

MUITO MAIS QUE UM ALMOÇO ANUAL



Carlos Bayan Ferreira
Presidente da Direção

Caros Colegas

Decorridos poucos meses da nossa tomada de posse, já temos as três Delegações da ARGE, Norte, Centro e Sul, a funcionar em pleno, algumas com profundas mudanças de membros.

O papel destas é fundamental na dinamização da nossa Associação, bem como na organização das diversas atividades, umas de âmbito nacional e interligadas à Direção, outras de iniciativa própria.

Nestas, as Delegações podem contar, como até aqui, com o pleno apoio da Direção. Referimo-nos sobretudo às visitas em grupo e (ou) atividades de âmbito cultural, que normalmente envolvem transporte e outros tipos de apoios, com o objetivo de promover, quer o convívio entre associados e seus familiares, quer o conhecimento de inúmeras instituições e atividades interessantes, tantas vezes desconhecidas no nosso País.

A captação de novos associados, trazendo para a ARGE todo o tipo de colegas e familiares, é condição essencial, não apenas para o seu fortalecimento permanente, como também para o âmbito cada vez mais universal, dentro do espaço GALP, que queremos perseguir.

Continuaremos a eleger a área da Solidariedade como o principal pilar da nossa atividade, uma vez que ela encerra em si a missão mais digna do voluntariado, em prol dos nossos colegas mais dependentes e carenciados.

No âmbito das nossas iniciativas, os almoços gerais da ARGE, nomeadamente os Almoços de Natal do Norte, Centro e Sul,

são um forte motivo de convívio, de encontros e reencontros, troca de experiências, a par da comemoração própria da época festiva.

O ALMOÇO ANUAL A NÍVEL NACIONAL, como o que se realiza no próximo dia 15 de Junho, é ocasião única, mais uma vez um encontro, para muitos único durante o ano, de todos os colegas de Norte a Sul do País. Vamos fazer deste encontro um fortalecimento da amizade e do companheirismo, juntando-nos na alegria e no respeito entrecortado com alguma tristeza, por algum colega entretanto desaparecido, mas recordado com saudade pelos bons momentos partilhados.

Entendemos que um almoço como estas características não se deve limitar ao Menu. Tem que proporcionar aos associados e seus familiares momentos de animação e cultura, capazes de valorizar e potenciar esse tempo de convívio. Ao apresentarmos pela primeira vez uma sessão de Fado, estamos a oferecer um mundo de emoções que por certo todos levarão consigo no final do dia. Talvez, quem sabe, até trazer alguma revelação fadista para cima do palco.

Mais uma vez a Direção, para além da organização deste Almoço, em íntima ligação com as Delegações, coloca os transportes grátis à disposição de todos os interessados, bem como apoia na redução do custo da refeição, cobrindo ainda outras despesas.

Vamos convidar a estar presentes todos os nossos colegas e famílias que conhecemos.

São momentos como este que esperamos recordar com prazer. Sempre ! Contamos convosco.

Um Abraço,

Carlos Bayan Ferreira

DESTAQUES

ALMOÇO ANUAL DA ARGE pág. 3
SAÚDE DE OURO pág. 7

DELEGAÇÕES NORTE, CENTRO E SUL pág.4,5,6
RECORDANDO LEONARDO DA VINCI pág.10

EDITORIAL



José de Figueiredo Costa

Saber dizer não sei

Dizia um filósofo eloquente da nossa cultura, que o conhecimento nunca acaba na finitude da sua experimentação. Expande-se através da sua contínua aprendizagem, se tivermos um coração de aprendiz e aceitarmos a nossa pequenez, com a humildade de dizer “não sei”.

Admitir não saber, não é uma barricada intransponível da nossa vivência prática ou intelectual. Pelo contrário, requer uma vontade firme na descoberta das soluções, para depois desfrutar o saber da sua explicação, num gozo empenhado na sua partilha e difusão.

Que tem a ver esta dialéctica com o Boletim da ARGE plasmado neste Editorial ?

Julgo que tem muito. A produção de um documento gráfico como este, mesmo produzido por amadores voluntários que sabem dizer “não sei”, deve ter uma mensagem objectiva e um público alvo bem definido, ávido pelo conhecimento do passado através de recordações e amizades bem vincadas. Não deve desvirtuar a linha condutora da sua missão solidária e associativa, sem ideologias ou discursos inflamados.

Numa abordagem feita a cerca de uma centena de associados em vários momentos de convívio, verificou-se que há dois assuntos que granjeiam o maior elogio. O primeiro é a página dos falecimentos. O outro são as fotografias, sempre vistas com muito carinho e atenção, referenciadas no reviver de amigos e amizades antigas. Ouviu-se muito - uma fotografia vale mais que mil palavras. Se não fosse a ARGE e o seu Boletim, muitos

associados perdiam as referências e a memória da sua passagem pela empresa. Por isso, vale a pena continuar a apostar numa boa divulgação fotográfica dos dois únicos convívios que temos – o almoço anual e os três almoços de Natal.

Todavia o Boletim não é feito apenas de fotografias. Requer colaboração escrita por parte dos associados, com artigos de sua autoria ou através de recolha, focando os mais variados temas ou disciplinas. Artigos que sejam abrangentes ao interesse colectivo dos associados, fora de quaisquer defesas políticas, sindicais, religiosas, desportivas ou outras. Artigos que brindem a amizade, a cultura, a ciência, a felicidade, a solidariedade e sobretudo a união. Dito isto, pedimos a colaboração das Delegações para este gesto participativo, na esperança de podermos fortalecer a ligação entre todos.

Quanto ao nosso Almoço Anual do dia 15 de Junho, será mais uma vez um ponto alto do nosso dinamismo em prol do associativismo, onde esperamos contar com o maior número de associados. É um convívio que já se tornou uma referência de qualidade no seio da empresa.

Termino como comecei enaltecendo a humildade de todos aqueles que defendem o “não sei”, sempre que trabalhem empenhadamente em prol dos outros, num acto generoso e voluntário. Nesta atitude de elevação cívica, a gratuidade crítica é sempre nefasta.

(Texto escrito não respeitando o Acordo Ortográfico)

**Ficha Técnica**

**Boletim da Arge, nº 32
Maio 2019**

Director: José de Figueiredo Costa

Distribuição Gratuita

Tiragem: 2750 exemplares

Periodicidade: Trimestral

Colaboram neste número:

Carlos Bayan Ferreira

Helena Duarte

Dinis Esteves

Aníbal Gonçalves

Manuela Mata

Eugénio Rodrigues

Aníbal Silva

Delegação do Norte

Delegação do Centro

Delegação do Sul

Fotógrafo: José Boldt

Propriedade e edição:

Associação dos Reformados da Galp Energia

Rua do Alecrim nº 57 - 3º 1200-014 LISBOA

(NIPC 509485642)

IBAN PT50 0033 0000 0000 0510777 83

Composição e Impressão:

Onda Grafe, Artes Gráficas Lda.

Rua da Serra, nº1 - A-das-Lebres

2660-202 Stº Antão do Tojal



www.arge.pt

arge.reformados.galpenergia@gmail.com

SOLIDARIEDADE



Dinis Esteves

Uma missão humanitária

Estou pelo quinto mês com a responsabilidade do pelouro da Solidariedade na ARGE e o número de processos abertos até ao momento, desde o início de 2019, aproxima-se muito da totalidade dos processos abertos em todo o ano de 2018.

Quer isto dizer que a procura dos nossos associados aos pedidos de apoio solidário, de solidão e sobretudo de saúde, está a tomar proporções consideráveis que muito nos orgulha e ao mesmo tempo nos obriga a um redobrar de esforços que nem sempre se conseguem, dada a escassez de voluntários para esta área.

Todavia temos conseguido dar solução ou encaminhamento a quase todos os processos, em particular os de maior carência humana e criticidade familiar comprovada.

Neste campo de resolução dos processos, estamos confrontados, não apenas com a falta de apoio jurídico para determinados casos específicos, como na área da saúde familiar, onde um conselho médico seria uma ajuda importante para uma decisão célere.

São áreas que temos que resolver no seio da empresa, esperando desta a maior abertura e franco acolhimento.

Mas “o caminho faz-se caminhando” e esperamos perseguir o sonho dos nossos fundadores, tornando a ajuda mais rápida e abrangente, criando uma rede de lares funcionando em moldes modernos, em que os nossos associados possam encontrar locais para passar os seus dias de reforma em paz e com a alegria que todos merecemos ter.

ALMOÇO ANUAL DA ARGE - 2019

Dia 15 de Junho - Quinta Das Oliveiras - Abrantes

Como já todos devem ter conhecimento, o nosso Almoço Anual será levado a cabo, pela segunda vez, na Quinta das Oliveiras em Alferrarede – Abrantes. Está totalmente preparado ao mais pequeno pormenor para gáudio e prazer de todos.

O dia 15 de Junho será mais um grande marco na vida da ARGE e do associativismo empresarial.

Toda a logística dos autocarros e viaturas próprias foi organizada e concluída com sucesso.

Do programa do almoço constam: a entrega dos prémios do CONCURSO AVÓS e NETOS e uma sessão de FADO AMADOR que se realiza pela primeira vez nos nossos eventos.



DELEGAÇÃO DO NORTE



José Alberto Tinoco - (Coordenador)

Catarina Soares Vieira

Albano Magalhães

José Manuel Ferreira

Hermengardo Lucas Crista

VISITA A ÍLHAVO

Visita ao Museu Marítimo e Navio Stº Adré Ílhavo – 7 de Maio 2019

No passado dia 7 de Maio, por iniciativa da Delegação do Norte, realizou-se uma vez mais um Almoço-Convívio em Ílhavo, desta vez para visitar o MUSEU MARÍTIMO e o NAVIO ST. ANDRÉ.

Nessa amena manhã, saímos 52 Reformados associados da ARGE de Leça da Palmeira, dando início ao passeio cerca das 09.30 horas. Pelo caminho apanhamos alguma chuva (assim vai esta Primavera ...), chegando ao Museu à hora estipulada.

Deparamo-nos com um edifício moderno, de aspecto muito agradável e eficiente, dando-se então início a uma visita guiada. No rés do chão encontravam-se barcos de pesca de diversos tipos, bem como os adereços correspondentes, distribuídos por dois grandes pavilhões. No primeiro andar encontravam-se diversas peças de arte piscatória em exposição, bem como peças recolhidas do mar (conchas de diversos tipos e dimensões, búzios, estrelas do mar, etc.). Todo este material é lindo! Seguiu-se um aquário com diversos tipos de bacalhaus. Toda esta visita mostrou-se muito interessante e inesperada, deixando todos os participantes muito bem impressionados.

Do Museu dirigimo-nos para a zona industrial de Ílhavo, onde se localiza o restaurante “O Ibérico” que tão boas recordações nos deixou do ano passado, e que se repetiram este ano. Almoço, mais uma vez, muito agradável.

Dirigimo-nos depois para um dos canais da ria de Aveiro onde fomos visitar o Navio Stº André, barco de pesca ao bacalhau,

velho de 60 anos. Surpreendeu-nos a maneira como se vivia naqueles barcos, sem espaço e sem qualquer comodidade. Era com certeza muito duro, pois que, além do mais, cada faina durava 6 meses. Esta visita foi também acompanhada por guias.

Passámos por Aveiro cerca de 30 minutos, para comprinhas de última hora e regressámos a Leça da Palmeira cerca das 19.00 horas, alegres e felizes !



DELEGAÇÃO DO CENTRO



Francisco António M. Pires (Coordenador)

Fernando Rosa Rodrigues

José Ventura Fernandes Domingos

Manuel Trindade Ribeiro

José Figueiredo Gaudêncio

RECORDANDO O ANO 1963



Aníbal Silva

Recebemos do associado Aníbal José Bernardes Silva, antigo funcionário da SACOR, uma notícia muito interessante e carinhosa, tanto pela emoção do contexto, como pelo significado que encerra.

Diz-nos o Aníbal Silva que houve um torneio de futebol no ano de 1963, denominado “ Primeiros Jogos Petrolíferos”, onde participaram a SHELL, MOBIL, SONAP, BP, CIDLA e SACOR.

A equipa da SACOR orientada pelo grande David Sequerra, foi a grande vencedora dos jogos. A equipa era constituída por grandes futebolistas famosos como, José Maria, José Mário, Nobre, Costa, que tinha jogado no Sport Clube Guimarães, entre outros.

Ganhou com grande facilidade todos os jogos, excepto com a CIDLA, já que nesta equipa jogaram futebolistas do Sporting entre os quais, Mourato, Galaz e Pastorinha.

Foram bons tempos, em tempos onde a amizade se fortalecia através do desporto.

Aqui fica a foto oficial da EQUIPA DA SACOR em 1963



DELEGAÇÃO DO SUL



Maria José Estevens Rocha (Coordenadora)

José Luís Cravela

José António Mendes Nunes

Fernando António Margarido Mimoso

Carlos Luís Matos Coelho Mesquita Figueiredo

DELEGAÇÃO DO NORTE (CONT.)

VISITA AO WORLD DISCOVERIES

(Museu dos Descobrimentos)

No passado dia 26 de Março, a Delegação do Norte sob a coordenação do colega José Alberto Tinoco, realizou uma visita ao Museu dos Descobrimentos, situado em frente à Alfândega do Porto.

Chegados ao local, ficámos surpresos, não só pelo número de participantes na visita, mas também com o pequeno e característico edifício daquela zona da cidade que acolhe o referido museu.

Fomos acompanhados por um guia ao longo de todo o interessante percurso, tendo iniciado a visita numa sala de mapas, onde os marinheiros estudavam e definiam as rotas das suas viagens e observavam a evolução dos barcos utilizados, desde as Canárias até à longínqua Índia.

Nas salas seguintes havia amostras de diversos produtos vindos do Oriente e que tornavam Lisboa a cidade mais importante e rica do mundo conhecido: especiarias, tecidos luxuosos e louça da China rica e lindíssima.

Observámos também, para além de muitas outras curiosidades, uma recreação do que seria um dos estaleiros navais existentes nas margens do rio Douro para a construção dos barcos. Mas o ponto alto da nossa visita, foi a reconstituição do embarque

num bote da época, no qual navegámos por entre perfeitas reconstruções dos locais onde chegaram os portugueses, desde a costa Ocidental de África a Moçambique, Índia e até ao longínquo Timor.

Todos ficaram agradavelmente surpreendidos com a criatividade e a pedagogia na apresentação do tema.

É uma visita que recomendamos a quem queira aprofundar ou relembrar a epopeia dos Descobrimentos Portugueses.



SAÚDE DE OURO

COGUMELOS SÃO FONTE DE PROTEÍNA

Poucas calorias e muitos nutrientes. Esta é a melhor forma de descrever rapidamente os benefícios dos cogumelos, uma das melhores fontes de proteína não-animal. Embora não falem motivos para incluir este alimento na dieta, aqui vimos revelar algumas boas razões para comer cogumelos. E quanto mais vezes, melhor...

Como conta a revista Fitness, este fungo possui um vasto leque de variedades, sendo algumas usadas na medicina tradicional chinesa, e é rico em vitaminas do complexo B, especialmente o cogumelo portobello, um dos mais consumidos mundialmente.

A presença de vitamina D é outro motivo para comer mais cogumelos, uma vez que este é um dos micronutrientes mais importantes para a saúde, e que mais dificilmente se obtém através da alimentação.

Diz aquela publicação que uma ingestão regular de cogumelos pode prevenir o aparecimento de doenças devido ao elevado teor de antioxidantes, propriedade que permite lutar contra os radicais livres, mantendo o organismo e o sistema imunitário fortalecidos.

Os cogumelos são uma excelente opção nos cozinhados de qualquer pessoa pois o sabor depende muito dos temperos usados e, por isso, o resultado final fica ao gosto de cada um.

Também é de considerar o poder de saciedade dos cogumelos. Apesar de oferecerem pouco mais de 20 calorias por cada 100 gramas (valor calórico que aumenta consoante o tipo de confeção e temperos usados), os cogumelos são altamente saciantes, o que os torna boa opção para quem procura perder peso.



Texto extraído de “Banco da Saúde” por

Helena Duarte

CORPOS SOCIAIS DA ARGE

Por razões técnicas inerentes à produção do boletim anterior, não nos foi possível publicar as composições da Mesa da AG da ARGE e o respectivo Conselho Fiscal, tal como fizemos em relação à Direcção.

Aqui fica o registo para conhecimento geral.

MESA DA ASSEMBLEIA GERAL



Presidente: ***Humberto Duarte Restolho***

1º Secretário: ***Marina Maria dos Santos Carvalho Leitão***

2º Secretário: ***António Manuel Tomé Martins***

CONSELHO FISCAL



Presidente: ***Bráulio Edgar Simões Guerreiro Amado***

Secretário Relator: ***Manuel São Pedro Ramalhete***

1º Secretário: ***Eliseu Antunes Gomes***

Secretário Suplente: ***Maria Preciosa Dias Silva Barbosa Arantes Rocha***

NOVOS ASSOCIADOS

A ARGE DÁ AS BOAS VINDAS A TODOS OS NOVOS ASSOCIADOS

EFETIVOS

Nome	Nº Associado	Nº Mec.
Diamantino de Jesus Gonçalves Miguel	3146	50024
Catarina Isabel Fernandes Eloy	3147	884995
Andresa Sofia Guerreiro Faria	3148	851922
Francisco da Costa	3149	37648
Ricardo Daniel Maio de Barros	3150	894990
Paulo Miguel Amaral de Macedo	3151	895474
Raquel Lucas Nogueira	3152	892343
Alexandra Maria Santos Nascimento Duarte	3153	892416
Anabela Cardoso Esteves Cruz	3154	892319
Gonçalo Pereira da Silveira	3155	55042

AGREGADOS

Nome	Nº Assoc. Agregado
Corina Emilia de Brito Barbosa Mota	A-0121
Maria Zita da Conceição Magalhães Santos	A-0122

FALECIMENTOS

MANIFESTANDO O NOSSO SINCERO PESAR ÀS FAMÍLIAS ENLUTADAS REGISTRAMOS OS SEGUINTE FALECIMENTOS:

SÓCIO	NOME	LOCAL	DATA
1883	Marcelo José da Silva Martins	V. NOVA DE GAIA	14/01/19
0011	António Glória Rodrigues	PORTO	04/02/19
0230	Rui Colaço Maria Jacinto	SARILHOS GRANDES	07/02/19
0543	Orlando Conceição Lucas	SACAVÉM	10/02/19
1912	Ventura da Conceição Machado	AIRÃES	11/02/19
143	António Quatorze	SEMIDE	14/02/19
0073	António Oliveira Bartolomeu	ALHOS VEDROS	10/03/19
2265	Francisco Herculano Pereira da Silva	MEM-MARTINS	13/03/19
2922	Hermínio da Conceição Gomes	BOBADELA LRS	13/03/19
2015	Joaquim Custódio Tavares Faleiro	CORROIOS	18/03/19
2622	Manuel Nunes Soares	QUINTA DO CONDE	21/03/19
0807	José Bento Mota Barbosa	VALONGO	26/03/19
0836	Ernani José Ramos Carvalho	PERAFITA	26/04/19
0571	Artur Augusto Pucarinho	SANTIAGO DO CACÉM	02/04/19
1300	Joaquim Graça Basso	BOBADELA LRS	02/04/19



Desde 1982 a contribuir para o bem-estar e coesão dos seus associados e respetivas famílias.

RECORDAR LEONARDO DA VINCI

Há 500 anos morria aquele que ficou designado pelo “Homem da Renascença”.

Recordar Leonardo Da Vinci na data da sua morte – 2 de Maio de 1519, é enaltecer o génio de um homem de insaciável conhecimento científico e com uma curiosidade sem limites, que nos legou milhares de páginas de apontamentos e esboços sobre os mais variados temas, desde a hidráulica à aerodinâmica, passando pelos mecanismos de várias máquinas, projectos de engenharia, urbanismo, arquitectura, pintura, etc.

Como pintor, foi o expoente maior de toda uma época, sendo um dos artistas mais requisitados da Europa do seu tempo.

Leonardo nasce no dia 15 de Abril de 1452 em Anchiano, perto de Vinci. Era filho ilegítimo de Piero da Vinci, que era notário em Vinci, na Toscânia, oriundo de uma abastada família local, sem ser aristocrática. A sua mãe, Caterina, era uma simples camponesa de Anchiano, nunca reconhecida por Piero como esposa, que a considerava uma aventura ocasional.

Como facto curioso, no ano em que Leonardo nasceu, Piero casou-se com Albiera Amadori que era filha de outro notário seu amigo. Faleceu em 1464 sem lhe dar filhos. Piero voltou a casar mais três vezes. Depois de dois casamentos sem ter filhos, a terceira e quarta mulheres, cada uma, deram-lhe seis filhos.

Poucos meses depois do nascimento de Leonardo, Caterina casou-se com um trabalhador da sua condição que tinha como alcunha – Arranja-Brigas. Foi com ambos que Leonardo cresceu até aos cinco anos, num lugar denominado Campo Zeppi, vizinho de Anchiano, passando depois a viver com os avós paternos.

Alguns estudiosos defendem que Leonardo foi garzone (aprendiz) na oficina do pintor e escultor Verrocchio, com uma idade entre os 14 e os 17 anos.

Ascendeu rapidamente na hierarquia da oficina, passando de aprendiz a mestre com apenas 20 anos.

No ano de 1478 Leonardo produziu aquela que é considerada a primeira obra produzida por conta própria, um quadro de Madonna Benois.

Pese embora ter colocado a pintura em último lugar nas suas habilitações, Leonardo executou vários quadros no seu período em Milão. O primeiro terá sido a Virgem dos

Rochedos, encomendada em 1483 pela Confraria da Imaculada Conceição para o altar da sua capela na Igreja de São Francisco Maior, em Milão. Três anos depois, quando terminou a obra, a mesma foi recusada pela confraria, uma vez que omitiria dois profetas indicados pela confraria, e inseria um João Baptista não previsto.

O quadro foi vendido tendo acabado nas colecções de arte dos reis de França.

Entretanto, em 1495, Leonardo recebeu o encargo de pintar um mural de nove metros de largura no refeitório do Convento de Santa Maria delle Grazie, em Milão, representando A última ceia, terminada em 1498.

No ano seguinte pintou o célebre quadro Salvator Mundi, adquirido recentemente pelo príncipe saudita Badr bin Abdullah pelo valor de 450 milhões de dólares num leilão da Christie's.

Em Florença produziu a sua obra mais famosa “Mona Lisa”, um retrato de Lisa del Giocondo (1479-1542) não se conhecendo com toda a certeza a data em que foi executado.

Recolha feita por José António



CURIOSIDADES



A escolha do tomate deve incidir sobre o tom da pele. Ao contrário da melancia, o melhor estado deste fruto é aquele que conta com a cor mais viva e homogênea e não manchado.



A variação de cor não é a sua única variação. Os femininos (com quatro saliências por baixo) têm mais sementes, são mais doces e por isso são melhores para comer em cru. Já no caso dos masculinos (com três saliências por baixo), são melhores para cozinhar.



Para saber se um ovo está bom para consumo, deite-o num copo cheio de água. Se ele ficar completamente no fundo do copo, significa que está na altura ideal para ser consumido. Se ficar de lado ou na vertical, pode ser consumido, embora já deva ter mais de cinco dias. Se ficar a boiar, não está próprio para consumo.



Tenha atenção à zona por onde esteve preso à árvore. Se estiver amarela, é porque o abacate está no ponto para ser consumido. Se estiver castanha, indica que já passou a altura de ser consumido. Se estiver verde, indica que ainda não está pronto a ser consumido.



Quanto mais manchada melhor. As mais bonitas, com um tom verde forte, ainda não se encontram na fase madura.



Para escolher um abacaxi ou mesmo um ananás, tenha em atenção ao cheiro. Este deve ser forte, intenso e agradável, com as folhas meio secas e de tom alaranjado.



Devemos ter atenção ao tom demasiado vivo e brilhante desta fruta. Pode indicar que a fruta foi alvo de químicos.



No caso da laranja, toranja ou limão, por exemplo, opte pelos mais pesados e de casca mais lisa. Estas características indicam que os frutos têm sumo.



A cor amarelada indica que este fruto está pronto a ser consumido. Se comprar bananas a mais a pensar no consumo uns dias depois, opte por algumas peças mais verdes por serem mais maduras. Quando a cor for acastanhada, a banana já passou a fase ideal para ser consumida.



Associação dos Reformados da Galp Energia

CAMPANHA NOVOS ASSOCIADOS

Que ganho eu em ser associado da ARGE ?

Que ganham os meus familiares em serem associados da ARGE ?

Se ainda estou no activo, o que ganho em ser associado da ARGE ?

A resposta a estas questões é apenas uma
– **Solidariedade** –

Solidariedade no apoio à doença

Solidariedade na ajuda social

Solidariedade nos protocolos com Lares

Convívios culturais através da família Galp Energia

CARO COLEGA NO ACTIVO – CARO COLEGA PRÉ-REFORMADO
CARO COLEGA REFORMADO – CAROS FAMILIARES

Inscrevam-se como Associados
Ajudem a ARGE a ajudar quem mais precisa
Sejam assim mais Solidários

CONTACTOS:  Rua do Alecrim, 57 – 3º | 1200-014 LISBOA

 www.arge.pt

 arge.reformados.galpenergia@gmail.com