

ÍNDICE

Introdução	3
Os Grandes Temas	4
Como Proteger o Ambiente na sua Vida Pessoal	6
Como Proteger o Ambiente na sua Casa	12
Como Proteger o Ambiente fora de Casa	20
A Quem Recorrer	24
O que Ler	34

INTRODUÇÃO

No momento em que a defesa do meio ambiente atinge as manchetes dos jornais e torna-se um assunto do dia-a-dia, muitos podem estar se perguntando: o que eu posso fazer efetivamente a favor do meio ambiente?

A maioria das campanhas ecológicas e das preocupações dos ambientalistas tem sido a preservação de animais e de regiões distantes dos grandes centros, muitas vezes desconhecidos para o cidadão comum. É o caso das ações pela defesa da Amazônia, do mico-leão-dourado, do Pantanal ou da camada de ozônio.

Reconhecendo a validade destas causas, muitas pessoas gostariam de fazer algo a favor do meio ambiente. Mas para muitos, as causas como as mencionadas acima são muito distantes, ou então só podem ser apoiadas na teoria, dando uma sensação de impotência. Faltava uma forma para que qualquer cidadão pudesse contribuir na prática com a sua parte.

Este guia foi elaborado para estas pessoas, que sempre tiveram vontade de ter uma conduta "ecologicamente correta", mesmo que fosse em relação às pequenas coisas do cotidiano, e que estavam precisando de um empurrão para começar a agir.

Mas mesmo se você nunca pensou que ia defender o meio ambiente de algum jeito, vale ler até o fim este guia. Estamos torcendo para você se contagiar e se tornar mais um aliado nesta campanha mundial, cujo maior beneficiado será o Planeta Terra, e, conseqüentemente, nós mesmos e nossos descendentes.

Mesmo ficando empolgado e começando a convencer parentes e amigos a acompanhá-lo, cuidado para não se tornar inconveniente. Nem todos partilham dos mesmos ideais, mas você perceberá, com o tempo, que o seu pioneirismo terá eco nas pessoas sensíveis e preocupadas com o bem estar da humanidade.

OS GRANDES TEMAS

Destruição da Camada de Ozônio

Em volta da Terra existe uma camada de gases, que varia entre 20 e 25 quilômetros de altitude. Nessa camada, concentram-se muitos gases naturais e alguns poluentes fabricados pelos homens. Os gases vivem se combinando e recombinando em complicadas reações químicas, muitas vezes "acionadas" pela luz solar. É aí que se forma o ozônio, composto de três átomos de oxigênio e altamente instável.



O ozônio funciona como um filtro químico do planeta, absorvendo os raios ultravioleta do Sol. Alguns produtos químicos feitos pelo homem — como os CFCs, Halons e HCFCs — estão destruindo esse ozônio protetor. Sem o filtro, mais raios ultravioleta estão atravessando nossa atmosfera e causando mais casos de câncer de pele e doenças dos olhos. Por isso a enorme preocupação em banir completamente o uso de gases capazes de afetar a camada de ozônio que nos protege.



4



Efeito Estufa

A mesma camada de gases onde está o ozônio, em volta da Terra, tem gás carbônico, metano, monóxido de carbono e outros gases capazes de "prender" o calor na atmosfera. São os chamados gases do efeito estufa, porque funcionam como uma estufa de vidro, dessas usadas para cultivar plantas. Estes gases são naturais e sempre foram emitidos por vulcões, florestas, pântanos, etc.

O calor do efeito estufa tornou possível a vida na Terra e é o que mantém todos os seres vivos. Só que, no último século, o homem também passou a produzir grandes quantidades de gases do efeito estufa e os vulcões, florestas e pântanos não deixaram de emitir tais gases. Ou seja, temos uma "estufa" com "paredes" cada vez mais grossas e parece que a Terra está esquentando demais.

Se não diminuirmos a produção desses gases, o clima pode mudar e com conseqüências drásticas para a sobrevivência da humanidade: os mares subiriam, a agricultura teria de ser totalmente reformulada, espécies desapareceriam, outras provavelmente tomariam seu lugar na Terra.



5

COMO PROTEGER O AMBIENTE NA SUA VIDA PESSOAL

Na vida pessoal de cada cidadão, diversos produtos cosméticos, hábitos alimentares e hábitos de consumo, podem contribuir para a deterioração ambiental. Veja o que é possível mudar na sua vida sem muito esforço, em benefício de um ambiente mais saudável e da preservação das espécies:

Cosméticos e os Animais

- Muitos produtos cosméticos ainda são feitos com óleo de espécies animais ameaçadas de extinção. A indústria cosmética evoluiu muito nos últimos anos, aprendeu a sintetizar em laboratório substâncias que antes só se conseguia extrair diretamente dos animais. Por isso, já se pode conseguir os mesmos efeitos dos antigos óleos à base de animais silvestres com produtos vegetais. Assim foi, por exemplo, com o óleo de jojoba, uma planta do México, que substituiu diversos subprodutos à base de óleo de baleia. Preste atenção nos rótulos dos cosméticos que você usa. Não use sabonete de óleo de tartaruga. Evite estimular o mercado de subprodutos de animais ameaçados.

6



Cosméticos e a Camada de Ozônio

- Quando inventaram o spray e passaram a vender fixadores para cabelos, medicamentos e desodorantes em embalagens com aerossol, os laboratórios ainda não sabiam dos danos que podiam provocar à camada de ozônio. Os diversos tipos de gases usados nos sprays são da família dos cloro flúor carbono, que contribuem para a destruição do ozônio na alta atmosfera. Portanto, ao comprar produtos em embalagens spray, prefira embalagens substitutas de spray por pressão, por exemplo. Se não encontrar, verifique se o produto contém um selo garantindo não usar CFCs.

Enfeites às custas de Animais

- Muitas jóias e bijuterias são fabricadas com pedaços de animais. Em alguns casos, são apenas subprodutos de criações de animais domésticos e o impacto de sua produção não é significativo, como as tiaras e fivelas feitas de osso de boi. Em outros casos, porém, a indústria se utiliza apenas daquele pedaço do animal e é calcada na matança indiscriminada e contrabando da fauna silvestre, causando grande impacto sobre as espécies. Não estimule essa indústria. Prefira jóias e bijuterias sem impacto ambiental.



O Marfim

- O marfim, por exemplo, é belíssimo, mas esta indústria é um retrato do desperdício: elefantes enormes são mortos aos milhares para a retirada do marfim. Suas carcaças apodrecem sem uso e a estrutura social das manadas de elefantes é

7

perturbada, porque se mata preferencialmente seus líderes, os machos adultos. Troque o marfim por pérolas cultivadas. A beleza é comparável e o impacto ambiental bem menor.



Os Corais

- Outro tipo de decoração de efeito devastador é o coral. Para retirar os corais do fundo do Mediterrâneo, por exemplo, os barcos saem puxando correntes pesadas, que destroem tudo por onde passam. Um recife de coral leva milhares de anos e precisa de milhões de pequenos organismos vivos para se formar. Toneladas de recifes são destruídas para se obter alguns pedacinhos de coral. Troque o coral por pedras semi-preciosas, como a ágata ou a granada, cuja extração tem impacto ambiental apenas pontual.

Couro dos Jacarés



- Na mesma linha, são igualmente problemáticos os sapatos, cintos e bolsas de pele de jacaré. Milhares de jacarés continuam sendo mortos todos os anos no Pantanal para virar um detalhe num sapato. Os jacarés têm seu papel no equilíbrio dos ecossistemas. Se as variações de couro de boi à venda no mercado não são suficientes para acompanhar o seu guarda-roupa, procure conhecer os sapatos, cintos e bolsas feitos com couro de peixe ou rãs criados em cativeiro. O efeito é muito semelhante ao do couro de jacaré, sem o impacto deste sobre as espécies silvestres.

Os Casacos de Pele

- Nem seria preciso falar dos casacos de pele, se a moda não estivesse voltando. Casacos de pele de animais silvestres quase levaram à extinção focas, martas, arminhos e visons. Nos últimos anos passou a ser perigoso sair com casacos desses bichos nas ruas da Europa e Estados Unidos, devido à ação dos ativistas mais radicais, que rasgavam ou pintavam os casacos. Aqui no Brasil esse movimento não pegou, mas será que os tecidos de lã ou as mil maneiras de tratar o couro de boi não bastam? Use modelos exclusivos, ou apliques de pele de coelho. Tire a fauna silvestre dos ombros.

Alimentos em Geral

- No Brasil, a luta pela sobrevivência leva muitos grupos sociais a desrespeitar normas feitas para o longo prazo, em benefício de efeitos de curto prazo. Assim é principalmente com os alimentos extraídos das matas, dos rios e dos mares. A única linguagem que faz efeito nesses casos é a do mercado consumidor. Os boicotes organizados não fazem parte da nossa cultura, mas há sempre a alternativa de não compactuar pessoalmente.

O Palmito

- O palmito extraído de matas nativas, sobretudo nas regiões Nordeste e Sudeste, contribui para o desequilíbrio de ecossistemas já muito depauperados. Muitas vezes esses palmitos são retirados de parques ou áreas protegidas e vendidos nas estradas. Não compre palmito sem ter certeza que são produzidos em plantações racionais. Verifique os rótulos antes de comprar.

Peixes fora da Época

- Os peixes de rio são protegidos por lei durante o período de desova. A lei existe para assegurar a sobrevivência a longo prazo dos peixes e, por consequência, das comunidades de pescadores. Mas não é respeitada, e já se nota a diminuição drástica dos peixes em quase todo o território nacional. Fique atento aos jornais e noticiários. Todo ano é noticiado o início e o fim da piracema, a época de reprodução durante a qual os peixes não podem ser pescados. Não compre peixe fresco nesta época.

Os Produtos do Mar

- As lagostas, camarões e alguns peixes de água salgada também são protegidos por lei, no período de defeso. Como os peixes de rio, eles precisam desse defeso para se reproduzir e garantir a sobrevivência de longo prazo. Substitua esses alimentos na sua dieta, durante o período anunciado nos jornais.

Outros Alimentos

- Se você consome produtos de outras regiões ou do exterior, procure aprender sobre a extração e o processamento destes alimentos. Existem muitas opções no mercado, de alimentos seguros e com baixo impacto ambiental. Existem também produtos florestais de cujo consumo depende a sobrevivência de comunidades tradicionais, que protegem os recursos florestais. A compra desses produtos estimula os chamados “povos da floresta” ou comunidades tradicionais a continuar preservando os ecossistemas de onde eles saem. É o caso das castanhas-do-pará, por exemplo.

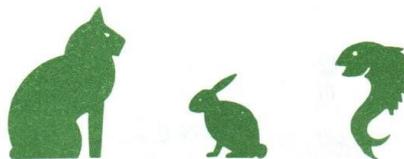
Filhos

- A superpopulação é uma das maiores preocupações dos ambientalistas de visão global. Até o ano 2000 seremos 8 bilhões de pessoas, dividindo recursos finitos e consumindo a mesma água, a mesma energia e mesma quantidade de hectares agricultáveis do planeta. Quando planejar sua família, pense no impacto de cada ser humano sobre os recursos naturais. Considere a possibilidade de adotar uma segunda ou terceira criança.

- Explique aos seus filhos porque você optou por produtos e hábitos menos prejudiciais ao ambiente. Eles têm em você um modelo e podem ser porta vozes do esforço que você faz pela qualidade de vida deles.

Animais de Estimação

- A companhia dos bichos em casa é saudável. Mas preste atenção no animal que escolher para companheiro. Dê preferência aos bichos domésticos, criados em cativeiro há séculos. Adote cachorros, gatos, coelhos, galinhas, patos ou peixes nascidos e criados em cativeiro. Araras, papagaios, macacos, passarinhos nativos, peixes retirados da natureza fazem falta nos ecossistemas de onde eles saíram. Assim você estará combatendo o comércio clandestino de animais silvestres.



COMO PROTEGER O AMBIENTE NA SUA CASA



Os grandes problemas ambientais originados em nossas casas estão relacionados ao consumo de energia e água. Mas também existem pequenos cuidados que se tomar com os esgotos, o lixo, as compras ou as plantas. Confira.

Energia

- Não se produz energia elétrica sem impacto ambiental: hidrelétricas inundam ecossistemas naturais, termoeletricas e geradores a diesel ou carvão emitem gases poluentes e causam chuva ácida, usinas nucleares são muito suscetíveis a vazamentos e acidentes com combustíveis radioativos. As fontes de energia solar, eólica (ventos), geotermal (gêisers) e outras alternativas menos agressivas, não estão disponíveis em grande escala. Por isso, não desperdiçar energia, ainda é a nossa melhor contribuição para o ambiente.



12

Economia com Eletrodomésticos

- No Brasil, como a energia elétrica é barata, poucos se importam com luzes acesas, portas de geladeira abertas e televisões ligadas o dia inteiro. Talvez não pese no seu bolso, mas para o ambiente faz diferença se você apagar as luzes desnecessárias, desligar os eletrodomésticos quando eles não estiverem sendo usados, desligar a TV quando ninguém está vendo, desligar ou diminuir o ar condicionado.

- Existem vários eletrodomésticos projetados para economizar energia. Você pode ter a mesma geladeira, ventilador, microondas, ar condicionado ou liquidificador consumindo menos energia. Não faz diferença no seu dia a dia, mas diminui o impacto ambiental da produção de mais energia.



Geladeira e Freezer

- Regular os motores da geladeira e freezer e checar vazamentos também reduz o consumo de energia. Muitas vezes a porta da geladeira ou do freezer não veda bem, o ar frio escapa e os motores ficam trabalhando à toa. Feche a porta da geladeira com uma folha de papel entre as borrachas de vedação da porta e depois puxe a folha. Se o papel sair com facilidade provavelmente há problemas de vedação. Para acabar com o problema troque as borrachas.



13

Chuveiros e Torneiras Elétricas

- Depois da geladeira e do freezer, chuveiros e torneiras elétricas são os maiores consumidores de energia de uma casa. Se estiver construindo e puder investir na energia solar, prefira água aquecida pelo Sol. Num país tropical, como o Brasil, mesmo durante o inverno, o Sol é suficiente para aquecer a água. Este é um dos poucos usos da energia solar acessível ao público.

Construções que poupam energia

- Outra maneira de usar o Sol no lugar da energia elétrica é abrir janelas e clarabóias para iluminar naturalmente sua casa. Quando se está construindo é fácil planejar a iluminação natural. Num país tropical, o Sol é abundante e pode substituir luzes acesas nos corredores, sem poluição e de graça!
- Se você não está construindo, o Sol também pode ser seu aliado. Verifique a planta de sua casa. Certamente há pontos onde podem ser abertas clarabóias, onde telhas ou tijolos opacos podem ser substituídos por telhas ou tijolos de vidro.

Economizando Água

Em segundo lugar, entre os problemas ambientais originados numa casa, estão os vários tipos de poluição e mau uso da água tratada. Para levar água limpa aos encanamentos da sua casa, o governo gasta dinheiro, substâncias químicas perigosas para estocar, como o cloro, e depende de uma vasta rede coletora de água posteriormente despejada nos rios.



Água Tratada

- A água tratada tem custo ambiental. Não lave a calçada ou o quintal empurrando a sujeira com o jato da mangueira. Use vassoura ou baldes. Não lave a louça, o carro ou o cachorro nem escove os dentes ou faça a barba com a torneira aberta. Abra quando precisar da água e feche em seguida. A torneira aberta gasta muito mais água do que se imagina.
- Existem descargas de privada econômicas, que fazem o mesmo serviço usando menos água. Até vasos sanitários têm sido reprojatados para gastar menos água.



A coleta seletiva

- Já existe coleta seletiva de lixo em diversos bairros das grandes cidades, sobretudo das regiões sul e sudeste. Coleta seletiva é o recolhimento do lixo reciclável separado do lixo não reciclável. Mesmo nos bairros e cidades onde não há coleta seletiva, começam a surgir containers para depósito de latas, vidros, plásticos e papéis. E onde não há containers existem garrafeiros, jornaleiros e outros coletores de material usado.

Para onde vai o lixo

- No lixo doméstico está a nossa contribuição diária para a poluição local. Esquecemos disso quando fechamos o saquinho e o colocamos fora da nossa porta para o lixeiro levar. Basta somar os saquinhos de cada porta, de toda a cidade, todos os dias, e pensar na montanha em que eles se transformam, inundando os aterros sanitários. Uma cidade como São Paulo produz 13 mil toneladas de lixo doméstico por dia.

Plásticos

- Com os plásticos a questão é poluição. Os plásticos fazem um volume enorme nos aterros sanitários. Se incinerados liberam no ar dioxinas e outras substâncias tóxicas. Separe os plásticos dos quais não puder escapar e coloque em containers específicos ou em sacos de lixo separados.
- Quando comprar produtos de limpeza prefira os que têm refil. Novamente, é menos plástico na sua casa.

Latas

- As latas de alumínio recicladas economizam grande quantidade de energia, normalmente gasta no aquecimento da bauxita para extração da alumina e transformação em alumínio.



Vidros

- A reciclagem dos vidros também economiza energia, usada para fundir a areia nos outros componentes do vidro. Vidro reciclado gasta menos energia e não entulha os aterros sanitários. Separe vidros vazios, reutilize para guardar alimentos ou pequenos objetos.

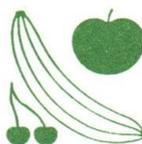
Papel e Árvores

- Os papéis reciclados economizam árvores. Hoje os reflorestamentos já ocupam espaços imensos, muitas vezes empurrando para as terras ruins os produtores de alimentos e competindo pelo espaço com as florestas naturais ou os reflorestamentos de restauração de essências nativas. Não gaste papel à toa.

16

Lixo Orgânico

- Entre os restos de comida, no lixo orgânico, também é possível reciclar. Se você tem um gato, cachorro, passarinho, dê os restos de comida para ele. Não crie animais apenas na ração. Pode ser mais fácil, mas certamente aumenta o desperdício de alimentos. E alimentos gastam recursos, ocupam terra e custam muito para serem produzidos.



Esgoto Tóxico

- Atenção também com os químicos e produtos de limpeza pesada. Nos restos de produtos tóxicos que jogamos no lixo doméstico se origina boa parte da contaminação da água subterrânea e dos solos, nas proximidades dos aterros sanitários. Latas vazias de querosene, benzina, solvente e tintas deveriam ser enviadas a aterros específicos para produtos tóxicos. Isso nem sempre é possível, quando não há coleta especial. Se você puder evitar, não use tais produtos em casa.



17

Os Gases CFCs

- Os gases chamados de cloro flúor carbonos (CFCs) são os que fazem funcionar a sua geladeira, o freezer e o ar condicionado. Não há perigo para a atmosfera se eles não vazarem do circuito fechado destes eletrodomésticos. Mas cuidado quando for trocar o gás do motor. Exija a recuperação dos CFCs em recipiente fechado.

Plantas em Casa

- Plante o maior número possível de árvores, arbustos ou trepadeiras ao redor de sua casa. A vegetação faz sombra e ajuda a esfriar a casa no verão. Assim você diminui a necessidade de ar condicionado. É de graça e você ainda economiza energia e reduz o risco de vazamento dos CFCs.



Os Venenos

- Cuidado com os venenos contra pragas de jardim. No Brasil muitos inseticidas são considerados inofensivos apenas porque não são organoclorados. Atenção na tarja colorida no pé da embalagem. A cor indica a toxicidade do produto: os vermelhos são os piores e de uso exclusivamente agrícola, os amarelos são muito tóxicos, os azuis medianamente tóxicos e os verdes pouco tóxicos. Essa classificação vale também para os inseticidas contra mosquitos e baratas.



Solução Caseira

- Para combater a maioria das pragas de jardim, uma solução de alho e fumo de corda costuma bastar. Deixe os dois de molho na água com álcool por alguns dias, depois dilua em água e pulverize as plantas num dia em que for viajar (para não sentir o cheiro). Para fungos existe um produto menos agressivo, conhecido nas lojas como calda bordalesa.

- Se o seu jardim é grande, considere a hipótese de fazer um composto com os restos de vegetação e lixo. É outra maneira de reciclar o lixo.

COMO PROTEGER O AMBIENTE FORA DE CASA

Na vida social, as atitudes dos cidadãos às vezes causam impactos ambientais diretos, como no caso da depredação da vegetação dos parques, ou como a poluição causada pelos veículos. Existem também os impactos ambientais indiretos, resultantes da falta de informação ou ausência de protestos significativos. Veja como você pode beneficiar o ambiente fora de sua casa.

Atitude no Trabalho

- As mesmas atitudes tomadas em sua casa para conservar energia e poupar recursos naturais, podem virar regra no seu trabalho. Não é porque você não paga a energia, nem os materiais de escritório, que deve deixar as luzes acesas, os equipamentos elétricos ligados, gastar papel, latas, plástico e vidros. Recicle, sugira programas de conservação e reaproveitamento de materiais, troca de lâmpadas e equipamentos altamente consumidores de energia por tecnologia mais eficiente.

O papel no Escritório

- Papel é o que mais circula num escritório. Apesar da era da informática, continuamos presos ao que está escrito no papel. Economize árvores: circule informações via computador, use disquetes, quadros de aviso no lugar de circulares, faça cópias apenas do que precisa e para quem realmente vai ler. Organize a reutilização de papel.

20

O Transporte

- O transporte até o trabalho ou nas tarefas profissionais consome muita energia e emite muita poluição. Se você roda muito até o local de trabalho procure fazer rodízio com colegas que morem por perto. Ou deixe seu carro em casa uma vez por semana. Procure conhecer as alternativas de transporte coletivo, vá de bicicleta, ande a pé. Os carros correspondem a 90% da poluição de uma cidade como São Paulo. Seja um a menos.



Extintores

- Se puder fazer parte de alguma comissão de prevenção de incêndios ou influenciar a compra de extintores no seu trabalho, troque os extintores à base de halon. Esse gás também causa danos à camada de ozônio.



O Cigarro

- Para os não fumantes, escritórios cheios de colegas fumantes, com janelas fechadas e ar condicionado ligado, são verdadeiras câmaras de gás. Se você fuma e não quer parar, lembre-se que existem outras pessoas na sala, fume do lado de fora ou junto a uma janela aberta.

21

Nas Compras

- Alguns produtos colocados nos mercados regionais são muito prejudiciais à natureza, sem que os consumidores se dêem conta disso. Comprar um produto que causa impacto ambiental estimula a destruição continuada. Preste atenção nos produtos que você adquire. Informe-se sobre a origem e as formas de extração ou produção. O conhecimento é seu melhor aliado. Espalhe as informações que obtiver para os consumidores que estiverem dispostos a ouvir e mudar de hábitos.

Flores Secas

- Em Brasília, um produto regional muito conhecido está causando graves problemas aos cerrados nativos: as flores secas, vendidas em feiras e junto aos monumentos e pontos turísticos. Muitas das “flores” que compõem os belíssimos arranjos vendidos não são flores, são sementes de árvores nativas. A coleta dessas sementes já está afetando a capacidade de renovação dos cerrados próximos da cidade. Algumas flores são flores mesmo, e raras. Não compre flores secas sem saber de onde elas vêm. Prefira as espécies cultivadas e secas em estufas. Não contribua com a degradação do cerrado brasileiro.

Orquídeas e Xaxins

- Atenção, também, com relação à compra de orquídeas e xaxins. Em especial se estiver nas proximidades da Mata Atlântica. É muito comum a retirada clandestina dessas plantas das áreas protegidas e de parques, onde elas deveriam continuar fazendo parte do ecossistema. Prefira orquídeas e xaxins cultivados, informando-se sobre a origem do que você leva para casa.

A Marca e o Meio Ambiente

- Informe-se sobre a indústrias que reciclam, investem no meio ambiente, usam filtros e equipamentos anti-poluição, escolhendo as marcas dos produtos também pelo comportamento das indústrias que os produzem. Assim você estará estimulando a prática de boas políticas ambientais.

No lazer ao ar livre

- Passeios em parques, praias e áreas verdes são uma boa maneira de “recarregar as baterias” nos finais de semana. Infelizmente, muitos têm o péssimo hábito de deixar um rastro de lixo por onde passam. Os rios e cachoeiras não têm como destruir plásticos e embalagens de bolachas, latas de cerveja e outros “presentinhos” de seus visitantes. Deixe essa tarefa para os lixeiros, jogue o lixo em local apropriado.

Deixando Rastros

- Outro hábito comum do brasileiro é o de deixar marcas nas pedras, árvores e monumentos por onde passa. Isso é poluição visual, deixe o local visitado como o encontrou. Tire fotos e mostre aos amigos. É a melhor forma de provar que você esteve naquele local.

Museu Clandestino

- Levar pedaços da natureza visitada também faz parte dos maus costumes. Pedras, plantas, pedaços de cavernas, corais do fundo do mar, tudo isso faz parte do local visitado e deve ficar onde está.

A QUEM RECORRER

Existem três tipos de ajuda que você pode utilizar.

Entidades Governamentais (EG): as federais cuidam das áreas de conservação, como parques nacionais e reservas ecológicas; entre as estaduais, estão as que fiscalizam a poluição, desmatamento, além das que orientam a defesa do consumidor.

Organizações Não Governamentais Ecológicas (ONGe): a maioria está engajada em projetos de preservação de espécies em perigo de extinção e áreas naturais ameaçadas. Aquelas que dispõem de departamentos de educação ambiental são mais acessíveis aos não especialistas. Quase todas aceitam sócios: pergunte o que oferecem em troca.

Organizações Não Governamentais Profissionais (ONGp): servem para atualização de informações técnicas. Não aceitam sócios, mas podem ser sensibilizadas por um assunto que seja da alçada delas;

Imprensa: os meios de comunicação obtiveram grande influência na defesa do meio ambiente e dos direitos do consumidor nos últimos anos. A imprensa de maior rapidez e agilidade, como os jornais e televisões, são um excelente recurso para a propagação de experiências positivas, que assim poderão servir de exemplo para outros. A imprensa também já é eficiente para denunciar irregularidades, desde que estejam suficientemente comprovadas. Lembre de procurar a imprensa adequada para o seu assunto: situações regionais requerem imprensa local; situações de abrangência nacional devem ter cobertura mais abrangente.

ACRE

Fundação S.O.S. Amazônia (ONGe)
Tel.: (068) 224-7271 - Fax: (068) 224-1943
Ibama (EG)
Tel.: (068) 226-3213 - Telex: (68) 2418

ALAGOAS

Grupo de Estudos de Ação Biológica - GEAB (ONGe)
Tel.: (082) 241-2924/241-5633
Movimento Pela Vida - AMA VIDA (ONGe)
Tel.: (082) 223-5025/223-8791
Conselho Estadual de Proteção Ambiental - CEPRAM (EG)
Tel.: (082) 221-1427 - Telex: (82) 2198
Ibama (EG)
Tel.: (082) 241-1912 - Telex: (82) 2350
Instituto do Meio Ambiente do Estado de Alagoas (EG)
Tel.: (082) 221-7239 - Telex: (82) 3171/2350

AMAPÁ

Coordenadoria Estadual do Meio Ambiente (EG)
Tel.: (096) 222-4669
Ibama (EG)
Tel.: (096) 222-2574 - Telex: (96) 2385
Sociedade de Preservação de Recursos Naturais, Culturais da Amazônia (ONGe)
Tel.: (096) 222-0644

AMAZONAS

Ibama (EG)
Tel.: (092) 237-3718 - Telex: (96) 2492
Fundação Vitória Amazônica (ONGe)
Tel.: (092) 642-1336 - Fax: (092) 642-2255
Sociedade de Preservação de Recursos Naturais, Culturais da Amazônia (ONGe)
Tel.: (092) 234-8760

BAHIA

Conselho Estadual de Proteção Ambiental (EG)
Tel.: (071) 312-3365 - Telex: (71) 0182
Ibama (EG)
Tel.: (071) 240-7322 - Telex: (71) 1677
Fundação Movimento Onda Azul (ONGe)
Tel.: (071) 241-7188/243-9518
Associação Bahiana de Biologia (ONGp)
Tel.: (071) 247-1233/ramal 37

CEARÁ

Conselho Estadual do Meio Ambiente (EG)
Tel.: (085) 231-8118 - Telex: (85) 2361
Ibama (EG)
Tel.: (085) 227-9081 - Telex: (85) 1347
Sociedade Cearense de Defesa da Cultura e Meio Ambiente (ONGe)
Tel.: (085) 234-4414
Assoc. Bras. de Engenharia Sanitária e Ambiental (ONGp)
Tel.: (085) 224-9801
Assoc. dos Engenheiros Agrônomos do Est. do Ceará (ONGp)
Tel.: (085) 231-2995
Assoc. dos Engenheiros de Pesca do Ceará (ONGp)
Tel.: (085) 252-1152

DISTRITO FEDERAL

Ibama (EG)
SBN - Ed. Palácio do Desenvolvimento Q.1 BIC - 13º andar
70000 - Brasília - DF
Tel.: (061) 224-6147 - Telex: (061) 2611
Secretaria de Meio Ambiente, Ciência e Tecnologia do Governo do Distrito Federal (EG)
Tel.: (061) 255-8314/321-8448 - ramal 176/229
Assoc. Bras. de Comunidades Alternativas - ABRASCA (ONGe)
Cx. Postal 111257
70084 - Brasília - DF
Assoc. de Agricultura Ecológica (ONGe)
Tel.: (061) 223-6111
Fundação Mata Virgem (ONGe)
Tel.: (061) 224-3547
Fundação Nacional de Ação Ecológica (ONGe)
Tel.: (061) 244-8257
Fundação Pró-Natureza - Funatura (ONGe)
Tel.: (061) 274-5449/248-3953
Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação
FAO (ONGe)
SRTVS - Q. 701 - Bloco I, 14 - Ed. Planalto
70330 - Brasília - DF
Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente - PNUMA (ONGe)
SCR - Q. 2 - Bloco B
70710 - Brasília - DF
World Wide Fund for Nature - WWF (ONGe)
Tel.: (061) 248-2899 - Fax: (061) 248-7176
Assoc. dos Engenheiros Florestais do Distrito Federal (ONGp)
Cx. Postal 6.208
70330 - Brasília - DF
Sociedade Botânica do Brasil - SBB (ONGp)
Cx. Postal, 020388
70001 - Brasília - DF

ESPÍRITO SANTO

Ibama (EG)
Tel.: (027) 225-8510 - Telex: (27) 2349

Secretaria de Estado para Assuntos do Meio Ambiente - SEAMA (EG)

Tel.: (027) 222-7806 - Telex: (27) 2636/2182
Assoc. de Defesa do Meio Ambiente - ADEMA (ONGe)
Tel.: (027) 735-1046
Centro Espiritense de Conservação da Natureza (ONGe)
Av. José Ruschi, 4
29650 - Santa Teresa - ES
Centro Integrado de Agricultura Ecológica - CIEA (ONGe)
Escola Agrotécnica Federal de Alegre
Cx. Postal, 47
29500 - Alegre - ES
Assoc. dos Engenheiros Florestais do Espírito Santo (ONGp)
Av. Princesa Isabel, 599 - Ed. Marco - 4º andar
29000 - Vitória - ES
Grupo Agricultura Ecológica Capixaba (ONGp)
Cx. Postal, 81
29500 - Alegre - ES
Soc. dos Engenheiros Agrônomos do Espírito Santo (ONGp)
Rua da Alfândega, 22 - Ed. Sakis - sala 1103
29000 - Vitória - ES

GOIÁS

Fundação Estadual do Meio Ambiente de Goiás - FEMAGO (EG)
Tel.: (062) 261-2780 - Telex: (62) 1480
Ibama (EG)
Tel.: (062) 224-2457 - Telex: (62) 2438
Secretaria do Desenvolvimento Urbano e Meio Ambiente (EG)
Tel.: (062) 261-2268 - Telex: (62) 2104/2148
Sociedade de Defesa dos Recursos Naturais - SODERNA (ONGe)
Tel.: (062) 261-0333 - ramal 157
Assoc. dos Biólogos de Goiás (ONGp)
Tel.: (062) 261-0333 - ramal 157

MARANHÃO

Ibama (EG)
Tel.: (098) 221-2776 - Telex: (98) 2290
Secretaria das Minas e Energia e Meio Ambiente do Est. do Maranhão (EG)
Tel.: (098) 235-1511/1575/1543
Comitê de Defesa da Ilha de São Luís (ONGe)
Tel.: (098) 222-3457
Soc. Maranhense para Conservação da Natureza - Ama Vida (ONGe)
Tel.: (098) 232-1778

MATO GROSSO

Fundação Estadual de Meio Ambiente - FEMMA (EG)
Tel.: (065) 313-2453/2351

Ibama (EG)

Tel.: (065) 321-7623 - Telex: (65) 2219

Secretaria Estadual do Meio Ambiente - SEMA (EG)

Edifício da Saúde - Centro Político Administrativo

78000 - Cuiabá - MT

Ecotrópica - Fundação de Apoio à Vida nos Trópicos (ONGe)

Tel.: (065) 661-1619/321-6777

Fundação de Desenvolvimento do Pantanal (ONGe)

Tel.: (065) 321-2816

MATO GROSSO DO SUL**Ibama (EG)**

Tel.: (067) 383-2966 - Telex: (67) 2554

Secretaria de Meio Ambiente do Est. do Mato Grosso do Sul (EG)

Tel.: (067) 383-3161 - Telex: (067) 2445

Fundação Parque Zoológico de Mato Grosso do Sul (ONGe)

Tel.: (067) 721-1761

Sociedade de Defesa do Pantanal - SODEPAN (ONGe)

Tel.: (067) 721-1891

Sociedade Botânica do Brasil (ONGp)

Cx. Postal, 649

79100 - Campo Grande - MS

MINAS GERAIS**Ibama (EG)**

Tel.: (031) 337-2624 - Telex: (31) 1945

Secretaria de Estado da Ciência, Tecnologia e Meio Ambiente (EG)

Tel.: (031) 334-3467 - Telex: (31) 1254

Assoc. Mineira de Defesa do Meio Ambiente - AMDA (ONGe)

Tel.: (031) 344-8862

Conservation International (ONGe)

Tel.: (031) 266-5145

Fundação Biodiversitas (ONGe)

Tel.: (031) 443-6038/226-5985

Liga de Prevenção à Crueldade Contra o Animal (ONGe)

Tel.: (031) 224-4735

Sociedade de Pesquisa em Vida Selvagem de Minas Gerais (ONGe)

Tel.: (031) 891-3903

Associação dos Biólogos - ABBIO (ONGp)

Tel.: (031) 227-7168

Assoc. Bras. de Engenheiros Sanitaristas de Minas Gerais**Escola de Engenharia (ONGp)**

Av. dos Andradas, s/nº - 7º andar

30000 - Belo Horizonte - MG

PARÁ**Conselho Estadual de Saúde, Saneamento e Meio Ambiente (EG)**

Tel.: (091) 224-4011 - Telex: (91) 2391

Ibama (EG)

Tel.: (091) 241-2621 - Telex: (91) 1299

Instituto do Homem e Meio Ambiente da Amazônia (ONGe)

Tel.: (091) 235-4549

Sociedade Preservação dos Recursos Naturais, Culturais da Amazônia -**SOPREN (ONGe)**

Tel.: (091) 222-1589 - Telex: (091) 1967

PARAÍBA**Ibama (EG)**

Tel.: (083) 231-1926/1362 - Telex: (83) 2284

Superintendência de Desenvolvimento do Meio Ambiente - SUDEMA (EG)

Tel.: (083) 222-1647

Assoc. Paraibana dos Amigos da Natureza - APAN (ONGe)

Tel.: (083) 224-0227

PARANÁ**Delegacia de Proteção ao Meio Ambiente (EG)**

Tel.: (041) 224-2394

Ibama (EG)

Tel.: (041) 222-3029 - Telex: (41) 5806

Secretaria do Estado de Desenvolvimento Urbano**e do Meio Ambiente (EG)**

Tel.: (041) 254-7244 - Fax: (041) 254-5218

Centro de Estudos e Defesa da Educação Ambiental (ONGe)

Tel.: (041) 253-0036

Instituto de Estudos Amazônicos (ONGe)

Tel.: (041) 262-9494

Instituto Gaia do Brasil (ONGe)

Tel.: (041) 252-6804

Movimento de Ação Ecológica (ONGe)

Rua Desembargador Westphalen, 15 - 16º andar

80021 - Curitiba - PR

Sociedade de Proteção à Vida Silvestre (ONGe)

Rua Com. Araújo, 747

80420 - Curitiba - PR

Associação dos Engenheiros Agrônomos (ONGp)

Rua Voluntários da Pátria, 475 - Ed. Asa - 12º andar

80000 - Curitiba - PR

Associação Paranaense de Engenheiros Florestais (ONGp)

Tel.: (041) 224-1749

PERNAMBUCO**Companhia Pernambucana de Controle de Poluição Ambiental (EG)**

Tel.: (081) 268-9186

Ibama (EG)

Tel.: (081) 268-7753 - Telex: (81) 4056

Sociedade Nordestina de Ecologia (ONGe)

Tel.: (081) 222-3661/268-9303

PIAUI**Ibama (EG)**

Tel.: (086) 232-1142 - Telex: (86) 2244

Secretaria Estadual do Meio Ambiente, Ciência, Tecnologia e Desenvolvimento Urbano (EG)

Tel.: (086) 222-8000/8019 - Telex: (86) 2702

Assoc. Piauiense de Defesa do Patrimônio da Comunidade (ONGe)

Tel.: (086) 222-2617

Assoc. Profissional dos Biólogos do Piauí (ONGp)

Tel.: (086) 222-7033

RIO DE JANEIRO

Fundação Estadual de Engenharia do Meio Ambiente (EG)

Tel.: (021) 228-3409 - Fax: (021) 234-3681

Ibama (EG)

Av. Pres. Antonio Carlos, 607 - 12. andar

20020 - Rio de Janeiro - RJ

Secretaria de Estado do Meio Ambiente (EG)

Tel.: (021) 262-9339 - Fax: (021) 533-2490

Assembleia Permanente de Defesa do Meio Ambiente (ONGe)

Tel.: (021) 581-1012

Campanha Popular em Defesa da Natureza (ONGe)

Tel.: (021) 274-0454

Federação das Assoc. Fluminenses de Defesa ao Meio Ambiente (ONGe)

Tel.: (021) 39-1735

Fundação Bras. para a Conservação da Natureza - FBCN (ONGe)

Rua Miranda Valverde, 103

22281 - Rio de Janeiro - RJ

Fundação Bras. para o Desenv. Sustentável (ONGe)

Tel.: (021) 552-0099 - Fax: (021) 552-9302

Greenpeace International (ONGe)

Tel.: (021) 240-1690 - Fax: (021) 262-7318

Inst. de Pesquisas Ambientais - Pró-Natureza (ONGe)

Tel.: (021) 224-3994

Associação de Biólogos (ONGp)

Rua Tenente Ayrton Pereira, 95

20620 - Rio de Janeiro - RJ

Assoc. dos Eng.ºs Agrônomos do Rio de Janeiro

Tel.: (021) 240-2726

Assoc. de Eng. Sanitária e Ambiental (ONGp)

Av. Beira Mar, 216 - 13º andar

20021 - Rio de Janeiro - RJ

OAB/RJ - Subcomissão do Meio Ambiente (ONGp)

Tel.: (021) 265-2900

RIO GRANDE DO NORTE**Ibama (EG)**

Tel.: (084) 221-2956 - Telex: (84) 2356

Assoc. Potiguar Amigos da Natureza (ONGe)

Tel.: (084) 236-2191 - Fax: (084) 219-3535

Secretaria das Entidades Ambientalistas do Nordeste (ONGe)

Tel.: (084) 236-3635 - Fax: (084) 219-3535

Clube dos Observadores de Aves (ONGe)

Tel.: (084) 222-6626/221-2157

RIO GRANDE DO SUL**Ibama (EG)**

Tel.: (0512) 28-7186 - Telex: (512) 2481

Secretaria de Saúde e do Meio Ambiente do

Est. do Rio Grande do Sul (EG)

Tel.: (0512) 33-1611 - Telex: (512) 3359

Amigos da Terra (ONGe)

Tel.: (0512) 32-8884 - Telex: (512) 527

Assoc. de Proteção de Áreas Naturais (ONGe)

Av. Paula Gama, 110

90049 - Porto Alegre - RS

Assoc. Gaúcha de Prot. ao Meio Ambiente Natural (ONGe)

Av. Barão do Triunfo, 763

96400 - Bagé - RS

Centro de Ecologia (ONGe)

Tel.: (0512) 24-9710

Fundação Gaia (ONGe)

Rua Jacinto Gomes, 39

90040 - Porto Alegre - RS

Grupo de Estudos em Agricultura Ecológica (ONGe)

Av. Bento Gonçalves, 7712

91500 - Porto Alegre - RS

Clube dos Observadores de Aves - Núcleo RS (ONGp)

Rua Dr. Salvador França, 1427

90610 - Porto Alegre - RS

Comissão de Meio Ambiente, Fed. das Inds. do Est. do RS (ONGp)

Tel.: (0512) 31-2077

Grupo de Estudos em Agricultura Ecológica, Fac. de Agronomia (ONGp)

Av. Bento Gonçalves, 7712

91500 - Porto Alegre - RS

OAB/RS - Comissão de Meio Ambiente (ONGp)

Rua dos Andradas, 1261 - 8º e 11º andares

90020 - Porto Alegre - RS

Soc. de Biologia do RS (ONGp)

Av. João Pessoa, 409 - 2º andar

90040 - Porto Alegre - RS

RONDÔNIA**Ibama (EG)**

Tel.: (069) 223-3599 - Telex: (69) 2176

Secr. de Est. do Meio Ambiente de Rondônia (EG)

Tel.: (069) 223-1129/1199 - Telex: (69) 1951

RORAIMA

Assessoria Especial de Meio Ambiente (EG)

Tel.: (095) 224-7841/0990

Ibama (EG)

Tel.: (095) 224-4921 - Telex: (95) 2076

SANTA CATARINA

Fundação de Amparo a Tecnologia e ao Meio Ambiente (EG)

Tel.: (0482) 22-8299/22-8105

Ibama (EG)

Tel.: (0482) 23-3465 - Telex: (482) 2230

Secr. de Des. Urbano e Meio Ambiente (EG)

Av. Osmar Cunha, 25

88000 - Florianópolis - SC

Assoc. Catarinense de Preservação da Natureza (ONGe)

Rua Antonio da Veiga, 140

89001 - Blumenau - SC

Assoc. de Defesa ao Meio Ambiente (ONGe)

Rua José Timm, 31 D

89800 - Chapecó - SC

Assoc. Bras. de Eng. Sanitária e Ambiental (ONGp)

Tel.: (0482) 22-5252

Assoc. de Biólogos (ONGp)

Universidade Federal de SC

Depto. de Biologia

88049 - Florianópolis - SC

SÃO PAULO

Cia. de Tecnologia e Saneamento Ambiental (EG)

Tel.: (011) 813-3314 - Telex: (11) 83053

Ibama (EG)

Tel.: (011) 881-8752 - Telex: (11) 24392 -

Polícia Florestal (EG)

Tel.: (011) 203-0122 - r. 285

Secretaria do Meio Ambiente (EG)

Tel.: (011) 883-3482 - Telex: (11) 32621

Associação em Defesa da Juréia (ONGe)

Tel.: (011) 864-2787

Assoc. Ituana de Proteção Ambiental

Tel.: (011) 481-5320

Centro de Estudos e Atividades para Conservação da Natureza

Ceacon (ONGe)

Cx. Postal: 20684

01498 - S. Paulo - SP

Comissão de Defesa da Represa Billings (ONGe)

Estrada da Pedreira Alvarenga, 361

09900 - Diadema - SP

Fundação Nacional de Ação Ecológica (ONGe)

Tel.: (011) 887-8228/885-3424

Fundação S.O.S. Prô-Mata Atlântica (ONGe)

Tel.: (011) 887-1195 - Fax: (011) 885-1680

Greenpeace International (ONGe)

Tel.: (011) 210-0154 - Fax: (011) 814-6167

OIKOS - União dos Defensores da Terra (ONGe)

Tel.: (011) 813-6026 - Fax: (011) 265-2297 6203

Soc. Bras. de Flora e Fauna (ONGe)

Rua Dr. Mário Pinto Serva, 90

02555 - S. Paulo - SP

União Internacional de Proteção dos Animais (ONGe)

Rua Alvaro Carvalho, 238

01050 - S. Paulo - SP

Assoc. Bras. de Limpeza Pública (ONGp)

Av. Prestes Maia, 241 - 32º andar

01031 - S. Paulo - SP

Assoc. Paulista de Eng.ºs Florestais (ONGp)

Rua Tupi, 649

01051 - S. Paulo - SP

Núcleo de Estudos e Pesquisa Ambiental (ONGp)

Unicamp

Tel.: (0192) 39-3680

Soc. Bras. de Direito do Meio Ambiente (ONGp)

Rua Dr. Alvim, 1317

13400 - Piracicaba - SP

Soc. Bras. de Ecologia (ONGp)

Rua Dr. Quirino, 1856 - 1º andar

13100 - Campinas - SP

SERGIPE

Administração Estadual do Meio Ambiente (EG)

Tel.: (079) 222-7006/7222 - Telex: (79) 2710

Ibama (EG)

Tel.: (079) 222-5858 - Telex: (79) 2204

Secretaria de Cultura e Meio Ambiente do Est. de Sergipe (EG)

Tel.: (079) 224-7959/7043 - Telex: (79) 2710

Assoc. Sergipana de Proteção Ambiental (ONGe)

Tel.: (079) 221-4254

TOCANTINS

Fundação Natureza do Tocantins (EG)

Tel.: (062) 866-1482 - Fax: (062) 851-2566



O QUE LER

SALVE O PLANETA! — Lester R. Brown (org.), Editora Globo, São Paulo, 1990. Patrocinado pelo Worldwatch Institute, tornou-se uma espécie de "bíblia verde" entre os interessados em se aprofundar nos grandes temas ambientais desta década. Ali estão os problemas do efeito estufa, da prevista falta de água, agricultura (perspectivas e alternativas), discussões sobre uma conversão pacífica da economia mundial e um capítulo final dedicado ao conceito de desenvolvimento auto-sustentado.

GAIA, O Planeta Vivo — de José Lutzenberger, Editora LPEM, 1990. Gaia é o nome que os antigos gregos davam à deusa da Terra, e transformou-se num conceito de tratar o planeta como um ser vivo, que pode adoecer e, eventualmente, morrer.

SALVE A TERRA — de Jonathon Porritt (org), co-edição Círculo do Livro e Editora Globo, 1991. Uma espécie de enciclopédia ambiental, ricamente ilustrada, produzida por uma das maiores Organizações Não Governamentais do mundo, a Amigos da Terra. De leitura atraente, com inúmeros depoimentos de pessoas célebres, aborda os problemas da Terra utilizando os quatro elementos: terra, ar, fogo e água.

O NATURALISTA AMADOR — de Gerald Durrell, Livraria e Editora Martins Fontes, 1989. Para quem se interessa em fazer caminhadas e tornar-se um naturalista, o livro funciona como um guia prático, ambientado nos diversos ecossistemas: florestas, manguezais, montanhas, dunas, desertos, etc.

TERRA, O CORAÇÃO AINDA BATE — Vários, Editora Tchê!, 1990. Organizado pela Sociedade de Pesquisa em Vida Selvagem e Educação Ambiental (SPVS), elenca 330 dicas de atitudes práticas para você contribuir com a saúde de nosso planeta, funcionando como um guia de conservação ambiental. Amplia os temas tratados neste manual e sugere outras atitudes.

AS TRÊS ECOLOGIAS — de Félix Guattari, Papirus Editora, 1989. O psicanalista francês analisa três tipos de ecologia, sugerindo as formas que cada um pode encontrar para sair da passividade e tornar-se um agente nos fatos do mundo moderno. Segundo sua divisão, existem a ecologia do meio ambiente, a das relações sociais e a da subjetividade humana.

EXPEDIENTE MANUAL DE ECOLOGIA URBANA

Produzido por:
Audichromo Editora Ltda.
Revista Horizonte Geográfico

Redação, Correspondência e Publicidade:
Rua Veríssimo Gloria, 93
01252 - São Paulo - SP - Brasil
Tel: (011) 62-0036 - Fax: (011) 864-4663

Coordenação Editorial:
Peter Milko

Jornalista Responsável:
Maria Ângela Santos (MTPS 12118)

Redação:
Liana John

Diagramação:
Fátima Miguel

Pesquisa:
Cecilia Oliveira

Revisão:
Ricardo Prado, Léo Varella

Papel:
Off-set Ripasa 90g alta alvura

Fotolito:
Marprint

Gráfica:
W. Roth

PRODUTOS E SERVIÇOS

O Banco Crefisul é um banco completo com todos os produtos e serviços que você precisa.

- Conta Corrente
- Poupança Ecológica
- Ouro
- Ações
- Fundos
- Seguros
- Traveler Checks

FACILIDADES CREFISUL

- CAN Central de Atendimento Nacional
SalDOS, resgates e transferências.
SP Fone 280 7255
DDD Gratuito (011) 800 1222
- * A partir de junho CREFISUL ATENDE
Estado de São Paulo Fone 0-800
122112 Outros Estados DDD Gratuito
(011) 800 1222
- JET BANK
O CREFISUL vai até você.
- CAR Central de Atendimento Rápido
Em todas as agências.
- CREFI AGENDA
Central de pagamentos.

JET BANK CREFISUL

LIGUE AGORA MESMO

São Paulo	
Henrique Schaumann	(011) 874-1212 (011) 874-1277
Centro	(011) 256-0505
Cidade Jardim	(011) 881-1029
Paulista	(011) 285-4434
Santo Amaro	(011) 534-2234
Belo Horizonte	(031) 201-1211
Brasília	(061) 321-2666
Rio de Janeiro	(021) 297-2177
Campinas	(0192) 31-6411
Curitiba	(041) 223-1922
Porto Alegre	(051) 227-4777
Santos	(0132) 34-8547