospitalares em cinco anos. Os algoritmos das redes sociais alimentam as crianças com uma realidade distorcida, agravando a ansiedade e a automutilação.

No entanto, em vez de combater estes danos comprovados, a sociedade dirige a sua indignação para outro lado — para o naturismo. Campanhas têm apelado à proibição de crianças em eventos naturistas, apesar de décadas de investigação demonstrarem que a exposição à nudez não sexual em contextos familiares melhora a imagem corporal, a autoestima e a resiliência psicológica.

O que mostram as evidências

Estudos realizados no Reino Unido, nos Estados Unidos e na Europa mostram consistentemente que as crianças criadas em ambientes onde a nudez é normalizada — e não sexualizada — são mais confiantes, menos propensas a comportamentos de risco e mais bem ajustadas. O Projeto de Estilos de Vida Familiar da UCLA, por exemplo, descobriu que as crianças expostas à nudez dos pais tinham menos probabilidade de se envolver em comportamentos sexuais de risco e mais probabilidade de desenvolver atitudes saudáveis em relação ao seu corpo.

O estudo de 2023 do professor Keon West confirmou que as experiências naturistas estão correlacionadas com uma maior apreciação corporal e autoestima. Outras pesquisas mostram que as normas rígidas de vestuário podem, inadvertidamente, ensinar às crianças que os seus corpos são vergonhosos.

A experiência de uma família

A própria família do autor ilustra estas descobertas. A sua filha Lizzie, criada num lar naturista, desenvolveu uma notável resistência às pressões das redes sociais e à vergonha corporal. A sua confiança e tranquilidade em relação ao seu próprio corpo contrastam com a ansiedade que muitos dos seus colegas enfrentam.

Helen, a esposa do autor, temia anteriormente a nudez devido a traumas e condicionamentos culturais. Mas, após ter vivenciado o naturismo em primeira mão, descobriu uma comunidade enraizada no respeito e na aceitação. A sua transformação — do desconforto à defesa — mostra como as suposições baseadas no medo podem ser desconstruídas através de provas e experiências.

A Máquina do Pânico Moral

Esta desconexão faz parte de um pânico moral mais amplo. A sociedade reage com horror ao ver crianças com os seus corpos naturais expostos, enquanto se mantém passiva em relação aos danos psicológicos causados pelas redes sociais. Sexualizamos a infância na tentativa de a proteger e, ao fazê-lo, tornamos as crianças mais vulneráveis à vergonha e à comparação.

Um caminho melhor para o futuro

As abordagens baseadas em evidências — como as que se observam na cultura da sauna finlandesa ou na educação holandesa — ensinam a aceitação do próprio corpo desde tenra idade. Normalizam a nudez sem a sexualizar, ajudando as crianças a desenvolver limites saudáveis e autoestima.

A jornada de Helen e a resiliência de Lizzie transmitem uma mensagem poderosa: quando as crianças crescem a ver os corpos como normais e diversos, é menos provável que interiorizem a vergonha e mais provável que prosperem.

Quer explorar a história completa, incluindo a investigação e as trajetórias pessoais por detrás destas descobertas?

Leia aqui o artigo completo