

The background of the entire page is a photograph of a waterfall cascading over dark, wet rocks inside a cave. The water is white and frothy as it falls. The surrounding rock walls are dark and have some green moss or algae growing on them. The lighting is somewhat dim, typical of a cave interior.

o fim de Semana

Suplemento do Jornal de Angola

A sua revista de informação e lazer

Domingo, 11 de Agosto de 2013

Gruta DO NZENZO

é uma das sete maravilhas

Turismo promove o desenvolvimento
das comunidades

MONTEIRO CAPUNGA

O MECENAS QUE OFERECE BOLSAS DE ESTUDO

A terra dos Luchazes

Luchazes é um dos nove municípios do Moxico e fica 300 quilómetros a sul da cidade do Luena. Tem 38 999 quilómetros quadrados, 177 mil habitantes e está a beneficiar de importantes obras sociais em benefício da população. É limitado a Norte pe-

los municípios de Cacolo, Dala, Camanongue e Léua, a Este pelos municípios de Lumeje e Alto Zambeze, a Sul pelo município dos Bundas e a Oeste pelos municípios de Camacupa e Cuemba. É constituído pelas comunas de Luena, Cangumbe, Lucusse, Lutuai e Muangai.



Horóscopo

Carneiro:
21/3 a 20/4
As suas relações de amizade e familiares são agradáveis durante todo o período. Não deixe de aproveitar parte dos seus momentos livres para descontrair um pouco.
Touro:
21/4 a 20/5
Uma carga excessiva de trabalho e algumas preocupações podem criar problemas ao nível de esgotamento físico e mental, caso não descanse o suficiente.
Gêmeos:
21/5 a 20/6
Tenha compreensão com os amigos e não negue ajuda aos que dela necessitem,

uma vez que não faz mais do que eles fizeram por si noutras alturas.
Caranguejo:
21/6 a 21/7
A sua capacidade de trabalho está em alta. Aproveite este bom momento para fazer prevalecer alguns dos seus direitos.
Leão:
22/7 a 22/8
Semana muito positiva e tudo o que se relacionar com dinheiro não é motivo de preocupação.
Virgem: 23/8 a 22/9
Caracterizadas por algumas dificuldades, as finanças não contribuem em nada para uma mudança do seu humor.

Balança:
23/9 a 22/10
Período de grande instabilidade com muitos motivos de dúvida em relação ao futuro imediato.
Escorpião:
23/10 a 21/11
Semana caracterizada por algumas dificuldades na área profissional. Pode ser contestada a sua capacidade de liderança e competência.
Sagitário:
22/11 a 21/12
Período favorável para iniciar novas atividades nas quais se sinta à vontade. Durante toda esta semana, algumas tarefas que se encontravam numa fase de impas-

se, devem ser concluídas de forma muito positiva.
Capricórnio:
22/12 a 20/1
Alguma insegurança pode caracterizar este período.
Aquário:
21/1 a 19/2
A sua relação sentimental deve ser encarada como uma das formas de recuperar a força anímica que tanta falta lhe faz.
Peixes:
20/2 a 20/3
Semana em alta no que se refere a questões de ordem profissional. Há recompensa em todos os seus esforços e de uma forma perfeitamente natural os retornos surgem.

CURIOSIDADE

Mar Morto

O Mar Morto é um lago de água salgada do Médio Oriente. Com uma superfície de 1050 quilómetros quadrados correspondente a um comprimento máximo de 80 quilómetros e a uma largura máxima de 18 quilómetros. É alimentado pelo Rio Jordão e banha a Jordânia e Israel.

O Mar Morto tem esse nome devido à grande quantidade de sal, dez vezes superior à dos outros oceanos, donde decorre a escassez de vida nas suas águas, havendo apenas alguns tipos de arqueobactérias e algas. Qualquer peixe que seja transportado para o mar através do Rio Jordão morre imediatamente, assim que desagua no imenso lago de água salgada. A sua água é composta por vários tipos de sais, alguns dos quais só podem ser encontrados nesta região do mundo. Em termos de concentração e em comparação com a concentração média dos restantes oceanos em que o teor de sal, por 100 mililitros de água não passa de três gramas, no Mar Morto essa taxa é de 30 a 35 gramas de sal por 100 mililitros de água, dez vezes superior.

A designação de Mar Morto só passou a ser utilizada a partir do século II da era cristã. A grande quantidade de sal aumenta a sua fluabilidade e os banhistas bóiam facilmente.

ANEDOTAS

- Então, senhor Manuel, onde é que vai pôr o porco?
- Debaixo da cama.
- Então e o cheiro?
- Ora, ele habitua-se...

PASSATEMPO

Descubra as 7 diferenças



Sopa de Letras

Nesta confusão de letras vai encontrar as palavras: reis, reino, reinar e ruir

A	S	S	R	D	P	R	S	R	S	S	R	S	S	D	S	S	S	A	
R	R	S	J	S	S	V	R	R	S	S	S	S	V	S	A	R	A	R	S
S	A	S	R	Q	H	K	T	S	R	R	U	I	R	C	S	R	R	S	
S	C	S	E	E	R	Q	S	Z	S	M	S	S	R	F	A	S	S	S	
D	V	R	I	B	I	W	L	H	N	G	R	R	S	Q	R	N	S	R	
S	J	M	N	R	R	N	A	K	R	S	R	K	N	W	S	R	G	S	
S	E	R	A	A	S	V	O	L	A	E	K	W	G	U	S	S	Ç	O	
A	X	S	R	W	R	S	S	K	Y	A	I	S	F	G	W	R	R	A	
S	A	D	S	R	K	D	A	D	X	D	D	S	R	T	S	S	S	A	
S	S	R	A	R	S	H	J	A	Y	L	K	S	K	M	A	X	A	R	
R	V	X	R	S	P	Q	H	A	L	G	Y	D	S	R	D	J	S	S	
R	S	S	S	S	R	A	S	V	E	W	Z	A	V	R	S	T	S	A	
S	A	R	S	R	S	S	D	Y	A	Z	K	A	N	R	K	O	M	S	

“Tuneza e Amigos”

Lookal

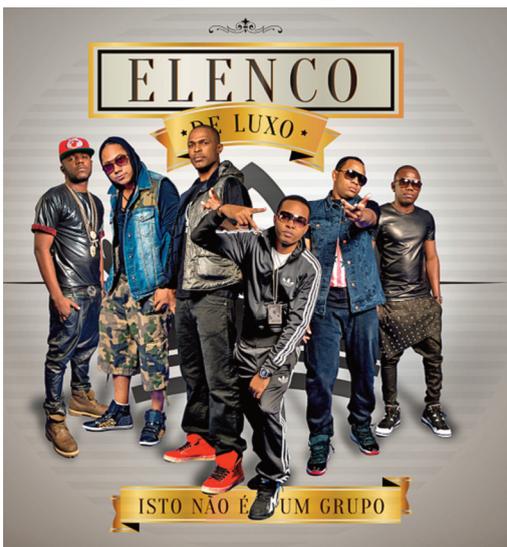


O grupo Os Tuneza realiza, na próxima sexta-feira, às 20h00, no Lookal, na Ilha do Cabo, em Luanda, um espectáculo de humor, denominado “Tuneza e Amigos”. Bangão, Yuri da Cunha e o percussionista Lito Graça são os convidados especiais do quinteto humorístico para abrilhantar e descontraír os presentes à actividade.

Elenco de Luxo

Rádio Morena

O sexteto Elenco de Luxo vende a autografa hoje às 9h00 na portaria da Rádio Morena, em Benguela, o disco “Isto não é um grupo”, enquadrado na digressão para a divulgação e promoção do trabalho. O grupo de “rap” é formado por Ready Neutro, Abdiel, Extremo Signo, Francis, DJ Soneca e Double. Os fãs têm à disposição mil discos ao preço de mil kwanzas. “Isto não é um grupo” foi oficialmente apresentado no dia 28 de Julho, na Praça da Independência e passou no dia 3 deste mês, na Casa da Juventude, em Viana, numa actividade que culminou com um concerto.



Acontece

de 11 a 17 de Agosto de 2013

PROGRAMAÇÃO DA SEMANA

Programação de 02 a 08/08/2013

CINEPLACE BELAS SHOPPING

SALAS FILME EM PROJEÇÃO GÉNERO / IDADE
S.02 RED 2 ACÇÃO 12
- AINDA MAIS PERIGOSOS



SINOPSE

Em “RED 2 - Reformados e Ainda Mais Perigosos”, Frank Moses (Bruce Willis), agente reformado da CIA, reúne a sua equipa para procurar um dispositivo nuclear desaparecido. Para terem sucesso na sua missão, precisam de sobreviver a um exército de assassinos, terroristas e oficiais do governo, todos à procura da arma da próxima geração. A missão leva os agentes a Paris, Londres e Moscovo, sempre contando com o seu estilo “velha guarda” para salvar o mundo e se manterem vivos.

Elenco: Bruce Willis, Anthony Hopkins, Lee Asquith-Coe, Catherine Zeta-Jones, Mary-Louise Parker, John Malkovich, Helen Mirren, David Thewlis, Neal McDonough, Byung-hun Lee

Roteiro: Jon Hoeber, Erich Hoeber

Produção Executiva: John Brooks Klingenberg, Jake Myers, David Ready

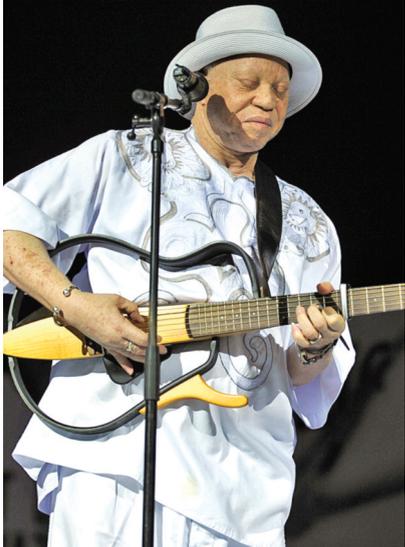
Produção: Raphaël Benoliel, Lorenzo di Bonaventura, Mark Vahradian

Realização: Dean Parisot

SALAS	FILMES EM PROJEÇÃO	GÉNERO	IDADES
S.03	Phantom - Submarino Fantasma	suspense	14
S.04	Os Smurfs 2	animação	livre
S.05	Miúdos e Graúdos 2	comédia	12
S.07	Um Homem de Família	drama	16
S.07	Velocidade Furiosa 6	acção	14
S.08	Wolverine	acção	14

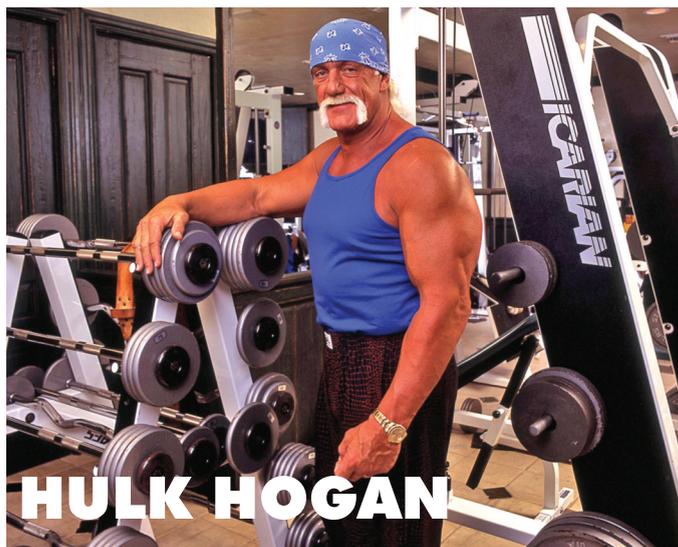
FAZEM ANOS ESTA SEMANA

SALIF KEITA



Salif Keita, nascido em Djoliba a 25 de Agosto de 1949, é um músico e cantor do Mali. É único, devido à sua reputação (é conhecido como a voz dourada de África), mas também pelo facto de ser albino e descendente directo do fundador do

império Mali, Sundiata Keita. A sua música é uma mistura de estilos de música tradicional da África Ocidental, Europa e América mas mantendo o estilo de música islâmica. Entre os instrumentos musicais mais utilizados por Salif Keita incluem-se balafons, Djembês, guitarras, koras, órgãos, saxofones, e sintetizadores.

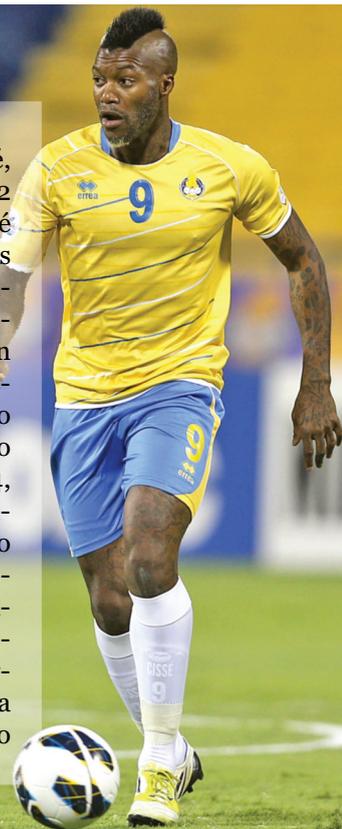


HULK HOGAN

Terrence Gene Bollea, nascido em Augusta, a 11 de Agosto de 1953, é um actor e lutador profissional norte-americano, mais conhecido pelo nome de Hulk Hogan. Trabalhou para a WWE e World Championship Wrestling. Actualmente trabalha na Total Nonstop Action Wrestling. Venceu o WWE Championship seis vezes, o WCW World Heavyweight Championship seis vezes, e por duas vezes o AWA World Heavyweight Championship, o que faz dele campeão mundial 14 vezes.

DJIBRIL CISSÉ

Djibril Aruun Cissé, nascido em Arles, a 12 de Agosto de 1981, é um futebolista francês que joga como atacante. Actualmente representa o FC Kuban Krasnodar. Djibril Cissé iniciou a carreira no Auxerre, jogando pelo clube de 1998 a 2004, sendo o maior destaque da equipa e do mundo, sendo o melhor em três temporadas. Em 2004 foi contratado pelo Liverpool. Cissé teve uma pequena participação no Filme “Táxi 4”.



ALDEIA BOMBO

Gruta do Nzenzo é uma das sete maravilhas

Turismo promove o desenvolvimento das comunidades



José Bule e Nicodemos Paulo | Uíge

A aldeia Bombo fica nas montanhas do município de Ambuíla, província do Uíge. A sua gente é acolhedora. Oferece laranjas, mandioca, batata-doce, feijão, funji de bombo e kizaca aos turistas, sem cobrar nada em troca. Da vila de Ambuíla até à aldeia Bombo são 17 quilómetros. A população

local, gente alegre e trabalhadora, recebe os turistas com carinho. A paisagem que se avista da aldeia é fantástica. As famosas pedras do Bombo apresentam uma imagem parecida com edifícios perfilados à volta da aldeia.

Aquela paisagem turística é fonte de inspiração. Durante a visita, colhemos imagens, ouvimos histórias, mitos e contos que enriquecem o valor turístico da Gruta do Nzenzo,

principal ponto de atracção turística da aldeia Bombo. O local só pode ser visitado com a permissão das autoridades tradicionais. Um ritual para a protecção do visitante deve ser rigorosamente observado, para que nada de mal lhe aconteça.

Na caverna cai água das pedras do tecto. Ninguém sabe dizer de onde vem aquela água, porque nenhum rio passa próximo da gruta. “A água é misteriosa”, afirmou o regedor

Augusto Manganzi. Um empresário construiu gratuitamente um sistema que transporta a água até ao chafariz da aldeia.

Os caçadores montam armadilhas nos acessos ao interior da gruta, porque à noite javalis, pacaças, burros do mato, veados, gazelas e cabras vão beber água e descansar no seu interior. As paredes da gruta têm pinturas rupestres. E existem várias “salas” onde cabem 150 pessoas.

Importância turística



A exploração turística do local pode melhorar os rendimentos das comunidades rurais conforme disse o jornalista Luís Fernando, padrinho da candidatura da província do Uíge às sete maravilhas naturais de Angola, no final de uma visita ao local.

Para votar na Gruta do Nzenzo basta escrever o número 11 na mensagem e enviar por telemóvel para o número 44567. A visita permitiu a recolha de novos elementos que vão contribuir para a divulgação e promoção do local. Luís Fernando e outros jornalistas foram recebi-

dos pelas autoridades tradicionais debaixo de uma mangueira localizada no centro da aldeia. Ali, foram ungidos com cinza na testa e provaram o dicazu (cola) e o gengibre. O ritual é feito aos turistas que manifestam o interesse de visitar a gruta.

“Esta gruta é fabulosa. Estamos a falar de um património natural onde não há intervenção humana. Aliás, a serenidade da gruta é partilhada entre os homens e animais, tudo isso faz do local um sítio único e sem igual no país”, disse Luís Fernando. As potencialidades turísticas do

município de Ambuíla podem avançar o desenvolvimento das comunidades se forem realizados trabalhos complementares, como a melhoria dos acessos, construção de hospedarias e a instrução de guias, ações que atraem investimentos privados e melhoram as condições de vida da população.

“Mas a gruta de Nsinga Nzambi, no município do Bembe, se for bem explorada, pode contribuir para o crescimento da região e compreender a resistência dos povos no período da ocupação colonial”, afirmou o jornalista.



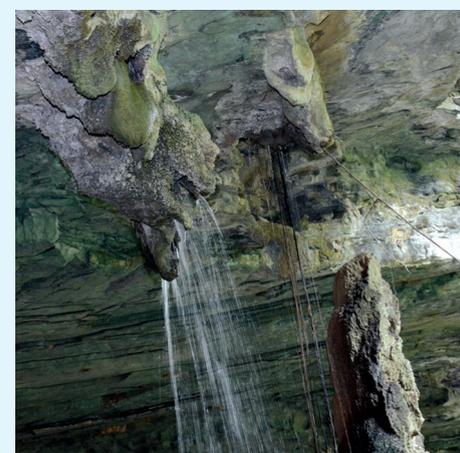
Pedra da Torneira

Tadi a zenzu, nome da gruta na língua nacional kicongo, significa “pedra da torneira” devido à água que jorra no interior. O regedor Augusto Manganzi disse que a gruta foi descoberta por Mpungui a Paxi, um dos primeiros habitantes da aldeia no período pré-colonial.

“Estamos muito satisfeitos e agradecidos a Deus por esta dádiva. Já somos vencedores. O nome da nossa aldeia está entre os grandes locais turísticos do país. Espero que isso seja suficiente para chamar a atenção dos filhos, amigos e naturais de Ambuíla, no sentido de que aqui há muita coisa para ver e explorar”, referiu.

Augusto Manzangu acredita que esta pode ser a maior oportunidade para tornar visível a localidade de Bombo. “Assim sendo poderemos ganhar pelo menos um posto de saúde e uma escola. Por isso pedimos que votem bem, para que possamos fazer parte das sete maravilhas deste país”, apelou.

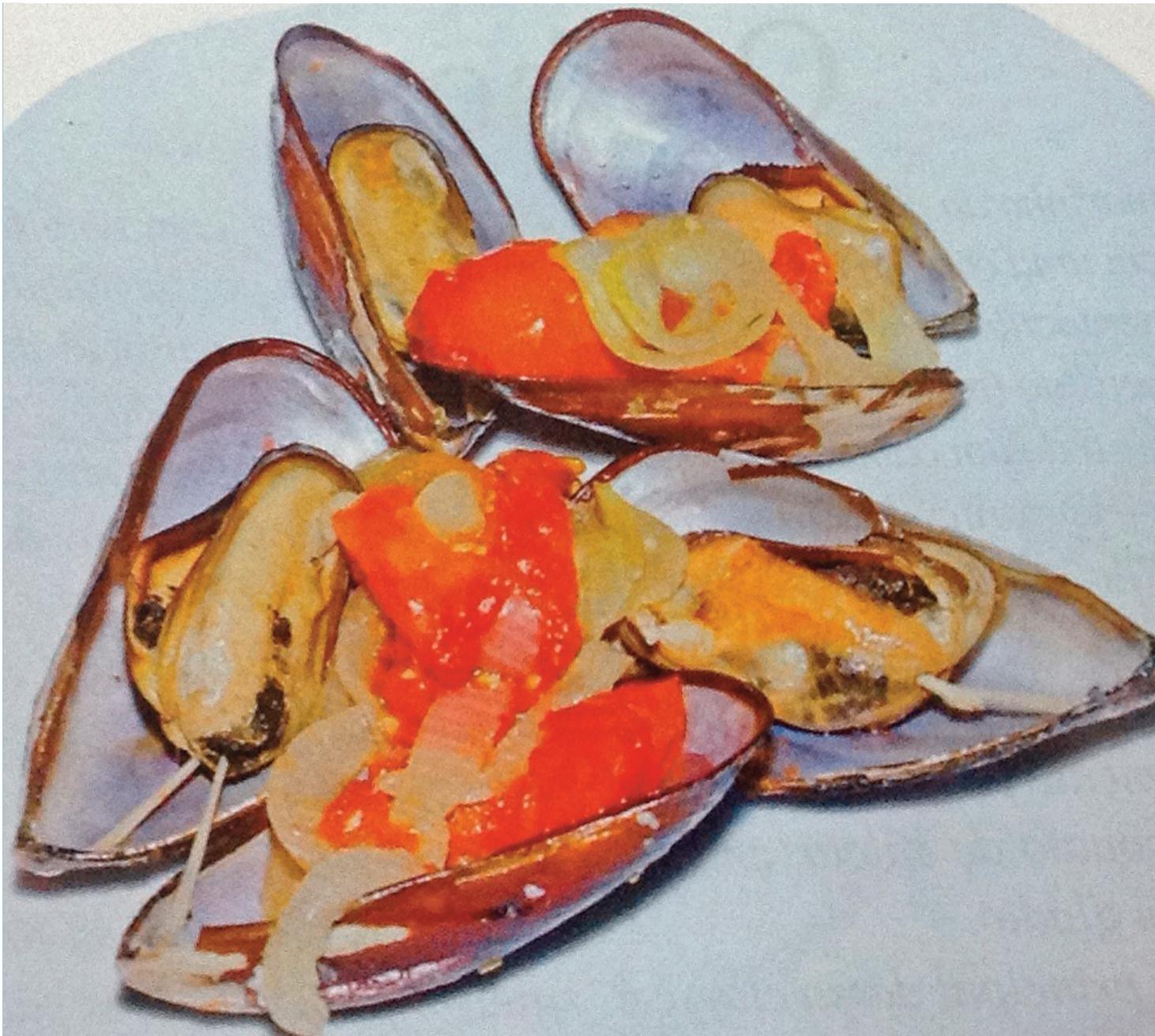
Segundo a tradição oral, o nome original do município de Ambuíla era “Caipemba Mantoya”, que significava “Lugar de curta governação”. Mas foi alterado logo depois da derrota do rei do Congo “kimalaza” ou D. António I, contra as tropas do comandante português Luís Lopes de Sequeira, em 1665, período em que a região passou a designar-se Ambuíla, que significa “Caíram por cima de mim devido aos meus recursos”.



Mexilhões em molho de tomate

Os mexilhões fazem parte da dieta de muitos povos. A forma típica dos pescadores consumirem os mexilhões é assado na brasa. É muito importante saber reconhecer se o produto

está fresco, pois é grande o risco de intoxicação. Ao comprá-lo com casca é fácil verificar o seu estado. Adquirir apenas aqueles que tiverem as conchas fechadas.



Dicas

Lacticínios

Os lacticínios, também denominados produtos lácteos, são alimentos que incluem o leite e os seus derivados processados, geralmente fermentados. As fábricas que produzem estes alimentos pertencem à indústria de lacticínios e caracterizam-se pelo manejo de um produto altamente perecível, como o leite, que deve ser mantido sob vigilância e analisado correctamente durante todos os passos da cadeia de frio até à sua chegada ao consumidor.

A maior parte do leite empregado na elaboração de lacticínios é o leite de vaca, embora também se possa consumir o leite proveniente de outros mamíferos, como a cabra, a ovelha e, em alguns países, a de búfalo, camelo e égua. Actualmente, a maior parte dos alimentos funcionais são elaborados a partir de produtos lácteos. O consumo dos lacticínios experimenta, desde a década de 1950, um grande crescimento mundial que levou a indústria a superar consideráveis obstáculos tecnológicos.

Os produtos lácteos são conhecidos há milénios e é bastante provável que sejam usados para consumo humano desde os tempos das antigas tribos nómadas, devido à grande disponibilidade de leite dos rebanhos que eram deslocados com as populações humanas. A elaboração de lacticínios como o queijo associa-se na cultura popular aos costumes culinários dos pastores.

Os lacticínios e o leite desenvolveram-se historicamente nas populações que se dedicavam à pastorícia.



RECEITA da SEMANA

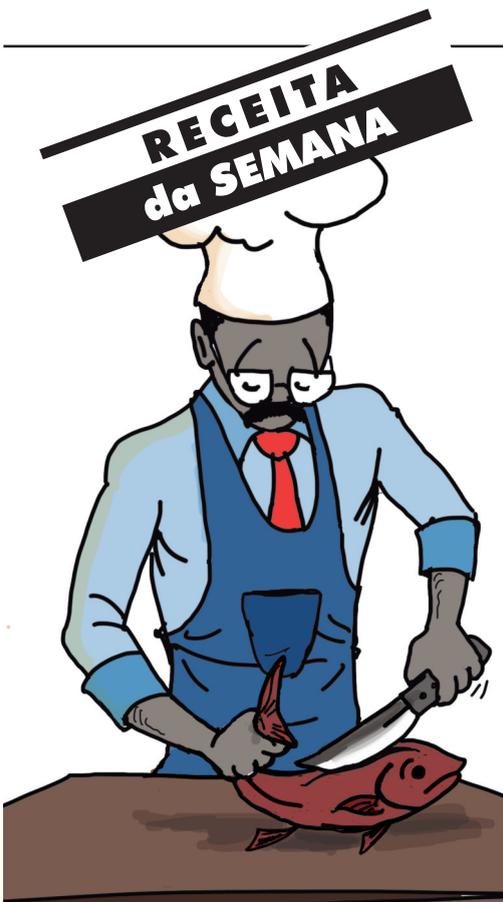
Mexilhões em molho de tomate

INGREDIENTES

Água, um quilo de mexilhões, quatro dentes de alho, duas cebolas em rodela, vinho branco quanto baste, três colheres de sopa de azeite doce, pimenta preta, sete tomates maduros, sal, salsa picada.

MODO DE PREPARAR

Numa panela com água, coza os mexilhões. Numa frigideira aqueça o azeite e adicione a cebola, o tomate, a pimenta, o alho e refogue tudo. Depois acrescente aos mexilhões um pouco de água. Deixe cozer o tempo suficiente e junte o vinho e a salsa picada. Sirva quente.



Francisco Curihingana à conversa com **Monteiro Capunga**

O mecenas que oferece bolsas de estudo aos jovens

Grupo empresarial também oferece cartas de condução



O projecto nasceu de um pedido formulado por uma jovem que estava sem dinheiro para continuar os seus estudos superiores. O empresário Monteiro Capunga prontificou-se imediatamente a encontrar uma solução. Mas depois percebeu que aquela jovem não era caso único. Muitos jovens da província ficavam impossibilitados de estudar nas universidades por falta de dinheiro.

Assim nasceu um projecto que hoje contempla muitas estudantes, grande parte deles já licenciados.

Monteiro Capunga atribui bolsas para universidades nacionais mas também para as melhores escolas superiores do mundo. A sua empresa, a Miamop, está a formar neste momento 190 estudantes de todo o país, em Portugal, Brasil e EUA, além das universidades angolanas. Após a formação académica, todos têm direito a um estágio profissional, garantido pela empresa.

Os bolsеiros têm subsídios para propinas e alimentação. A intenção da administração da Miamop é atingir os dois mil jovens com bolsas de estudo nas universidades.

“Os jovens precisam ser apoiados. Nós não os formamos só para trabalharem na Miamop. O importante é que estejam formados. Temos um período em que os recém formados devem trabalhar na empresa, mas depois podem libertar-se para o mercado de trabalho e procurar outras oportunidades” disse Monteiro Capunga, para quem as dificuldades dos outros são também as suas.

O empresário de Malange defende que a única maneira de ajudar alguém “é dar-lhe os instrumentos necessários que ajudem a vencer na vida e, no caso, a formação dada aos jovens vai servir para assegurar o seu futuro e das suas famílias”.

Monteiro Capunga considera que os jovens, enquanto futuro do país, devem ter o apoio da sociedade e tudo passa pela criação de oportunidades e mostrar-lhes o caminho certo para poderem caminhar.

“O nosso país passou por sérias dificuldades e, directa ou indirectamente, os jovens foram afectados, por isso temos de trabalhar unidos para propor-

MONTEIRO CAPUNGA

Responde

Como nasceu este projecto social?

Costumo dizer que este projecto nasceu do nada e simplesmente cresceu.

Pretendem continuar?

Sim, se não fossem as dificuldades do mercado, nós já tínhamos atingido os 2000 jovens com bolsas de estudo. Mas temos fé que vamos conseguir. O nosso objectivo é trabalhar para ajudar os jovens a vencer.

O que a Miamop recebe em contrapartida?

Nós formamos o jovem e ele tem um período em que deve trabalhar para o grupo. Quando decidir procurar outra oportunidade no mercado, é livre.

A prioridade vai para os jovens?

Sim, por constituírem o futuro da Nação. Ao apoiá-los estamos a garantir a estabilidade social e económica de muitas famílias.

Aconteceu COMIGO

O nascimento do projecto

Houve pouca crença naquilo que é hoje o grande projecto de formação dirigido à juventude. Mas amadurecemos as ideias e o projecto hoje já atingiu os 190 bolsеiros. Vamos continuar a crescer e a ajudar mais jovens.

cionarmos à juventude as melhores oportunidades”, disse.

A muitos jovens de Malange foi dada a oportunidade de conseguir emprego, alguns pela primeira vez, através da empresa de táxi Ngola Kiluange que até ao fim do ano cria 450 postos de trabalho.

Monteiro Capunga assegurou que a sua empresa dá a possibilidade aos interessados de obterem a carta de condução. Depois de obtida a carta, podem trabalhar no grupo Miamop ou em qualquer outra empresa do mercado.

O importante é permitir que o jovem tenha assegurada a profissão e reduzir as dificuldades no campo social, “porque nós sabemos que há muitas famílias que vivem imensas dificuldades hoje. Temos de criar condições para que essas famílias tenham o mínimo para viver”, disse o empresário.

“Este projecto é gratuito, nós contribuimos na sua formação mas não exigimos nenhuma contrapartida, o importante é que nós ajudamos”, salientou.

TVC1

DOMINGO, 14H35

Morre...

E Deixa-me Em Paz

Bernie é dono de uma funerária numa pequena cidade do Texas e todos o adoram. Quando se torna amigo inseparável de uma viúva abastada e insuportável, ninguém estranha. Até ao dia em que ele a mata e tem de criar a ilusão de que ela ainda está viva.



TVC 2

DOMINGO, 20H20

Mortíferas

Nina e Lizzy estão internadas num hospício devido a sérias perturbações mentais. Certa noite, Lizzy convence Nina a fugir, para se encontrarem com amigos. O problema é que nada corre como planeado.



Acontece nas NOVELAS

GLOBO 20h00

Amor à Vida



Paulinha é raptada

Bruno perdoo a Paloma, mas trata-a com frieza. Félix fica perplexo com as exigências que Edite faz para voltar para a mansão. Bruno conta a Paloma que encontrou Paulinha numa caçamba. Félix explica o seu plano de sequestrar Paulinha. Bruno pede a Paloma para o ajudar a contar à Paulinha a história do seu nascimento. Paulinha e Ciça são sequestradas. Paulinha fica apavorada, e Ninho tenta acalmá-la.

TVC 4

DOMINGO, 19H35

Grávida mas Pouco!

Uma jovem finge estar grávida para evitar ser despedida do emprego. Mas quando começa a receber tratamento especial por toda a gente que a rodeia, decide manter a mentira até ao final dos nove meses da falsa gravidez.



GLOBO 19h00

Sangue Bom



O filho de Wilson

Socorro recolhe o material de Bento e Plínio para o exame de DNA. Socorro avisa Amora que conseguiu trocar os materiais antes de enviá-los para análise. Bento diz a Giane que ficou feliz com a ideia de ser neto de Glória. Fabinho provoca Amora e consegue gravar a sua conversa com ela. Salma tenta convencer Gilson a não contar a Fabinho que ele é o filho de Wilson.

GLOBO 18h15

Flor do Caribe



Laurinha com Ester

Zuleika conta a Dionísio que Hélio foi preso. Bibiana vai à casa de Dionísio tirar satisfações sobre a prisão do filho e acaba por agredir Alberto. Bibiana procura o delegado para dizer que Hélio está a assumir a culpa de um crime cometido por Dionísio. Zuleika promete a Ester testemunhar a seu favor no processo de guarda de Laurinha. O juiz confere a guarda de Laurinha a Ester.

GLOBO 9h30

Malhação



Flaviana foi pedida

Flaviana pede ajuda a Vera para convencer os seus pais a deixarem-na estudar no Grajaú. Martin leva Flaviana para passar a noite em casa de Sofia e tenta provocar ciúmes em Anita. Flaviana estranha o seu novo colégio. Para provocar Anita, Martin pede namoro a Flaviana, que aceita. Anita tenta alertar Flaviana sobre Martin, mas a menina acusa-a de ciúmes.

Jornal de Angola

Caderno Fim-de-Semana

Editor

António Cruz

Subeditores

Edna Caxeiro
Ferraz Neto

Edição de Arte

Albino Camana
Valter Vunge

Textos

José bule e Nicodemos Paulo
Francisco Curihingana

Fotos

Mavitidi Mulaza
JAimagens
Reuters e AFP
Globo