

**“O Naturismo dirige-se ao Homem na sua totalidade – alma, espírito e corpo – preocupando-se não só com o cuidado físico, mas igualmente com o desenvolvimento cultural, tendo como meta um elevado nível psico-social.” W. Weinreich – Presidente da INF/FNI**

Certamente que ninguém se improvisa naturista de um dia para o outro.

Contudo, o Naturismo é qualquer coisa que se faz transportar “clandestinamente” dentro de nós próprios, não existindo uma idade determinada para se revelar. Ela poderá acontecer a qualquer momento.

Quem já não sentiu vontade de andar nu em algum lugar – numa praia, num lago, numa montanha, num rio, no campo ou na floresta ou, até mesmo em casa?



Quem já não sentiu necessidade de se evadir da cidade, da confusão do trânsito, da poluição, do stress, do relógio, do tempo passado a correr entre a casa, o emprego e o centro comercial?

Quem não sentiu já a vontade de despir-se de preconceitos, da hipocrisia da moral vigente, de libertar-se de fantasmas e reencontrar-se a si próprio, redescobrimo a sua natureza?

Quem não sentiu ainda o apelo para disfrutar as sensações que só um contacto integral com os elementos naturais proporciona?

Os naturistas não desapreciam a comodidade e o bem estar material e todas as facilidades do mundo moderno, mas recusam que elas constituam o único objectivo das suas vidas.

Os naturistas não repudiam a roupa, mas recusam usá-la como parte integrante do seu corpo, como objecto de exibicionismo social ou como resultante de uma cultura castradora, imposta e nunca explicada.

Os naturistas preferem, assim, integrar, de forma inteligente, o desenvolvimento material na sua filosofia livre e humanizada, redescobrimo a sua natureza física, despojada de máscaras, e enquadrando tudo de uma forma equilibrada e harmoniosa, no conjunto mais vasto que constitui a natureza do planeta que habitamos. Fazer renascer esse espírito é respeitar e dignificar todos, de forma sã, livre, humanizada e natural.

O CNC – Clube Naturista do Centro, associação integrante da FPN – Federação Portuguesa de Naturismo, filiada na INF/FNI – Federação Naturista Internacional, disponibiliza aos seus associados um conjunto de actividades sociais que lhe asseguram a prática naturista num ambiente eticamente familiar.

Um calendário anual de encontros, visitas, convívios, etc., em praias e parques naturistas ou em locais para o efeito reservados, proporcionam uma agradável vivência também para aqueles que desejem iniciar-se na prática do nosso estilo e filosofia de vida.

O CNC, através da FPN, emite o Cartão Naturista Internacional, que dá ao seu possuidor a possibilidade de aceder aos centros naturistas reconhecidos pela INF/FNI em todo o mundo, proporcionando-lhe, nalguns casos, descontos específicos.



O CNC edita trimestralmente o boletim “O NATURAL”, e frequentemente uma NUwsletter onde mantém informados os sócios de tudo o que se vai passando no movimento naturista nacional e internacional, publicando igualmente artigos de opinião sobre temas naturistas, reportagens sobre centros, artigos sobre ecologia e meio ambiente, medicinas alternativas, etc.

Disponibiliza videoteca, apoia no planeamento de viagens a destinos naturistas, mantém um site na internet, e-mail e lista reservada, espaço de informação e discussão disponível aos amantes da web.



O clube mantém mensalmente, quer um horário naturista num SPA (piscina, banho turco, ginásio) no Porto, quer um horário reservado na piscina municipal do Alvito em Lisboa, na página do clube é possível verificar os horários e datas de funcionamento.

Através da FPN pode frequentar aulas de Yoga e piscina mensal em Lisboa, conforme os horários em [www.fpn.pt](http://www.fpn.pt). Nas iniciativas do Clube Naturista do Centro encontrará um ambiente convival, aberto a todos os que queiram praticar o naturismo baseado em princípios de respeito mútuo, saudável e divertido. São benvindos todos os que, imbuídos deste espírito, casais ou individuais, jovens e crianças, queiram compartilhar a sua nudez de forma natural. Os comportamentos “sexistas” e/ou exibicionistas não fazem parte da vivência naturista. Os naturistas não fazem distinções baseadas em diferenças sociais, políticas, religiosas ou raciais ou baseadas no sexo, já que a sexualidade e suas opções fazem parte do domínio privado.

**ADERE AO NATURISMO ASSOCIATIVO NO C.N.C.**