

## ÍNDIOS & COWBOYS

ÍNDIOS E COWBOYS CONVIVEM PACIFICAMENTE SOB A BANDEIRA DO NATURISMO.



Amigos e Amigas Naturistas. Agradeço carinhosamente a cada integrante que formou a família SPNat neste final de semana.

Graças a vocês pudemos desfrutar mais uma vez, de um naturismo saudável e respeitoso para qualquer pessoa.

Agradeço imensamente a todos que se dispuseram em colaborar com a Ação Social que fizemos no evento, onde obtivemos muitas doações. Vejo vocês nos dias 10 e 11 de setembro na 2ª Festa das Nações do SPNat.

Fernando Machado – Presidente.

© swald de Andrade disse certa vez:

“Quando o português chegou, debaixo duma bruta chuva, vestiu o índio. Que pena! Fosse uma manhã de sol, o índio tinha despido o português”. Seria Oswald de Andrade um entusiasta da filosofia naturalista?

A frase do célebre poeta retrata fielmente o clima do nosso último encontro, realizado em 09 e 10 de julho. A despeito do inverno brasileiro ocorrer este ano no período de 20 de junho a 22 de setembro, fomos abençoados com dois dias de temperaturas dignas de primavera. Tanto melhor para nós naturistas que nos reunimos mais uma vez no sítio Alambique para mais um encontro do SPNat.

Desta vez a nossa festa temática reuniu dois grupos historicamente rivais, índios & cowboys, mas não pense que estes grupos estavam rivalizando, muito pelo contrário, trouxeram muita animação desfrutando do espírito de comunhão e respeito ao próximo, que sempre estão presentes nas reuniões naturistas.



Contamos com mais de 150 pessoas nos dois dias, entre os membros sempre fiéis e os novos naturistas que pela primeira vez comparecem ao evento, e sempre ficam encantados com a união, fraternidade, alegria e organização deste fantástico grupo.

Na abertura a Primeira Dama leu uma poesia de Fernando Pessoa: “O **valor** das coisas não está no tempo em que elas duram, mas na **intensidade** com que acontecem. Por isso existem momentos **inesquecíveis**, coisas inexplicáveis e **pessoas** incomparáveis”. Depois passou as orientações e apresentou a Diretoria e o papel que cada um desempenha na organização.



Vem aí

a Festa das Nações

Dias 10 e 11 de setembro

## Boletim *naturalmente*



No sábado o grande destaque foi a feijoada preparada com muito carinho e competência pelo Luiz Ricardo, com o auxílio das nossas cozinheiras Dinha e Cida que prepararam os acompanhamentos, tivemos um almoço digno de Master Chef!



Lemonour com o programa de reciclagem de resíduos que geramos no encontro, e ao Wagner Pereira que cuida da segurança de todos os presentes.

O Luiz Ricardo que é o DJ Residente do SPNat pilotou mais uma vez as pick up's, convidando índios e cowboys a dançarem ao som de uma seleção de músicas pra lá de animada.



Nosso amigo Fred Schinke preparou uma sessão de yoga, onde todos ao natural, tiveram a oportunidade de conhecer

esta filosofia que envolve práticas como exercícios e meditação para trabalhar a parte física e também a mente. Em seguida chegaram os atletas do vôlei, onde associados do SPNat e novos naturistas formaram times mistos e puderam socializar praticando esporte. Como a quadra é um local muito disputado, logo após o vôlei os praticantes de badminton ocuparam o espaço, se divertiram sempre em contato com a bela natureza do sítio.



No domingo um café da manhã delicioso foi organizado como sempre pela Paula Duarte, nossos agradecimentos ao Oswaldo Fantucci pelo capricho no churrasco, acompanhado dos pratos preparados pelas nossas cozinheiras Dinha e Cida. Com um dia ensolarado, boa música, conversas agradáveis em torno da piscina que é um dos grandes atrativos, passamos um tempo descansando e nos reequilibrando. Alguns foram conhecer a cachoeira que com o som de suas águas proporciona agradáveis momentos de relaxamento e meditação.

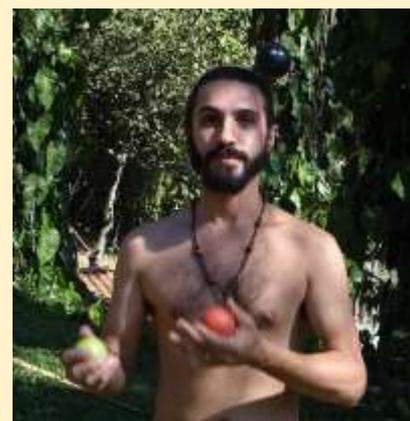
E assim ao natural, o que torna a vivência ao ar livre uma experiência de integração à natureza e de liberdade do corpo e da alma, passamos dois dias desfrutando da companhia de amigos, numa convivência harmoniosa e fraterna da grande família que é o SPNAT.



**Mestres churrasqueiros**



**Pausa entre os jogos**



**Rafael se aquecendo**

# ANAUÊ HOMEM BRANCO!

## VIEMOS EM PAZ, SOMOS DA TRIBO SPNAT

A festa Índios & Cowboys foi um dos pontos altos do nosso encontro! Para que tudo saísse conforme o planejado, meses antes a nossa primeira dama Thelma Gil, já tinha organizado os preparativos, que iam desde a compra dos elementos da decoração, preparação das lembrancinhas, distribuídas ao final no evento e a confecção de adereços para os convidados, que nesta festa presenteou os cinco primeiros fantasiados como índios na sua essência (nus), com um belíssimo cocar da tribo Orange!

Neste evento a primeira dama ao montar a decoração do local da festa, contou com o auxílio da Joelma de Barra Mansa e da Darci Porto de São Paulo, persona muito reconhecida por muitos naturistas pelos anos que se dedica a esta filosofia, e que pela primeira vez participa de um encontro do SPNat ela ficou tão encantada com o espírito do grupo que promete não faltar nos próximos encontros.

Nosso DJ Residente Luiz Ricardo se preocupou com todos os detalhes, montagem dos equipamentos de som, iluminação e a seleção de músicas que eram exibidas no telão, animando e embalando com hits de todas as épocas, que fizeram os convidados dançarem até cansar.

O naturalmente parabeniza aos amigos da família SPNat que nesta festa capricharam na produção com fantasias lindíssimas, além da maquiagem providenciada pela primeira dama para compor índios e cowboys que pareciam saídos das telas de Hollywood.

Desta vez o júri recebeu a missão de eleger a fantasia mais original e rebolaram mais do que os dançarinos na pista, a disputa foi muito acirrada, todos se prepararam muito, muita gente bonita, animada, e fantasias impecáveis. A missão do júri foi árdua. Ao final, em consenso, os vencedores foram:

- **Feminino:** Aurea Nunes Varjão, uma autentica Índia da Tribo SPNat.
- **Masculino:** o Grande Soverini, um verdadeiro cowboy do velho oeste !!!

A festa foi um grande sucesso, todos dançaram muito, a felicidade estava estampada nos rostos dos convidados que eram só sorrisos. A diversão estava completa com a seleção de músicas, o vinho quente e os lanches servidos durante a festa, e o consumo moderado de bebidas.



Índia Darci



Abertura da Festa Índios & Cowboys



Índio Felipe



André com sua cerveja!!!



Paulinha com seu Olaf!!!



Airam com seu cocar  
feito pela Thelma!



Primeira Dama com seu cocar.



Procura-se Genaro Jr.



Xerife Fernando VS Índio Samuel!



Bolo decorado pela Thelma



Aniversariantes de junho e julho !!!



## NATURISMO SOLIDÁRIO

Naturismo também é solidariedade e amor ao próximo, neste evento tivemos uma ação promovida pela Gislaine Herrera. Apoiada e incentivada pela diretoria e presidência do grupo, que convocou toda a família SPNat a contribuir com doações voluntárias para a Casa da Criança Betinho, Lar espírita para excepcionais. A Casa é uma Entidade filantrópica cuja finalidade primordial é dar assistência médica e hospitalar gratuitas às crianças com paralisia cerebral e suas sequelas, que precisam de cuidados prolongados de enfermagem e provenientes de famílias carentes ou abandonadas. Atualmente são assistidas 89 crianças que recebem assistência médica nas áreas de neurologia, pneumologia, pediatria, fisioterapia, fonoaudiologia, terapia ocupacional, psicologia, nutrição e assistência social dentre outras.

A ação foi um sucesso, mobilizando os membros do grupo, que contribuíram com alimentos e produtos de limpeza, gêneros essenciais para o funcionamento e assistência que a casa realiza junto às crianças excepcionais.

Segue um agradecimento da Gislaine a todos que colaboraram com esta ação digna dos sinceros parabéns aos membros do SPNat: "Queridos amigos, quero expressar minha alegria e gratidão a todos que contribuíram com a arrecadação de alimentos e produtos de limpeza para o Lar Betinho. Muito, mas muito obrigada mesmo! Isso só reforça o orgulho que tenho em fazer parte dessa família que é o SPNat. Agradeço ao

Rafael Alexandre por ajudar a divulgar, a toda a diretoria do SPNat que abraçou a causa, ao Milton e a Líliam que colaboraram muito, ao Rofer Zott que dedicou seu tempo para que pudéssemos organizar os produtos nas caixas e as etiquetas levadas por ele para identificação. Enfim pessoal, só tenho que agradecer de coração, cada um de vocês. Assim que a entrega for realizada, será registrada aqui no grupo. Tenham todos uma semana abençoada". Mais informações sobre a Casa da Criança Betinho, aos que queiram contatar para fazer doações acesse: [www.casadacriancabetinho.com.br](http://www.casadacriancabetinho.com.br)



### SOBRE A CASA

Somos uma entidade especializada na recuperação de crianças especiais. Um trabalho voluntário e gratuito. Nossa casa foi lançada em 1952, atendendo ao pedido feito pelo menino Betinho, ainda em vida. Tão logo decidiu-se pela construção do abrigo, os pais do menino Betinho, doaram um terreno que hoje serve de abrigo aos menores. Foram muitas as dificuldades e vários anos de esforços enfrentados por Job Teixeira da Silva, o pai, e Paulo Aldo da Graça, o amigo perseverante e convicto além de vários colaboradores para o início da construção da obra que ocorreu apenas em 1964.

**i** O SPNat receberá as suas doações no evento dos dias 09 e 10 de Julho.

Contamos com o seu carinho!



A família SPNat pede carinhosamente a sua colaboração para a CASA DA CRIANÇA BETINHO

### A CASA NECESSITA DE:

- 40 Kg de arroz, feijão, lentilha e macarrão
- 52 Kg de farináceos (Láctea, Neston, Amidos, etc.)
- 30 Pct. de Bolachas/Biscoitos
- 30 Litros de Leite, chá e café
- 08 Kg de Legumes e Verduras
- 20 Dúzias de frutas
- 17 Kg de Carnes em geral

Grande número de fraldas descartáveis, roupas de cama, banho e vestuários. Diversos materiais de limpeza e higiene pessoal.

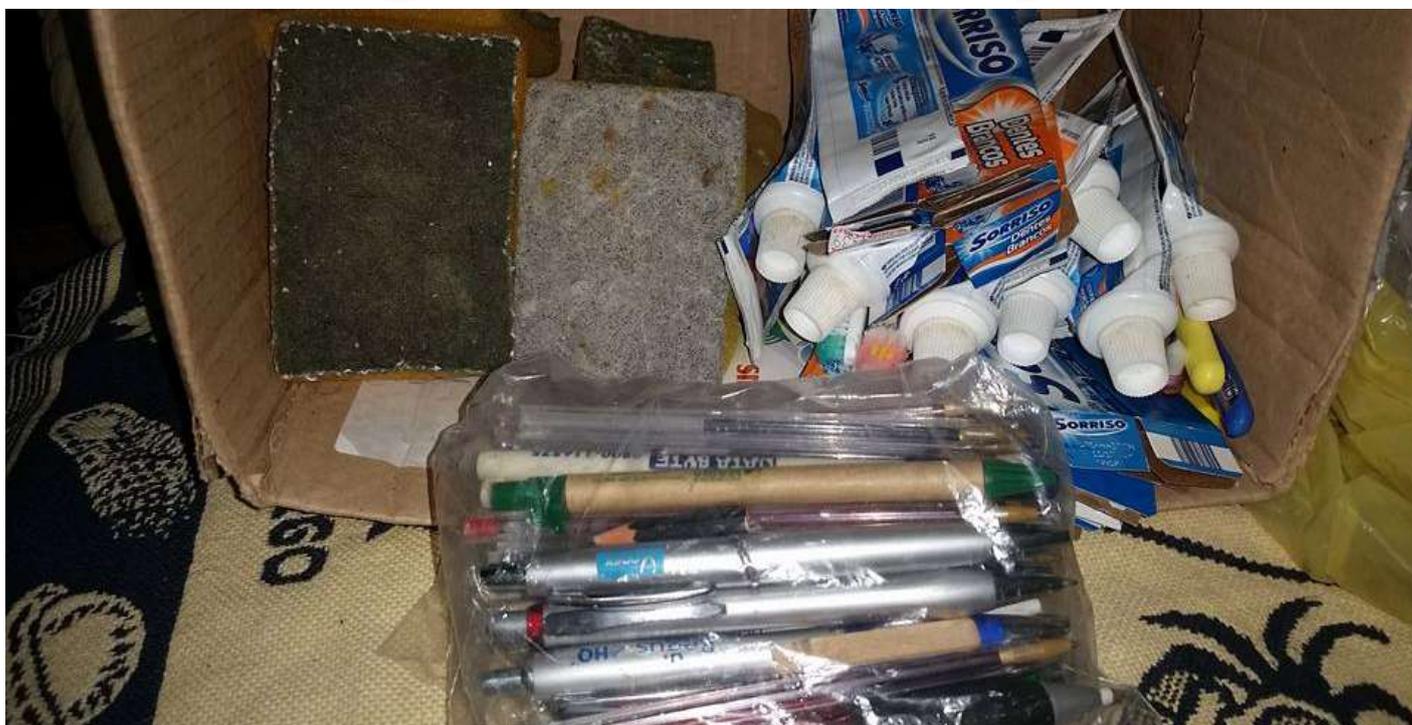
### CONHEÇA A CASA

Todos os dias das 14:00 às 16:00 horas. Grupo com mais de 6 pessoas, favor agendar visita antecipadamente.

[www.casadacriancabetinho.com.br/contato](http://www.casadacriancabetinho.com.br/contato)



## Brigada TerraCycle



A nossa Diretora Paula Duarte convida aos membros do SPNat, a trazerem nos próximos eventos, suas doações para a Brigada TerraCycle. Ela está arrecadando esponjas de lavar louça, tubos de creme dental e canetas, todos já utilizados e que seriam descartados.

Com esta atitude reforçamos ao grupo o conceito de Responsabilidade Ambiental, que pode ser definido como: um conjunto de atitudes, individuais ou empresarias, voltadas ao desenvolvimento sustentável do planeta. Ou seja, estas atitudes devem levar em conta o crescimento econômico ajustado à proteção do meio ambiente na atualidade e para as gerações futuras, garantindo a sustentabilidade.

Exemplos de atitudes que envolvem a responsabilidade ambiental individual:

- Realizar a reciclagem de lixo (resíduos sólidos).
- Não jogar óleo de cozinha no sistema de esgoto.
- Usar de forma racional, economizando sempre que possível, a água.
- Buscar consumir produtos com certificação ambiental e de empresas que respeitem o meio ambiente em seus processos produtivos.
- Usar transporte individual (carros e motos) só quando necessário, dando prioridades para o transporte coletivo ou bicicleta.
- Comprar e utilizar eletrodomésticos com baixo consumo de energia.
- Economizar energia elétrica nas tarefas domésticas cotidianas.
- Evitar o uso de sacolas plásticas nos supermercados.

Durante os eventos do SPNat sempre alertamos aos nossos associados que tenham muita atenção no momento de

descartar seu lixo, separando o reciclável do não reciclável, as nossas lixeiras estão devidamente identificadas, pedimos a colaboração de todos para que façam os descartes no local adequado.

O que é a TerraCycle? A TerraCycle está eliminando a ideia de Lixo® reciclado o "não reciclável". Desde esponjas de lavar louça à instrumentos de escrita, a TerraCycle pode reciclar diferentes tipos de lixo. Ao redor de 20 países, nós temos parcerias com times coletores, como você, além de empresas, varejistas, fabricantes, municípios e pequenos negócios. Com a sua ajuda nós conseguimos desviar milhões de toneladas de lixo dos aterros e incineradores por mês.

Mais informações em:  
<http://www.terracycle.com.br>



## NATURISMO PELO MUNDO

### **Você sabia que na terra dos nossos patri- cios portugueses também se pratica o natu- rismo?**

Difundido a partir do período de entre guerras em alguns países da Europa, especialmente Alemanha e Países Baixos, o naturismo chegou ao Brasil e se notabilizou pela sua prática mais marcante: o nudismo. Em Portugal foram oficializadas algumas praias para a prática do nudismo no entanto, esta prática acontece de forma livre em muitas outras praias do país de forma mais ou menos generalizada e aceita, em particular em zonas mais afastadas dos restantes banhistas.

O primeiro Decreto-Lei foi publicado no Diário da República com o n.º 92/88 e constituiu-se de fato, como a legalização da prática do naturismo em Portugal. Deixou no entanto, uma grave lacuna ao remeter a sua regulamentação prática para o governo. O que nunca veio a acontecer e foi necessário novo envolvimento da Federação Portuguesa de Naturismo, e particularmente do seu então presidente, Dr. Geraudes Cardoso, para que em 1994 se conseguisse a sua alteração (inclusão da regulamentação), em sede de Assembleia da República. Em 16 de Junho de 1994, o deputado André Martins do partido "Os Verdes" fez a apresentação do projeto de lei n.º 420/VI que daria origem ao Decreto-Lei 29/94 que hoje rege a prática naturista no país.

O naturismo moderno surgiu no início do século XX, na Alemanha e França. Na França (especificamente na Ilha do Levante) foi criada pelos irmãos Duvalier uma "Clínica Helio-terapêutica" onde se pregava que a nudez ao ar livre com alimentação natural (sem nenhum produto animal, drogas, cigarros e bebidas) e contato com outras pessoas ajudava na cura de todos os males físicos. Na Alemanha, que é tida como verdadeiramente a iniciadora do naturismo, um professor de educação física (Adolf Koch) propôs aos seus alunos que estes deveriam fazer os exercícios ao ar livre e sem roupas. Depois

de algum tempo, os jovens deste professor passaram a serem mais corados, ter mais saúde e alegria, as famílias dos mesmos vendo as mudanças inclusive comportamentais dos mesmos resolveram aderir aos exercícios e criaram o que a princípio foi chamado de nudismo (a alteração de nome só foi feita na década de 1950). Em 1906 surge nesse mesmo país o primeiro campo oficial para a prática do naturismo. Nessa época, além dos exercícios ao ar livre em completa nudez, havia também uma grande preocupação com a alimentação, que deveria ser saudável, geralmente baseada no vegetarianismo.

Após a Segunda Guerra Mundial o naturismo começou a se difundir, não só na Europa, mas também nos Estados Unidos. Hoje são poucos os países que ainda não possuem adeptos do movimento.

Em 1974 a Federação Internacional de Naturismo (INF) definiu os princípios naturistas, que é a definição atual de Naturismo adotada por todas as entidades naturistas do mundo: "Um modo de vida em harmonia com a natureza, caracterizado pela prática do nudismo em grupo, que tem por intenção favorecer o autorrespeito, o respeito pelo outro e o cuidado com o ambiente."

### **Qual a relação entre nudez coletiva e desenvolvimento do indivíduo?**

A resposta dos naturistas está no conceito de "aceitação do corpo", ou seja, na descoberta de que o corpo humano é um todo não havendo partes honrosas e partes indecorosas. Os naturistas, ao conviverem com a nudez do próximo não são chocados nem agredidos pelo corpo e sentem que o respeito é possível mesmo sem artifícios. Entrando em contato com a própria essência e deixando para trás o que é acessório. Para os naturistas somos todos iguais, apesar das diferenças.

(\* ) por Felipe Oliveira



# ACHADOS E PERDIDOS



**Alguém esqueceu  
toalha no  
último evento?**

**A 1, 7, 11 e 13 já estão separadas.**

A Paula Duarte, encarregada de organizar os achados e perdidos durante os eventos, informa que as toalhas esquecidas e não reclamadas nos eventos anteriores serão doadas à Casa da Criança Betinho, e solicita a todos que no caso de esquecerem algum pertence, que a procurem, pois se estiver em seu poder será devolvido. No caso de roupas e toalhas esquecidas ela devolve todas lavadas e perfumadas e não cobra os custos da lavanderia. Parabéns Paula!

## NORMAS ÉTICAS DO NATURISMO BRASILEIRO

<p><b>NATURISMO</b></p> <p>1] COMPORTAMENTO INADEQUADO</p> <p>1. Concorrer para a formação por intermédio de propostas indesejadas com conotação sexual.</p>	<p><b>NATURISMO</b></p> <p>2] COMPORTAMENTO INADEQUADO</p> <p>2. Fotografar, gravar ou filmar outros naturistas, sem a permissão dos mesmos.</p>	<p><b>NATURISMO</b></p> <p>3] COMPORTAMENTO INADEQUADO</p> <p>3. Utilizar palavras e ações em público que possam interferir na tranquilidade física, moral ou psicológica dos naturistas de qualquer idade.</p>	<p><b>NATURISMO</b></p> <p>4] COMPORTAMENTO INADEQUADO</p> <p>4. Causar constrangimento pela prática de situações inadequadas.</p>	<p><b>NATURISMO</b></p> <p>5] COMPORTAMENTO INADEQUADO</p> <p>5. Portar ou de forma ostensiva ou discretamente, portando em relação a outros naturistas ou visitantes.</p>
<p><b>NATURISMO</b></p> <p>6] COMPORTAMENTO INADEQUADO</p> <p>6. Deixar lixo em locais inadequados.</p>	<p><b>NATURISMO</b></p> <p>7] COMPORTAMENTO INADEQUADO</p> <p>7. Provocar dano à flora e à fauna, ou à imagem do Naturismo.</p>	<p><b>NATURISMO</b></p> <p>8] COMPORTAMENTO INADEQUADO</p> <p>8. Satisfazer necessidades fisiológicas em áreas impróprias, ou exceder-se na ingestão de bebidas alcoólicas, causando constrangimento a outros naturistas.</p>	<p><b>NATURISMO</b></p> <p>9] COMPORTAMENTO INADEQUADO</p> <p>9. Utilizar assentos de uso comum sem a devida proteção higiênica.</p>	<p><b>NATURISMO</b></p> <p>10] COMPORTAMENTO INADEQUADO</p> <p>10. Apresentar-se vestido em locais e horários exclusivos de nudismo, sendo tolerado às mulheres o uso de toalhas durante o período menstrual.</p>

**EXPEDIENTE:**

Presidente: Luiz Fernando Machado  
Dir. de Adm. E Secretaria: Paula Duarte  
Dir. de Eventos: Luiz Ricardo Ferreira  
Dir. Financeiro: Wagner Pereira

Conselho: Daniel Atencio, Lemonour de Menezes Souza e Samuel Luiz de Oliveira  
Editor e Jornalista responsável: Gildo Mazza  
Fotos desta edição: Lemonour M. Souza e Thelma Gil  
Colaboradores: Rafael Alexandre e Felipe Oliveira