



Uma imersão no frio



Os tempos não têm sido fáceis para ninguém: pandemia, guerras, crise económica... Muitas são as razões que nos fazem descobrir que manter a mente e o corpo saudáveis é tão difícil quanto...



Campanha válida de

09/03/2023 a 28/04/2023 - 18:00

<https://ppl.pt/frio>



Contribua já.

É rápido e fácil. Siga estes 3 simples passos.



1º PASSO

Indique o montante e clique em Contribuir, ou seleccione a recompensa desejada. Pode apoiar com qualquer valor inteiro a partir de 1€.



2º PASSO

Preencha a sua identificação (nome e email) e clique em Seguinte. Pode deixar uma mensagem pública e privada e optar por um apoio anónimo.



3º PASSO

Reveja a sua contribuição, seleccione a forma de pagamento e clique em Enviar. Recomendamos o pagamento por referência Multibanco. Muito obrigado!