



O Golfinho

O PRIMEIRO E ÚNICO INFORMATIVO DE PNL NO BRASIL

ENSINANDO PNL

SENDO CONSCIENTE DE SER INCONSCIENTEMENTE COMPETENTE

por Richard Bolstad, Trainer de PNL

Quando você realmente aprende como ensinar, você ensina como aprender

Eu vivo numa pequena cidade na Nova Zelândia, chamada Christchurch. Aqui, no Colégio de Treinamento de Professores, alguns anos atrás, havia um conferencista bastante excêntrico, chamado John Moffit. John era conhecido pelo seu firme ponto de vista sobre a função do professor. Um dos outros conferencistas chegou para trabalhar, numa manhã, e passou pelo anfiteatro principal, a caminho de sua classe. Ele olhou de relance, e viu John Moffit dando a mais excitante palestra na frente da sala. John estava gesticulando enfaticamente e, obstinadamente, escrevendo no quadro negro. Mas quando o outro palestrante olhou para dentro do anfiteatro, ele estava totalmente vazio. Um pouco preocupado sobre a sanidade de John, ele decidiu discutir o assunto de um modo amável, mais tarde, no chá da manhã.

“John, eu o vi dando uma aula no anfiteatro esta manhã.”

“Sim.” John replicou num carregado acento neozelandês, e com um grande sorriso.

“Mas John, eu devo dizer que notei que parecia não haver nenhum estudante ali.”

“Sim, está certo. Ninguém apareceu esta manhã.”

“E eu notei,” o outro homem continuou, “que você continuava dando aula.” Ele esperava por algum tipo de explicação.

Bastante seguro John explicou “Sim, está certo. Bem, eles me pagam para ensinar, e era isto que eu estava fazendo!”

“Foi neste momento,” o outro palestrante me disse, “que eu finalmente entendi que ensinar e aprender são duas coisas separadas.”

Este é um artigo para professores. Mas é sobre aprendizagem.

Primeira aventura de PNL com ensino

A PNL foi desenvolvida pela modelagem de alguns extraordinários comunicadores. Virginia Satir, por exemplo, era uma agente de mudanças altamente habilidosa. Mas ela confessa, em seus comentários na apresentação do primeiro livro de PNL, *A Estrutura da Magia*, que antes de trabalhar com Bandler e Grinder, “...apesar de eu estar consciente de que as mudanças estavam acontecendo, eu não estava consciente dos elementos específicos que entravam em jogo, os quais faziam a mudança possível.” Na apresentação do livro que Bandler e Grinder escreveram sobre seu trabalho (não traduzido para o português), Milton Erickson diz, “Ao ler este livro eu aprendi muito sobre as coisas que eu havia feito, sem saber sobre elas.”

Isto é para dizer que Satir e Erickson eram habilidosos, mas eles eram, como a maioria dos peritos, habilidosos inconscientemente. Eles não sabiam como faziam o que faziam. Tanto isto era verdade, que a capacidade deles para ajudar as outras pessoas a aprenderem estas habilidades era limitada. A tal ponto que eles podiam ensinar, mas não de uma maneira que os outros pudessem aprender facilmente.

De fato, a história conta do dia em que Satir estava demonstrando para um grupo de

Nesta edição		
1	Ensinando PNL	pág. 1
2	Auto-reconhecimento	pág. 5
3	Livro novo: PNL e Saúde	pág. 6
4	As crianças aprendem aquilo que vivem	pág. 6
5	Revisão de Livro: Pés no chão, cabeça nas...	pág. 7
6	Revisão de Livro: Usando sua Mente	pág. 7
7	Agenda de cursos e workshops	pág. 8

estudantes de psicologia. Ela parou de falar com um casal com o qual ela estava trabalhando, e perguntou se algum dos seus estudantes podia continuar, usando seu método. Um por um, os estudantes tentaram ajudar o casal, mas parecia que nenhum deles sabia como Virginia escolhia o que dizer. No fundo da sala, um jovem estava gravando a sessão de treinamento. Ele era Richard Bandler, um programador de computador e estudante graduado de lingüística na Universidade da Califórnia, e ele não tinha nenhum treinamento em psicologia. Finalmente, após os estudantes de Satir terem falhado, Bandler veio para a frente da sala e se ofereceu para falar com o casal. Surpreendentemente, ele parecia saber exatamente como Virginia estava construindo suas questões e sugestões para o casal. Ouvindo-o era como ouvi-la. Os psicólogos ficaram surpresos. Como este jovem aprendera os métodos de Satir tão precisamente?

PNL é um sistema que possibilita que habilidades sejam transferidas de peritos para estudantes, alguns dos quais são novatos e alguns quase peritos. Neste artigo eu quero apresentar três modelos simples para entender este processo ensinando-aprendendo (Modelo 4MAT de McCarthy, Modelo das Etapas de Aprendizagem de Maslow e o Modelo de Perícia de Dreyfus), e algumas implicações importantes para os professores (incluindo professores de PNL).

SISTEMA 4MAT DE BERNICE McCARTHY

Bernice McCarthy desenvolveu o sistema 4MAT baseado no seu estudo de inúmeros modelos de ensino, incluindo a PNL e a teoria de Estilo de Aprendizagem de David Kolb. Kolb notou que os estudantes têm diferentes estilos preferidos de aprendizagem. Para simplificar, pergunta-se aos estudantes quatro questões diferentes, em relação ao processo de aprendizagem:

1. Por quê? Estes estudantes querem conhecer a razão para aprender. Kolb os chama de "Divergentes";
2. O quê? Estes estudantes querem conhecer os fatos e conceitos. Kolb os chama de "Assimiladores";
3. Como? Estes estudantes querem praticar e fazer algo. Kolb os chama de "Convergentes";
4. E se...? Estes estudantes querem testar as variações. Kolb os chama de "Conciliadores".

Kolb indicou que cada um dos quatro grupos de estudantes está focado em uma etapa do ciclo de aprendizagem. Este ciclo inicia com a identificação da razão para aprender, formulando conceitos sobre o assunto, usando ativamente os conceitos, especulando sobre os resultados do uso dos conceitos e testando-os na vida afora, e identificando novas razões para aprender mais. A pesquisa de Kolb verificou

...continua

Livro: A Estrutura da Magia II (em espanhol)

**Ainda temos alguns exemplares disponíveis,
entre em contato por telefone, e-mail ou carta.**

A direção de "O Golfinho"

MARTA ECHENIQUE E ANTÔNIO CELSO AYUB CURSOS DE FORMAÇÃO EM PNL

Practitioner — semi-extensivo — Quartas-feiras das 19 h às 22 h 30 min.

Início 15/04/97 Duração 120 h

Master Practitioner — semi-extensivo — Terças-feiras das 19 h às 22 h 30 min.

Início 14/04/97 Duração 120 h

Ambos terão atividades intensivas em 3 fins de semana — datas a combinar.
(sexta à noite, sábado e domingo em dois turnos)

Trainer — Duração: 2 anos — Pressupõe ter cursado Master-Practitioner.

Interessados no trainer devem marcar entrevista

Investimento: Practitioner e Master Practitioner: R\$ 1.350,00 (à vista) ou 3 x R\$ 500,00, outras modalidades: a combinar

Informações e inscrições : tels. (051) 222-1455 e 332-8525 P. Alegre-RS

que os estudantes estavam distribuídos pelos quatro grupos. McCarthy indicou que diferentes estilos de ensinar eram exigidos para cada estágio do ciclo de aprendizado, e que modelos de aprendizagem acelerada, como os de PNL, estavam fornecendo as ferramentas necessárias para atingir as necessidades dos quatro grupos. A informação sobre os quatro quadrantes está sumarizada na tabela abaixo:

<p style="text-align: center;">4. E se... Conciliadores</p> <p>Estes estudantes querem considerar as aplicações futuras do que eles estão aprendendo.</p> <p>Professores podem ser consultores enquanto eles exploram as questões sobre o que pode acontecer, ensinando para eles mesmos e para outros.</p> <p>Pergunte após um exercício, "Que questões e que comentários você tem?"</p> <p style="text-align: right;">32,7% das mulheres e 19,6% dos homens. ↗</p>	<p style="text-align: center;">1. Por quê? Divergentes</p> <p>Estes estudantes querem saber por que eles devem aprender isto.</p> <p>Professores podem motivá-los dando as razões no início de uma sessão de treinamento.</p> <p>Para verificar sua disposição para aprender, pergunte</p> <p style="text-align: center;">"Seria isto útil para você?"</p> <p style="text-align: right;">25% das mulheres e 19,4% dos homens. ↘</p>
<p style="text-align: center;">3. Como? Convergentes</p> <p>Estes estudantes querem experiências praticas e exercícios para fazer com as informações dadas.</p> <p>Professores podem dar os exercícios e treiná-los enquanto eles os fazem.</p> <p>Para verificar quando eles estiverem prontos para fazer o exercício, pergunte "O que mais vocês precisam saber para fazer o exercício?"</p> <p style="text-align: right;">14,8% das mulheres e 23,5% dos homens ↙</p>	<p style="text-align: center;">2. O quê? Assimiladores</p> <p>Estes estudantes querem conhecer a informação, e formular conceitos sobre ela.</p> <p>O professor pode dar informação e teoria.</p> <p>Para verificar o seu entendimento, pergunte</p> <p style="text-align: center;">"O que mais vocês necessitam conhecer?"</p> <p style="text-align: right;">27,5% das mulheres e 37,5% dos homens ↖</p>

USANDO O 4MAT EM TREINAMENTO DE PNL

Como um Trainer de PNL pode aplicar o 4MAT? Em termos simples, ele pode aplicá-lo:

1. Explanando por que o assunto é merecedor de ser aprendido. Eles podem verificar que as questões "Por quê?" são respondidas para os Divergentes ao perguntar "Seria isto de uso para você?". Se a resposta é não, continue explanando ou demonstrando "Por quê?" até que os estudantes fiquem motivados;

2. Ensinando os conceitos do assunto e o esboço do processo se existir algum. Eles podem verificar que a informação é conduzida adequadamente para os Assimiladores com questões como "O que mais você necessita saber?";

3. Demonstrando o uso desta informação (por exemplo, demonstrando o processo), a qual dá aos estudantes uma experiência indireta ("Como"). Então dê a eles um exercício para praticar usando a informação. Para verificar que os Convergentes estão prontos para fazer o exercício, pergunte "O que mais você necessita saber para fazer o exercício?" e filtre questões sobre coisas as quais "podem acontecer" ou especulativas "E se..." (as quais irão fazer mais sentido após o exercício);

4. Incentivando perguntas e comentários após o exercício. Neste estágio, perguntas sobre aplicações fora da sala de treinamento podem ser respondidas, inclusive perguntas sobre o que pode ser diferente do processo esperado ou demonstrado. Isto responde particularmente às necessidades dos Conciliadores.

É também importante entender que pessoas comprometidas com um dos estilos de aprendizagem poderiam ficar contentes em passar todo o treinamento respondendo apenas as suas questões. **Divergentes** querem um orador motivacional; eles podem sempre descobrir os fatos e testá-los mais tarde, somente se você incentivá-los agora! **Assimiladores** preferem que você repita dez vezes os conceitos; eles imaginam que podem praticar mais tarde. O professor ideal para os Assimiladores é um palestrante. **Convergentes** não querem conversa; eles querem pegar e fazer; direto do início, antes que eles realmente descubram o que é o exercício. A sua situação ideal de aprendizado é técnica de "laboratório", onde as pessoas somente

testam as coisas em ação, mais propriamente do que teorizam sobre elas. **Conciliadores** querem criar hipóteses sobre o que pode acontecer em situações obscuras, mesmo antes que eles saibam qual é o processo básico. Eles só querem o treinador como colega para especular junto. O papel do treinador implica assegurar que todas as quatro questões são respondidas, coordenando a sequência com o ciclo natural de aprendizagem ("por que?" - "o quê" - "como" - "e se...").

4MAT é quase a maior escala de estratégia de ensino. Em termos de PNL qualquer processo pode ser pensado como uma estratégia, tendo quatro etapas:

Trigger - GATILHO (algo que deixa você saber que é hora para começar, e define qual resultado você quer);

Operation - OPERAÇÃO (a coleta dinâmica na etapa de informação);

Test - TESTE (comparando os resultados que você conseguiu na Operação com os resultados que você pretendia, a partir da etapa do Gatilho);

Exit - SAÍDA (os resultados da comparação; a indicação que você terminou ou que você necessita começar a estratégia de novo).

Respondendo a questão "Por quê?" é o Gatilho para fazer a Operação de ensino ("O quê?"). Então quando você dá um exercício para os estudantes (o "Como"), você como professor pode comparar os resultados com os resultados pretendidos, e os resultados deste Teste são confirmados na revisão final, no estágio do "E se...", o qual é a Saída.

.....continua no próximo número.

Richard Bolstad é professor e um Trainer de PNL do Transformations International Training & Consulting. Phone/Fax: +64(03) 337-1852, 26 Southampton Street, Christchurch 2, New Zealand.

E-mail: nlp@chch.planet.org.nz

Home Page: <http://www.cybermall.co.nz/nz/nlp/>

Tradução: J. V. Figueras Revisão: M. H. Lorentz

Curso de Practitioner de Programação Neurolingüística

Venha desenvolver mais habilidades e mais conhecimentos do que em qualquer outro período de sua vida. Os melhores practitioners de PNL fizeram o Curso de Practitioner duas vezes. Venha redescobrir a PNL de um ponto de vista que você não conhece.

com George Vittorio Szenészi, MSc

Certified Trainer de PNL da International Association of Neuro-Linguistic Programming

Opções:

Organizações & Desenvolvimento Pessoal - *Para Empresas e outros profissionais*
Terapia & Saúde - *Para médicos, psicólogos e terapeutas da área mental*
130 h divididas em 4 Módulos. Certificado com reconhecimento internacional.

50% de desconto para quem deseja repetir seu Practitioner conosco.

Em Florianópolis - 1º Módulo 25 a 28 de Abril

Informações

Fone (048)334-0720

Fax (048) 334-4593

 **Metaprocessos Avançados**

CENTRO DE PROGRAMAÇÃO NEUROLINGÜÍSTICA DE SANTA CATARINA

www.metaprocessos.com.br

A partir do momento em que aquela satisfação produzida pelo auto-reconhecimento é sentida profundamente, o significado da auto-estima pode se tornar perceptível e talvez consciente.

O sentido da auto-estima, além de estar na realização material, está no reconhecimento do valor dos próprios pensamentos, sentimentos e ações experimentado antes, durante e depois do cumprimento das metas.

Independente do reconhecimento dos outros, tudo que foi feito por uma pessoa tem um valor que transforma-se numa realidade interna depois de reconhecido e sentido honestamente por quem o fez.

Ninguém pode roubar de um ser humano o prazer de sentir satisfação com as suas realizações a menos que o próprio realizador o permita; portanto, confiar nas próprias habilidades e fazer uma avaliação realista da própria competência gera sentimentos de segurança e prepara qualquer um para o encontro com a auto-estima.

O auto-reconhecimento estabelece um clima construtivo de caráter permanente, portanto o fato de alguém reconhecer ou ignorar nossos feitos, valorizá-los ou não, jamais deve ser tomado como referência absoluta ou como a única verdade.

O vencedor sabe que a opinião alheia merece ser considerada e respeitada mas a coloca em segundo plano visto que só ele tem acesso a informações do mundo interior sobre o seu próprio valor.

A medida do valor de uma pessoa depende menos das opiniões dos outros do que daquilo que ficou registrado no seu inconsciente a respeito do que ela viveu e de como viveu as experiências do passado, incluindo os perigos, sofrimentos, desafios, realizações, crises, alegrias, riscos e muito mais.

Os arquivos do inconsciente não emitem julgamentos nem opiniões a respeito do valor de uma pessoa, mas fornecem dados que indicam o que falta aprender e o que pode ser melhorado. O tamanho do valor pessoal se expressa por um índice abstrato que também computa a percepção que o indivíduo tem das suas posturas diante desses dados. Sendo assim, é interessante consultar o que está registrado nos arquivos internos antes de dar crédito a opiniões (favoráveis ou não) vindas dos outros.

O valor de uma pessoa aparece naturalmente e é projetado no mundo exterior depois de reconhecido e sentido profundamente por ela mesma.

Marilande G. Merçon S.Santos
Tel.: (021) 294-1779 Fax.: (021) 522-3446
E-mail: mlande@ibm.net

Curso de Hipnose Clínica I

Um programa especial para oferecer a você, de modo objetivo, instrumentos e habilidades para lidar com o inconsciente de seu cliente durante os processos terapêuticos. Destinado a profissionais das áreas de saúde física e mental que desejam aumentar sua eficiência e flexibilidade terapêutica.

com **George Vittorio Szenészi, MSc**
Professor do American Board of Hypnotherapy

*Indicações, contra-indicações e testes de hipnose - Hipnose clássica e hipnose ericksoniana
O uso da levitação da mão - Indução rápida de transe - Sinais ideomotores
e a conversa com o inconsciente - A sessão de hipnose*

Em Porto Alegre: 1 a 3 de maio

Este curso é pré-requisito para a formação em Terapia da Linha do Tempo

Consultiva

Fone/Fax(051) 473-5088 Rml 473
e Cel. (051) 961-6230

 **Metaprocessos Avançados**

CENTRO DE PROGRAMAÇÃO NEUROLINGÜÍSTICA DE SANTA CATARINA

www.metaprocessos.com.br -Fone(048)334-0720

Recomendamos livro novo: PNL e Saúde
Recursos da PNL para uma vida saudável
Ian McDermott e Joseph O'Connor - Summus Editorial

As crianças aprendem aquilo que vivem

Dorothy Law Nolte

- Se uma criança vive com crítica, ela aprende a condenar.
- Se uma criança vive com hostilidade, ela aprende a lutar.
- Se uma criança vive com o ridículo, ela aprende a ser tímida.
- Se uma criança vive com humilhação, ela aprende a sentir-se culpada.
- Se uma criança vive com tolerância, ela aprende a ser paciente.
- Se uma criança vive com estímulo, ela aprende a confiar.
- Se uma criança vive com elogio, ela aprende a valorizar.
- Se uma criança vive com proibição, ela aprende justiça.
- Se uma criança vive com segurança, ela aprende a ter fé.
- Se uma criança vive com aprovação, ela aprende a gostar de si mesma.
- Se uma criança vive com aceitação e amizade, ela aprende a descobrir amor no mundo.

Do livro: Revolucionando o Aprendizado de Gordon Dryden e Jeannette Vos - Makron Books

GRUPO de ESTUDOS de CASO

Levando a PNL à prática efetiva na atividade clínica e organizacional

Supervisão: Dra. Marta Echenique - Psicóloga e Trainer de PNL

Sextas-feiras, horário a ser definido pelo grupo

Pré-requisito: Practitioner em PNL

Local: Av. Itaqui, 174 Porto Alegre-RS

Informações: Tel. (051) 332-8525 ou 224-2754 Fax (051) 330-8505

Habilidades de Comunicação

(Para pequenos e grandes grupos)

Supervisão: Dra. Marta Echenique - Psicóloga e Trainer de PNL

Quinzenalmente às quintas-feiras das 20 às 22h

Sem pré-requisitos

Local: Av. Itaqui, 174 Porto Alegre-RS

Informações: Tel. (051) 332-8525 Fax (051) 330-8505 ou 330-5898

Revisão de livro:

PÉS NO CHÃO, CABEÇA NAS ESTRELAS - Dr. Lair Ribeiro - Editora Moderna

Esta é a versão para jovens do primeiro e mais famoso livro de Lair Ribeiro, "O sucesso não ocorre por acaso". Feito na medida certa para agradar àqueles que não têm o hábito de ler livros de formato convencional, este certamente atrairá o jovem.

O livro traz o mesmo conteúdo de "O Sucesso ..." colocado, no entanto, de forma especialmente atrativa. É dividido em minicapítulos, que têm oito páginas em média, em letra grande, e dentro deste capítulo se encontra uma página com um texto não diretamente ligado ao assunto que está discorrido e páginas com desenhos intrigantes e páginas com frases em letras garrafais. As páginas são marcadas com estrelas e símbolos de computador e a linguagem escrita contém gírias e palavras que se identificam com o jovem. Por tudo isso, este é o livro da hora para os nossos jovens, vá rapidinho adquirir um para o seu.



Revisão de Livro: (De volta aos Básicos)

USANDO SUA MENTE - As coisas que você não sabe que não sabe

Richard Bandler - Summus Editorial

Este livro de Richard Bandler é da fase inicial da PNL, publicado após os conhecidos "A estrutura da magia", "Sapos em príncipes", "Atravessando" e "Ressignificando", aqui já separado de seu parceiro John Grinder.

O livro tem a introdução de Connirae e Steve Andreas, que provavelmente também foram os seus organizadores e editores.

O primeiro capítulo "Quem está ao volante?" está escrito como se estivéssemos em um seminário e Richard Bandler está ali a nos contar como funciona a PNL e suas experiências com ela.

O segundo capítulo é uma aula completa sobre submodalidades, e no terceiro capítulo está a técnica de cura rápida de fobias.

O quinto capítulo se chama "Metas" mas é sobre estratégias de motivação. E após encontramos os capítulos que tratam de confusão e compreensão, dúvida e convicção. No oitavo capítulo estão técnicas de aprendizagem, e o nono é a descrição da técnica do "Swish".

Na conclusão, assim como em todo o livro, Richard Bandler nos conta episódios pelos quais passou e vivenciou, e que aprendizados tirou deles. É importante a qualquer um que se denomine practitioner de PNL ler e reler alguns livros básicos iniciais, e certamente este é um deles. O que se pode garimpar do que está explícito e também nas entrelinhas, com a impressão de que o autor está ali, à nossa frente, conversando com a gente, dá a este, e a outros livros do autor, um valor todo especial.

As palavras do autor: "A diferença da PNL é que construímos de propósito mentiras para entender a experiência subjetiva do ser humano. Ao se estudar a subjetividade, não há por que ser objetivo..."

Revisões feitas por Márcia Hexsel Abichequer - Médica e Master Practitioner em PNL



TESTES E LIVROS DE: PSICOLOGIA, PEDAGOGIA, ADMINISTRAÇÃO (RH), PNL E FONO.

LIVROS À VISTA 10 % OU CHEQUE PÓS-DATADO PARA 30 DIAS



TRABALHAMOS COM TODAS AS EDITORAS
BASTA INFORMAR O TÍTULO E A EDITORA
CONSULTE-NOS - REMESSAS POR SEDEX

Agora com tele-entrega



TAMASA Rua Félix da Cunha, 360 lj105 - B.Floresta - P.Alegre/RS Fones: (051) 222-1997/9695 Fax: 222-1997

TEMPO Av. Pernambuco, 2623 cj. 405 - B.Floresta - P.Alegre/RS Fone: (051) 222-9609 Fone/fax: 222-6667

AGENDA DE CURSOS WORKSHOPS E EVENTOS

ABRIL

1 - Curso de Foleitura com Huáras Duarte em São Paulo

Dias: 3, 4 e 5 de abril Tel. (011) 288-3771

2 - Curso Practitioner de Programação Neurolingüística

Metaprocessos Avançados - George Vittorio Szenészi

25 a 28 de abril - 1º módulo - Florianópolis-SC Fone (048) 334-0720

3 - Cursos Practitioner, Master Practitioner e Trainer

Com Marta Echenique e Antônio Celso Ayub

Veja anúncio pág. 2

4 - Vivendo Valores na Educação - Palestra aberta ao público

Local: Câmara Municipal de Porto Alegre com Pilar Quera Colomina da Espanha

Data: 8 de abril de 1998 Horário: 19 h 30 min

5 - Habilidades de Comunicação - Dra. Marta Echenique

Quinzenalmente às quintas-feiras, das 20 h às 22 h

Informações fone: (051) 332-8525

MAIO

3 - Hipnose Clínica I

Metaprocessos Avançados - George Vittorio Szenészi

1º a 3 de maio - Porto Alegre-RS Fone (051) 473-5088 ramal 473 ou 961-6230

4 - Hipnose Clínica I

Metaprocessos Avançados - George Vittorio Szenészi

13 a 15 de maio - São Paulo-SP Fone (011) 820-5980 ou fax (011) 241-5838

5 - A Arte de Construir Seu Futuro

Metaprocessos Avançados - George Vittorio Szenészi

16 e 17 de maio - São Paulo-SP Fone (011) 820-5980 ou fax (011) 241-5838

JUNHO

6 - Master Practitioner de Programação Neurolingüística

Metaprocessos Avançados - George Vittorio Szenészi

20 a 28 de junho - 1º módulo - São Paulo-SP

18 a 26 de julho - 2º módulo - São Paulo-SP Fone (011) 820-5980 ou fax (011) 241-5838

JULHO

7 - Curso Practitioner de Programação Neurolingüística

Metaprocessos Avançados - George Vittorio Szenészi

1º a 5 de julho - São Paulo-SP Fone (011) 820-5980 ou fax (011) 241-5838

Envie sua colaboração para as diversas seções para:

"O GOLFINHO" - Diretora: M. Helena Lorentz

Tel/fax (051) 330-2005



Rua Cel. Aurélio Bittencourt, 110 ap. 101

90430-080 PORTO ALEGRE-RS - BRASIL

E-mail: golfinho@conex.com.br

Home page: <http://www.pnlbrasil.com.br>

PARA ANÚNCIOS OU ASSINATURAS ENTRE EM CONTATO CONOSCO