

ASSOCIACIÓ  
CLUB CATALÀ DE NATURISME



PROJECTE DE CANDIDATURA  
PER AL PERÍODE 2023-2027

BARCELONA, 11 DE NOVEMBRE DE 2023

**Aquest projecte de candidatura ha estat concebut i redactat per part de diverses persones sòcies i simpatitzants de l'Associació Club Català de Naturisme, algunes d'elles membres de la Junta Directiva precedent, d'acord amb els Estatuts i el Reglament d'Ordre Intern aprovats el 22 de gener de 2011.**

## **INTRODUCCIÓ**

En el present projecte de candidatura s'inclouen:

**I-A) el llistat de dotze persones que es proposen com a membres de la Junta Directiva** (vegeu pàgina 3);

**I-B) el propòsit i la composició de sis noves Comissions de Treball**, que es repartiran la gestió de les diverses tasques que es volen dur a terme des de la nostra candidatura (vegeu pàgines 4-6);

**II) la presentació de tres direccions generals de treball** que se seguiran al llarg del període 2023-2027. Aquestes direccions es subdivideixen en accions singulars que es repartiran entre les Comissions de Treball i que s'emprendran en la prioritat que els membres de la Junta Directiva i els coordinadors de les Comissions considerin adient, sempre d'acord amb la disponibilitat física i material de les persones que es comprometin a realitzar-les (vegeu pàgines 7-13).

Les tres direccions generals de treball que emprendre la nostra candidatura són les següents:

- 1) Major implicació en l'ecologisme i en la protecció del medi ambient;**
- 2) Impuls en la promoció del naturisme i revisió de la seva percepció social;**
- 3) Assoliment d'una major interseccionalitat dins el Club Català de Naturisme.**

Al final del document hi trobareu un ANNEX amb el llistat d'activitats proposables durant el període de la candidatura (vegeu pàgines 14-16).

**I-A**  
**COMPOSICIÓ DE LA JUNTA DIRECTIVA**

<b>PRESIDENT:</b>	<b>IVAN VERA</b>
<b>VICEPRESIDENT:</b>	<b>SEGIMON ROVIRA</b>
<b>SECRETÀRIA:</b>	<b>NATÀLIA DURAN</b>
<b>TRESORERA:</b>	<b>ANNA RENARD</b>
<b>VOCAL:</b>	<b>JORDI BASULTO</b>
<b>VOCAL:</b>	<b>MARIA CINTA MIRÓ</b>
<b>VOCAL:</b>	<b>ALBA GIL</b>
<b>VOCAL:</b>	<b>DAVID PERELLÓ</b>
<b>VOCAL:</b>	<b>ROSA-JANA PLA</b>
<b>VOCAL:</b>	<b>JOSEP MARIA PRATS</b>
<b>VOCAL:</b>	<b>CRISTIAN RUIZ</b>
<b>VOCAL:</b>	<b>RICARD SOLANO</b>

## **I-B**

# **PROPÒSIT I COMPOSICIÓ DE LES COMISSIONS DE TREBALL**

Un objectiu immediat d'aquesta candidatura és la creació de, com a mínim, sis **Comissions de Treball** que ajudaran a distribuir la feina i facilitaran la participació de persones en les direccions de treball citades a la introducció i descrites a l'apartat II (pàgines 7-13), més enllà de les capacitats de la Junta Directiva.

Les Comissions de Treball poden ser conformades tant per persones sòcies com simpatitzants del Club Català de Naturisme (llevat de la Comissió d'Administració i Finances, que només podrà ser conformada per persones sòcies) i cadascuna serà encapçalada per una o diverses persones que en coordinaran les accions. Una mateixa persona pot formar part de diverses comissions de treball.

Cada Comissió de Treball s'organitzarà a través d'un grup de WhatsApp, que estarà inclòs en l'existent «Comunitat» del CCN, i celebrarà trobades periòdiques presencials o virtuals per determinar l'estat dels projectes en marxa, l'adopció o cancel·lació de projectes, i la feina individual que ha de realitzar cada integrant.

Les sis Comissions de Treball que es conformaran amb immediatesa són les següents:

### **COMISSIÓ D'ADMINISTRACIÓ I FINANCES**

*Repartició de les responsabilitats dels càrrecs de «Tresorer/a» i «Secretari/ària», tal com els defineixen els Estatuts vigents de l'Associació, juntament amb altres tasques, com ara el contacte amb entitats i institucions per obtenir ajuts i subvencions econòmiques, o la gestió del telèfon del CCN.*

**COORDINADORA: Anna Renard (provisional)**

**PERSONES INTEGRANTS:** Natàlia Duran, Joan de Lomas, Rosa-Jana Pla, Josep Maria Prats, Segimon Rovira.

---

### **COMISSIÓ D'ACTIVITATS**

*Planificació d'activitats i presència a les mateixes per assegurar-ne la bona consecució i el manteniment del respecte i la bona convivència entre les persones participants.*

**COORDINADOR: Segimon Rovira**

**PERSONES INTEGRANTS:** Mireia Adillon, Toni Agulló, Jordi Basulto, Maria Cinta Miró, Natàlia Duran, Alba Gil, Xavier Gimeno, Jordi Mas, Rosa-Jana Pla, Josep Maria Prats.

---

## COMISSIÓ DE COMUNICACIÓ

*Gestió de les pàgines web del CCN, Joves Naturistes i la FNNC. Gestió de xarxes socials (Facebook, Instagram, Twitter i TikTok). Contacte amb entitats, institucions i mitjans de comunicació per promoure el naturisme i l'Associació. Comunicació d'esdeveniments rellevants a través dels canals oficials del CCN (WhatsApp, xarxes).*

**COORDINADOR: David Perelló**

**PERSONES INTEGRANTS:** Mireia Adillon, Jordi Basulto, Josep Comajoan, Lluís de la Cruz, Natàlia Duran, Xavier García, Alba Gil, Xavier Gimeno, Jonatan Piñol, Cristian Ruiz, Segimon Rovira, Ricard Solano.

**Subcomissions** dins la Comissió de Comunicació:

- ❖ **Gestió de pàgines web** (programari i creació de continguts).
  - David Perelló, Cristian Ruiz, Ricard Solano.
- ❖ **Gestió de xarxes socials** (creació i publicació de contingut).
  - Cristian Ruiz, Jonatan Piñol (Twitter);
  - David Perelló (Instagram, TikTok);
  - Ivan Vera (correu);
  - Jordi Basulto, Ricard Solano (contingut).
- ❖ **Contacte amb mitjans de comunicació**
  - Mireia Adillon, Josep Comajoan, Segimon Rovira, Ivan Vera.
- ❖ **Comunicació interna (canals CCN de WhatsApp)**
  - Segimon Rovira (CCN), Ivan Vera (Joves CCN i CCN), Jonatan Piñol (Joves CCN), Mireia Adillon (Joves CCN).
- ❖ **Coordinació del butlletí**
  - Lluís de la Cruz (prov.).
- ❖ **Preparació d'activitats formatives i de difusió**
  - Mireia Adillon, Xavier Garcia (exposició itinerant), Alba Gil, Ricard Solano, Ivan Vera.

---

## COMISSIÓ D'ACOLLIDA I MEDIACIÓ

*Recepció de noves persones sòcies a l'Entitat i procuració de la informació bàsica sobre el seu propòsit i funcionament (per mitjans virtuals i “trobades d'acollida”, v. annex). Guiatge per a realitzar el procés d'associació. Moderació dels canals oficials de comunicació entre persones sòcies del CCN (WhatsApp, futura xarxa social, etc.). Gestió i resolució de conflictes interpersonals.*

**COORDINADORS: Maria Cinta Miró i Toni Agulló**

**PERSONES INTEGRANTS:** Jordi Basulto, Josep Comajoan, Natàlia Duran, Xavier García.

---

## **COMISSIÓ D'ESPAIS**

*Quatre persones representants, una per cada província, coordinaran els diversos grups de voluntaris de platges i altres que es puguin formar, també per a espais d'interior. L'objectiu és cuidar els espais d'ús nudista, vetllar per la preservació de la seva riquesa natural i assegurar el manteniment de la tradició nudista.*

**COORDINADOR: Segimon Rovira**

**REPRESENTANTS PROVINCIALS:** Alba Gil (Lleida), Raymond Martín (Barcelona), Miquel Masgrau (Girona), Jordi Basulto (Tarragona).

---

## **COMISSIÓ DE DRET**

*Gestió de qüestions legals de l'Associació (com ara la protecció de dades i els drets d'imatge) i aportació d'informació legal quan sigui necessària.*

**COORDINADOR: Cristian Ruiz**

**PERSONES INTEGRANTS:** Diana Baiget (p. conf.), Xavier Nadal (p. conf.).

## II

# DIRECCIONS GENERALS DE TREBALL

## 1. MAJOR IMPLICACIÓ EN L'ECOLOGISME I LA PROTECCIÓ DEL MEDI AMBIENT

Ja existex una connexió ideològica: el nudisme i l'ecologisme són dos pilars ben complementaris del naturisme. Les persones que ens considerem nudistes hem de tenir cura de la natura per continuar gaudint-ne (nudisme → ecologisme), i també hem de fer veure a les persones no nudistes que connectar plenament amb la natura per mitjà de la nuesa és una bona manera d'inculcar la necessitat de protegir-la (ecologisme → nudisme).

Reducció de la distància que ens separa del medi natural → major sensibilització.

L'aproximació a la lluita ecologista ens acostarà a l'essència del naturisme i contribuirà a projectar una imatge positiva i renovada del Club. Això ens farà visibles davant de col·lectius i persones (sobretot joves) que no han mostrat interès fins ara en el naturisme o, més concretament, en l'associacionisme naturista.

Com aconseguir-ho?

**1.1. Més activitats de neteja d'espais naturals** (i en llocs més variats) convocades pel Club Català de Naturisme, amb possibilitat que s'hi sumin altres col·lectius. Poden tenir component nudista o no.

### **1.2. Organització d'activitats que facilitin el contacte proper amb la natura:**

- Excursions informatives (en nuesa o no) que permetin un major coneixement dels espais naturals de Catalunya; Carlos Cañas – científic ambiental
- Trobades de meditació creativa i/o d'exposició plena als elements naturals (descalcisme, abraçar arbres, activitats de moviment corporal i percepció de l'entorn, meditació, etc.).

**1.3. Promoció activa del vegetarianisme/veganisme** per raons sobretot ecològiques però també ètiques, sempre des del respecte i la tolerància. No ha de ser, en cap cas, una aproximació disgregadora ni discriminadora.

### **1.4. Col·laboració amb altres entitats ecologistes.**

Ens hem d'informar dels seus projectes i sumar-nos a lluites per la protecció dels ecosistemes i la defensa del medi. A més, si ens presentem com a entitat ecologista, podríem accedir a **noves subvencions** (tasca de la Comissió d'Administració i Finances).

## 2. IMPULS EN LA PROMOCIÓ DEL NATURISME I REVISIÓ DE LA SEVA PERCEPCIÓ SOCIAL

*Aquí s'incorporen les propostes del Pla de comunicació (apartat del Pla d'Acció Nudista 2023) que es posaran en marxa amb prioritat, juntament amb altres idees.*

**2.1. Renovació integral de la pàgina web <https://naturisme.cat>**, invertint-hi els diners necessaris tant pel que fa al manteniment, adquisició de temes i plug-ins i contractació de mà d'obra professional (si s'escau). L'objectiu és que adquireixi un format actualitzat i dinàmic semblant al que té ara *jovesnaturistes.cat*, a més de les següents addicions:

- Apartat tipus *blog* amb articles sobre naturisme, experiències personals i en grup, ressenyes d'espais nudistes... Incorporar algunes cròniques que es publiquin al butlletí (v. apartat 2.5);
- Apartat informatiu ben consistent i estructurat sobre què és i què no és el naturisme, qüestions legals, consells per iniciar-se, composició de la Junta Directiva i de les Comissions de Treball del CCN, etc.;
- **Xarxa social privada integrada a la web** on només les persones sòcies puguin tenir accés il·limitat. Mapa de comunitat d'espais naturistes – compartició d'espais. [*a contemplar després d'haver assolit els requeriments anteriors*]
- Actualitzar RGDP i especificar drets d'imatge tant a nivell de persones associades com de participants externs a les activitats.

**2.1.1. Renovació de la web de la FNNC** d'acord amb el que es proposa a l'apartat 2.2.

### **2.2. Creació de la Guia Naturista de Catalunya**

La *Guia Naturista de Catalunya* es presentarà tot primer en format virtual i serà, d'un inici, un seguit de fitxes actualitzades de platges i altres indrets d'ús nudista a la pàgina web de la FNNC (<https://fnnc.blogspot.com/>), en consonància amb el mapa d'espais nudistes que ja s'hi troba inclòs. Posteriorment, la idea és anar afegint més apartats amb informació sobre diversos aspectes del nudisme. Els apartats serien els següents:

1. Apartat introductor. Definició i diferenciació dels termes naturisme i nudisme. Informació bàsica sobre l'estil de vida i els seus beneficis, repàs de les pràctiques que es poden englobar en el naturisme (nudisme, vegetarianisme/veganisme, ecologisme, medicina natural,...).
2. Consells per a principiants.
3. Breu història del nudisme a Catalunya: de la Segona República a l'actualitat (consultar bibliografia).
4. Mapa actualitzat de tots els espais d'ús nudista preferent, amb enllaços a les fitxes individuals per a cada indret (platges, estanys, rius, llocs d'exterior i d'interior). **[nucli primigeni]**
5. Fitxes de les platges d'ús nudista preferent dels Països Catalans.



6. Els càmpings i *resorts* naturistes. Llistat d'espais, activitats que s'hi duen a terme, normes de conducta, informació útil per a principiants.
7. Altres espais d'ús nudista preferent: pobles, refugis de muntanya, piscines, spas.
8. Espai dedicat a la pràctica del nudisme en llocs d'ús nudista no preferent. Mapa de municipis de Catalunya segons legalitat. Consells per fer nudisme en aquests indrets.
9. Capítol sobre el paper de les associacions en la defensa i la promoció del nudisme. Llistat d'associacions catalanes i espanyoles, menció a altres associacions europees i a la FNI. Avantatges de fer-se soci d'una associació, preus i procediment per associar-se.
10. Capítol d'experiències personals de nudistes (pot ser amb un qüestionari prefixat, a mode dels retrats de Joves Naturistes, però sense restricció d'edat). Intenció de mostrar com de variat és l'espectre dels naturistes, els beneficis que aporta l'estil de vida a cadascú, com pot ser adaptat i comprès de diferents maneres
11. Capítol de recomanacions de Bloggers (The Nude Blogger, Naked Wanderings, Free Hiking, etc.), YouTubers (Héctor Martínez, Slightly Crazy Vegan), Instagramers (molts).
12. Capítol de recomanacions de pel·lícules, curtmetratges i documentals sobre naturisme.

Un cop haguem reunit la informació i l'haguem penjat a la web, podríem contactar amb una editorial per publicar-la de forma ben ordenada i estructurada, tant en format virtual com físic. No s'ha fet mai cap publicació d'aquesta mena en l'àmbit català.

### **2.3. Creació d'un *fanzine* sobre nudisme**

*Fanzine*: «publicació no professional i no oficial produïda per entusiastes d'un fenomen cultural particular (com ara literari o un gènere musical)».

<https://en.wikipedia.org/wiki/Fanzine>

S'hi tractaran temes semblants als que van sortir al suplement de La Directa juntament amb d'altres que podrien ser interessants (com una versió curta i resumida de la *Guia Naturista de Catalunya*). La publicació anirà especialment adreçada a persones que no coneixin el naturisme o en tinguin una percepció esbiaixada. Possibilitat d'incloure-hi FAQs, experiències personals, breus cròniques d'activitats, etc.

**2.4. Creació de cartells, fulls volants, banderes, domassos** i altres elements comunicatius per promoure el naturisme, el CCN (+ Joves Naturistes) i les activitats que realitzem. Si pot ser, mirarem que aquests recursos siguin produïts per persones professionals de disseny, remunerant la seva tasca si s'escau.

### **2.5. Manteniment del butlletí *Naturisme***

El butlletí *Naturisme*, publicat pel CCN des del 1980, es mantindrà com un **anuari en format físic** que contindrà, majorment, cròniques d'activitats realitzades durant l'any que

es cobreixi. D'aquesta manera es continuarà proporcionant a les persones sòcies una font d'informació que els permetrà conèixer de primera mà les activitats que es convoquen des de l'Associació i alhora un record tangible i perdurable a sumar als que hem pogut conservar durant els quaranta anys de publicació de la revista.

Abans de cada activitat susceptible a ser publicada, es mirarà de comptar amb una o més persones assistents que en puguin fer una ressenya consistent i també proporcionar fotografies. Un cop recopilades les cròniques, se sotmetran a un procés de revisió ortogràfica i estilística i es procedirà a la maquetació (Interprint).

## **2.6. Organització de conferències / tallers / taules rodones sobre naturisme i temes relacionats**

La majoria d'aquestes activitats haurien de ser obertes a tothom (dirigides especialment a persones no nudistes) per donar a conèixer el que és el naturisme, el seu rerefons ideològic, la seva història, la importància de l'associacionisme, els objectius del CCN, etc. Tot plegat facilitarà el coneixement de l'experiència nudista i de l'associacionisme naturista des de dins per part de persones externes a l'Associació o a la pràctica del nudisme.

Tenir espais de debat dins l'Associació, més enllà de les Assemblees Generals Ordinàries, també ens permetrà compartir experiències i coneixement entre les persones associades i simpatitzants; educar-nos i formar-nos sobre naturisme i difondre'n els seus valors i la seva història per tal de donar-los a conèixer també a persones externes.

Algunes conferències, tallers o taules rodones haurien de ser portades per persones expertes en certs temes rellevants que es puguin emmarcar dins el naturisme o hi estiguin relacionats i que facin un activisme que persegueixi més o menys els mateixos interessos que el nostre. També hi haurien de participar diversos representants de Joves Naturistes, persones racialitzades, dones, persones trans, etc., per visibilitzar i donar veu a aquests col·lectius minoritaris dins el naturisme.

Possibles persones amb qui fer activitats d'aquesta mena:

- Pelillosalamar <https://www.instagram.com/pelillosalamar/>
- Le Tess <https://www.instagram.com/tesshache/>
- Héctor Martínez / Francelli (promotors del nudisme a Mèxic)
- Carlos Cañas (científic ambiental)
- ...

Possibles temes de les conferències:

- El nudisme dins el naturisme.
- Sexualitat i nudisme.
- Història del naturisme.
- Història del Club Català de Naturisme.
- Naturisme i anarquisme.
- Legalitat i nudisme a Catalunya / Espanya – convidar expert en dret.

- Problemàtiques mediambientals a Catalunya.
- ...

## **2.7. Agermanament amb altres grups i associacions**

Hauríem de revisar la possibilitat d'agermanar-nos amb associacions que comparteixin els valors del naturisme, com ara associacions ecologistes o feministes, o associacions body-positive i sex-positive, entre altres. Podríem col·laborar en certes activitats que organitzin i també planejar-ne algunes en equip, com ara tallers, taules rodones, etc.

- Ecologistes en acció + associacions territorials
- Transcluaviva
- Folk a pèl
- Naturalistes de Girona
- Rabia gorda
- ...

## **2.8. Promoció artística**

Es podrien habilitar espais virtuals perquè persones artistes de qualsevol disciplina (fotografia, escriptura, dibuix, música, etc.) puguin compartir material relacionat amb el naturisme, així com realitzar col·laboracions amb artistes que vulguin tractar la nuesa.

## **2.9. Col·laborar activament en la lluita contra la censura a les xarxes socials**

Està engegant un projecte amb aquest objectiu per part sobretot d'artistes que treballen amb la nuesa però també d'altres col·lectius que no estan d'acord amb el tractament que rep la nuesa a les xarxes. [Maied Urrutia]

A banda d'aquesta iniciativa, podríem col·laborar en altres (o iniciar-ne una nosaltres) amb el mateix propòsit.

## **2.10. Internacionalització**

Establir lligams directes amb altres associacions i grups naturistes de fora de l'estat espanyol ens ajudarà a cohesionar el moviment naturista a una escala internacional i ens obrirà les portes a projectes conjunts.

## **2.11. Creació d'un perfil de TikTok** (Joves Naturistes i/o CCN)

Considerem oportú tenir presència també a la xarxa social *TikTok* per tal de promoure la pràctica, la utilitat i la ideologia del nudisme i el naturisme i també visibilitzar els espais d'ús nudista i les problemàtiques que afronta el moviment naturista.

### **2.12. Acció directa**

Valorem organitzar manifestacions i/o altres accions directes de visibilització del nudisme en platges textilitzades (com ara Sant Sebastià o l'Illa Roja) i també participar en manifestacions amb propòsits afins als ideals naturistes juntament amb altres col·lectius i associacions (feministes, ecologistes, etc.).

### **2.13. Marxandatge**

Revisió i actualització del marxandatge ofert pel CCN. Algunes opcions:

- Samarretes reivindicatives antitèxtils.
- Altres ítems per anar a la platja o a excursions nudistes.
- Pegats per la roba, enganxines, pins i xapes.

### **2.14. Exposició itinerant sobre naturisme i el Club Català de Naturisme**

S'ha parlat de realitzar una exposició itinerant per territori català amb l'objectiu de difondre el naturisme i la tasca del CCN. Projecte en procés de concreció per part de la Comissió de Comunicació.

### **3. ASSOLIMENT D'UNA MAJOR INTERSECCIONALITAT DINS EL CLUB CATALÀ DE NATURISME**

(SOBRETOT D'UN MAJOR EQUILIBRI INTERGENERACIONAL I DE GÈNERE)

#### **3.1. Mantenir les activitats que tenen quòrum actualment i proposar-ne de noves especialment indicades per a persones joves**

Aquestes noves activitats seran organitzades per l'Associació i obertes a tothom però d'especial interès per als joves. Exemple: reunions per jugar a jocs de taula o a videojocs, tallers diversos (cuina vegana, ioga, massatges), etc.

#### **3.2. Organitzar activitats no mixtes**

Pretenem organitzar algunes activitats obertes només a dones i/o persones del col·lectiu LGTBI, o bé d'accés restringit als homes cis, per crear espais tancats i percebuts com a més «segurs» per persones que, fins ara, potser no han volgut participar a les trobades de l'Associació per temor a trobar-se massa exposades en ambients mixtes amb predominança d'homes cis.

En cap cas aquestes activitats es concebran com a substitutòries a les activitats col·lectives de l'Associació, sinó com a complementàries.

#### **3.3. Organitzar activitats d'apreciació corporal**

Especialment dirigides a persones trans, gordes, amb diversitat funcional, o dissidents en la seva corporalitat en qualsevol altre aspecte. Seran espais segurs on aquestes persones podran apreciar i celebrar la diversitat corporal tal com es planteja des del nudisme, amb possibilitat de col·laborar amb entitats body-positive o persones que facin activisme, no necessàriament vinculades amb els entorns nudistes / naturistes.

## ANNEX: LLISTA D'ACTIVITATS PROPOSABLES

Coses a tenir en compte:

1. No es tracta d'una planificació concreta de les activitats futures, sinó d'una llista de les activitats que es podrien proposar al llarg de la candidatura.
2. Moltes activitats es poden agrupar en un sol esdeveniment o trobada. Per exemple, una trobada en un càmping naturista podria incloure una excursió nudista, un taller de ioga, una activitat esportiva i una activitat de meditació creativa.
3. A priori, totes les activitats són susceptibles de ser organitzades **puntualment** en format no mixte o per part de Joves Naturistes (obertes a persones fins a 35 anys).
4. És possible que algunes activitats de la llista no s'arribin a fer (depèn de la disponibilitat de la gent i de la capacitat de gestió de la Comissió d'Activitats) i és molt probable que sorgeixin noves propostes.

Si en teniu alguna, i sobretot si podeu organitzar-la, feu-nos-la arribar!

### Activitats d'exterior – protecció i apreciació del medi natural

- Neteja de platges i d'altres espais naturals, amb possibilitat que s'hi sumin altres col·lectius. Poden tenir component nudista o no.
- Excursions informatives (en nuesa o no) que permetin assolir un major coneixement dels espais naturals de Catalunya.
- Trobades d'exposició plena als elements naturals (descalcisme, abraçar arbres, activitats de moviment corporal i percepció de l'entorn, meditació, etc.).

### Activitats d'exterior – culturals, artístiques i lúdiques

- Excursions nudistes en indrets naturals (Montseny, Muntanyes de Prades, Garrotxa, Cap de Creus, etc.)
- Trobades puntuals a platges (banys de lluna plena, primer bany de l'any, accions de visibilització, etc.), també organitzades conjuntament amb altres associacions de la FNNC.
- Activitats de meditació creativa en medis naturals, centralitzades en oferir un temps i espai de creació artística lliure i interdisciplinar.
- Visites nudistes a espais d'importància històrica - ruïnes grecoromanes d'Empúries, ciutat ibèrica d'Ullastret, poblat ibèric de Calafell,...

- Sessions de debat, recitals de poesia i xerrades a l'aire lliure.
- Tallers diversos (massatge, ioga, bodypaint, fotografia, etc.)
- Activitats esportives d'exterior.
- Trobades al Refugi de Muntanya Vents del Cadí (+ rutes organitzades)
- Trobades al Refugi de Muntanya La Bartra (+ rutes organitzades)
- Trobades al Càmping Naturista Mas la Balma (+ rutes i cros naturista)
- Trobades al Càmping Naturista El Temple del Sol
- Trobades al Càmping Naturista Relax-Nat
- Trobades al Poble Naturista El Fonoll (+ rutes organitzades)

#### **Activitats d'interior – spa i piscines**

- Sessions d'spa a l'Hotel Melià de Sarrià i a l'Hotel Vila Olímpica
- Visita a les piscines Picornell. Podríem reprendre l'organització de trobades a les piscines (juntament amb Marinudistes?) i ajudar a mantenir-hi la tradició nudista.
- Organització / participació a la Gala Internacional de Natació Naturista.

#### **Activitats d'interior – culturals, artístiques i lúdiques**

- Visita a l'Hotel d'Entitats del CCN (Barcelona, La Pau) per consultar els butlletins antics de l'Associació i aprendre sobre la seva història. La trobada pot servir també per obrir debat sobre l'estat actual de l'Entitat i la trajectòria que ha seguit i hauria de seguir en el futur.
- Visites nudistes a exposicions: Museu d'Arqueologia de Catalunya, Museu de l'Art Prohibit, etc.
- Conferències / taules rodones en locals d'interior, centres públics i privats.
- Activitats d'apreciació corporal.
- Tallers diversos (massatge, ioga, bodypaint, fotografia, cuina vegetariana, etc.).

- Trobades lúdiques d'interior casuals (jugar a videojocs, jugar a jocs de taula, prendre el te, fer vermut, fet petar la xerrada, etc.).
- Trobades lúdiques d'interior temàtiques (*otaku*, medieval, victoriana, *gamer*, etc.).

### **Altres activitats**

- **Trobades d'acollida:** especialment destinades a persones que estiguin interessades a associar-se o a rebre informació sobre el CCN, o que s'hagin associat recentment i no hagin participat encara en cap activitat. Hi hauria de participar almenys una persona de la Comissió d'Acollida i Mediació per proporcionar la informació necessària sobre l'Entitat, el seu funcionament i els seus objectius.

També poden servir com a trobades casuals entre persones sòcies ja familiaritzades amb el CCN.

Es poden realitzar en espais públics que no siguin d'ús nudista (cafeteries, parcs, etc.) i estaria bé que tinguessin una periodicitat mensual, si hi ha prou persones interessades.