

fin de Semana

Domingo, 12 de Abril de 2015

Kidó

TÉCNICO DE ANDEBOL



Cangote

Cangote é uma comuna do município do Chinguar, na província do Bié. A sua população dedica-se essencialmente à actividade agrícola. Chinguar fica 75 quilómetros a sudoeste da cidade do Cuito e tem uma população

de 120 mil habitantes. A outra comuna do município é o Cutato. É limitado a Norte pelos municípios de Cunhinga e Bailundo, a Este pelo município do Cuito, a Sul pelo município de Chitembo e a Oeste pelo município de Catchiungo.



EDSON FABRIZIO

Horóscopo

Carneiro

Os seus relacionamentos de amizade podem atravessar um período em que é aconselhável ser mais cauteloso na selecção de companhias. No referente aos familiares, não se esqueça que eles existem e que a sua companhia é sempre bem recebida.

Touro

Trata-se de um período de dias em que as suas relações de ordem social são bastante pacíficas. Assim, a semana passa de forma bastante serena e o seu sistema nervoso é beneficiado por este aspecto. Pode conhecer durante este período alguém que é muito importante para si.

Gêmeos

Este período no referente à sua vida social deve ser acautelado e não espere nem exija demasiado dos seus amigos. Conceda mais espaço a si próprio e proceda a uma reflexão aprofundada à forma de pensar e agir. Encontra algumas motivações até agora desconhecidas.

Caranguejo

Seja cuidadoso na forma como se relaciona com as pessoas, sejam amigos, familiares ou simplesmente conhecidos. Por outro lado, dê uma oportunidade às pessoas de se poderem manifestar. Saber

escutar é uma virtude e pode evitar constrangimentos desnecessários.

Leão

O aspecto social no que se refere a relacionamentos com amigos e familiares deve caracterizar-se pela prudência. Evite choques que além de não lhe trazerem benefícios podem criar situações delicadas. Aproveite os tempos livres desta semana para a meditação e auto-análise.

Virgem

A sua vida social deve ser encarada de forma bastante prudente e convém evitar situações irrealistas que só lhe trazem complicações e alguns desgostos. Mantenha um relacionamento próximo com os seus familiares. Com eles encontra paz e equilíbrio.

Balança

A sua vida social e os seus relacionamentos de uma maneira geral devem ser muito bem geridos. Não crie anticorpos à sua volta que de um momento para o outro lhe podem causar grandes contratempos. Seja claro naquilo que diz e pode evitar mal-entendidos.

Escorpião

No que se refere à sua vida social tente não criar situações de atrito, tenha moderação e compreensão para com os seus

familiares e amigos mais íntimos. A tolerância deve ser constante durante toda a semana. Caso contrário, pode cair em contradições motivadas por excessos.

Sagitário

As relações de amizade, as familiares e a sua vida social de uma maneira geral devem merecer toda a sua atenção. Este aspecto aconselha a grande prudência, muita calma e mantenha-se com atenção em relação às situações e pessoas à sua volta. Um pouco mais de confiança em si é uma boa opção.

Capricórnio

Os seus relacionamentos de amizade e familiares devem ser acautelados. Não crie situações de tensão e procure durante este período preferencialmente o aconchego do lar e a meditação.

Aquário

Igualmente na área das amizades e na sua vida social deve manter uma atitude prudente e não se deixe levar por impulsos que lhe podem trazer algumas situações um pouco complicadas.

Peixes

Os seus relacionamentos sociais durante esta semana devem ser mais direccionados à família e para o seu lar de uma forma muito especial. A meditação pode abrir-lhe algumas portas.

CURIOSIDADE

Wagner

Wilhelm Richard Wagner viveu de 1813 a 1883. Foi um maestro, compositor, director de teatro e ensaísta alemão, primeiramente conhecido pelas suas óperas. As composições de Wagner são notáveis pelas suas texturas complexas, harmonias ricas e orquestração, e temas musicais associados com carácter individual, lugares, ideias ou outros elementos.



Wagner foi o pioneiro em avanços da linguagem musical, tais como o cromatismo extremo e a rápida mudança dos centros tonais, que muito influenciou no desenvolvimento da música erudita europeia. A influência de Wagner vai além da música, é também sentida na filosofia, literatura, artes visuais e teatro.

ANEDOTAS

Sol

Dois miúdos à conversa no recreio da escola e a olharem para o sol. Pergunta um para o outro: Sabes a que horas nasce o sol?

Como é que vou saber, se nós só estamos aqui na escola à tarde!

PASSATEMPO

Descubra as 7 diferenças



Sopa de Letras

Procure nesta sopa de letras planetas do sistema solar

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

“A fronteira do asfalto”



Liga Africana

O colectivo de teatro Pitabel estreia neste sábado, na Liga Africana, a peça “A fronteira do asfalto”, uma adaptação de um conto do livro “A cidade e a infância” de Luandino Vieira. A peça narra a história de duas crianças, um menino negro e uma menina branca, que são proibidos de se encontrar. Apartados por iniciativa da família dela, os jovens também são separados pela “fronteira de asfalto” que divide os bairros ricos e os musseques de Luanda.

Mariza

Epic Sana Luanda Hotel



A fadista portuguesa Mariza actua, sábado, no Epic Sana Luanda Hotel, acompanhada pelos músicos José Manuel Neto, Pedro Jóia, Yami e Vicky Marques. O espectáculo está inserido nas comemorações dos 37 anos da ENSA Seguros de Angola, que tem por princípio apoiar a música e a arte em todas as suas dimensões.

Acontece

de 12 a 18 de Abril de 2015

PROGRAMAÇÃO DA SEMANA

Programação de 03 a 09/04/2015

CINEPLACE BELAS SHOPPING

SALAS	FILMES EM PROJEÇÃO	GÉNERO	IDADES
S.01	“VELOCIDADE FURIOSA 7	ficção	16



SINOPSE

Vin Diesel, Paul Walker e Dwayne Johnson lideram o elenco de “Velocidade Furiosa 7”. James Wan realiza o novo capítulo desta bem sucedida saga que marca o regresso dos favoritos Michelle Rodriguez, Jordana Brewster, Tyrese Gibson, Chris Ludacris Bridges, Elsa Pataky e Lucas Black, aos quais se juntam outras estrelas de renome internacional como Jason Statham, Djimon Hounsou, Tony Jaa, Ronda Rousey, Nathalie Emmanuel e Kurt Russell. Neal H. Moritz, Vin Diesel e Michael Fottrell voltam a produzir o filme com argumento de Chris Morgan.

Elenco: Jason Statham, Dwayne Johnson, Vin Diesel, Paul Walker, Elsa Pataky, Jordana Brewster, Lucas Black, Michelle Rodriguez, Kurt Russell

Direcção: James Wan

SALAS	FILMES EM PROJEÇÃO	GÉNERO	IDADES
S.02	Preto ou Branco	drama	12
S.03	Cinderela	drama	6
S.04	A Série Divergente: Insurgente	acção	12
S.05	Home: Minha casa	acção	06
S.05	The Gunman O Atirador	acção	16
S.07	Tal Pai tal mãe	comédia	12

FAZEM ANOS ESTA SEMANA

SAMANTHA FOX

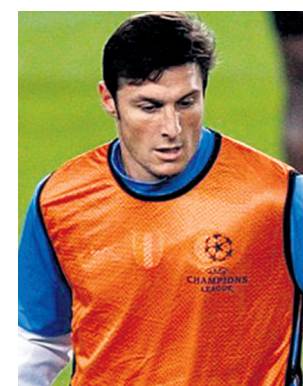
Samantha Karen Fox, nascida em Londres, a 15 de Abril de 1966, é modelo e cantora britânica de grande sucesso na década de 80. A sua carreira musical começou em 1986 e logo atingiu grande sucesso mundial com êxitos como Touch Me (I Want Your Body) e Nothing's Gonna Stop Me Now.



JONATHAN PITROIPA



Beninwende Yann Jonathan Pitroipa, nascido em Ouagadougou, Burquina Faso, a 12 de Abril de 1986, é um futebolista.



ZANETTI

Cristiano Zanetti, nascido em Carrara, Itália, a 14 de Abril de 1977, é futebolista. Defendeu a selecção italiana no Mundial e no Euro.



Sustento de muitas famílias está na rua

KILSSIA FERREIRA |

Hoje, uma boa parte da população activa trabalha no mercado informal, fazendo da venda ambulante a alternativa para sair do aperto na hora de fazer contas para a alimentação diária e pagar outras despesas essenciais, como a escola dos filhos e os serviços de saúde. É o caso de Maria Teresa, que ganha a vida fazendo bolos e salgados. Também vende comida típica a quem não quer cozinhar, principalmente aos fins-de-semana.

Maria admitiu que “o negócio está a ser rentável”. Através dele, consegue sustentar os filhos, pagar as propinas da escola e cuidar de si. Sempre gostou de cozinhar e os clientes da sua culinária elogiam-na muito.

“Algumas vezes cozinhou para pedidos, casamentos e outras actividades sociais. Mas por causa das dificuldades da vida, decidi passar a cobrar pelos meus trabalhos. Assim, já consigo comprar produtos no Mercado do 30, no Panguila ou mesmo no Quicolo”, revelou.

Os preços praticados variam de acordo com o número de pessoas e dos ingredientes. Cobra menos se os ingredientes ficarem por conta do interessado.

O *Jornal de Angola* conta como é a vida de Márcio Santos e Paula Cristina, cujos rendimentos provêm da venda de lanches no bairro onde residem. Antes de entrar no negócio, Paula Cristina trabalhava como empregada doméstica. Abandonou o trabalho porque o patrão a tratava mal.

Hoje, Paula vende sandes de figado, queijo e fiambre, por 100 kwanzas. Diariamente faz cinco mil kwanzas. Não diz como gere a actividade porque “o segredo é a alma do negócio”. O marido vende água e refrigerantes.

Tina Manuel faz o seu negócio ambulante com roupa usada, nas imediações do Mercado dos Congolezes. A roupa de fardo é a sua salvação: “Passei muitas dificuldades”. Mãe de três filhos, Tina está no negócio há 12 anos e diz que o seu grande sonho é abrir um espaço exclusivo para roupa de fardo.

O negócio é rentável. Por semana, ganha 20 mil kwanzas. Mensalmente, Tina vende três “balões” de roupa de fardo.

Hélder António Baxe, de 35 anos, tem um curso de artes plásticas. Faz desenhos do Homem Aranha, Minnie e Mickey, além das “princesas” da Disney.

Hélder disse à nossa reportagem que, na altura em que começou a trabalhar com madeira, estava desem-

pregado e procurava qualquer coisa para sustentar a família. Fez o ensino médio na escola Macarenko. Só mais tarde entrou nas artes plásticas.

A ideia de decorar festas com bonecos famosos de madeira surgiu de um amigo. “Ele queria dar uma festa ao filho e pediu-me para desenhar na parede algumas imagens de bonecos famosos e assim se fez”, contou.

Depois daquela festa surgiram outros pedidos: “Decidi inovar, fazendo bonecos de madeira para decoração de casas e festas”.

O jovem está no mundo da decoração há sete anos. Em cada festa que decora, cria um cenário diferente. “Hoje, estou firme no mercado informal, graças à minha capacidade de fazer negócios. Para chegar até onde estou, foi graças a organização e entrega ao trabalho”.

Hélder aposta agora na legalização da sua empresa, que conta já sete funcionários.

Informalidade e certificação

José Severino, presidente da Associação dos Industriais de Angola (AIA), diz que “a informalidade é um sério problema, a vertente mais visível é a do comércio de rua, em que cidadãos procuram a sua sobrevivência”.

Por isso, a forma de conter esse movimento é pela certificação dos vendedores existentes, levá-los para pequenos mercados, em diversos pontos da cidade e formá-los com padrões de higiene e normas de comércio. “Ter uma definição de bens expressamente proibidos para venda de rua, como carne, medicamentos e bens importados, é fundamental”, afirmou.

“Não se deve esquecer que a essas pessoas ainda não foi oferecida uma oportunidade de trabalho. Têm famílias para sustentar e muitas vezes vendem bens que preenchem vazios comerciais, prestando um bom serviço aos consumidores. Há vários casos de sucesso noutras cidades do mundo que podem ser transportados para o nosso país”, afirmou.

O presidente da AIA defende que a industrialização tira muitos jovens da informalidade, pois, além das vantagens materiais, essa actividade permite ao jovem criar novos horizontes, profissionais e educativos. Mas, admitiu que “o eixo de suporte tem de ser via fixação de jovens nas suas áreas de origem, desenvolvendo os serviços de educação, agricultura, agro-indústria e construção civil”.

José Severino aponta outras actividades com potencial, como o artesanato e o turismo.

A Liderança

SUELY AFONSO |*

Liderança é o processo de conduzir um grupo de pessoas, transformando-o numa equipa que produz resultados. É a habilidade de motivar e influenciar de forma ética e positiva, para que contribuam voluntariamente, e com entusiasmo, para alcançarem os objectivos da equipa e da organização.

Motivação

Falar de boa liderança é falar de bons exemplos e de motivação. Uma equipa formada nesses fundamentos é comprometida voluntariamente, sem pressões ou obrigações. Produz resultados com seriedade e entusiasmo.

Um líder que não motiva a sua equipa não pode cobrar resultados efiazes, pois o homem tem o seu comportamento baseado naquilo que o motiva, seja internamente ou externamente. Uma equipa motivada vê o líder como alguém que sabe para onde vai, e sente-se segura por ter o líder como guia.

Responsabilidades

O segredo de um trabalho em conjunto está na delegação de responsabilidades, onde cada profissional, dentro dos seus conhecimentos e capacidades, possa desenvolver as etapas do processo que lhe são atribuídas. A condução desse processo deve ser realizada por um líder que vê não apenas os conhecimentos técnicos dos profissionais, mas que também saiba trabalhar nas habilidades e competências de cada um.

Riscos

Liderança é a disposição de assumir riscos. É o desejo apaixonado de fazer a diferença. É assumir responsabilidades enquanto os outros inventam justificações. É visualizar as possibilidades de uma situação, enquanto os outros só conseguem ver as dificuldades. É a disposição de se destacar no meio da multidão. É abrir a mente e o coração. Evocar quem nos ouve. A capacidade de sonhar. É inspirar outras pessoas com uma visão clara da contribuição que elas podem oferecer.

* Miss Luanda 2012





Caldos

Caldos são ingredientes culinários preparados cozendo carne ou apenas ossos, peixe ou vegetais e aproveitando principalmente a parte líquida, para fazer sopas ou molhos. Para além de alimento,

os caldos, especialmente os que são feitos com ossos, têm sido usados ao longo dos séculos para ajudar no tratamento de doenças e, quando adequadamente preparados, mostram uma composição saudável.

**RECEITA
da SEMANA**



Caldo Verde

INGREDIENTES

2 litros de Água
300 grs de batata
500g de couve cortada para caldo verde
1 colher de sal grosso
2,5dl de azeite doce
chouriço

PREPARAÇÃO

Leve ao fogo, numa panela de água, as batatas descascadas e cortadas aos bocados. Quando estiverem cozidas, retire-as e esmague-as voltando a colocá-las na água da cozedura. Junte a couve e o azeite doce e deixe levantar fervura com a panela destapada, para a couve ficar bem verde. Ao servir, junte uma rodela de chouriço em cada prato, para dar mais gosto. Sirva bem quente.



Dicas

Feijão

A importância nutricional do feijão é reconhecida desde a antiguidade. O feijão é uma leguminosa e as suas fibras ajudam a prevenir a prisão de ventre e várias doenças intestinais que podem causar danos permanentes. Também contribuem para equilibrar o nível de açúcar no sangue.



Carne branca

A carne branca das aves, além das propriedades nutritivas (é boa fonte de proteínas, ferro e fósforo) tem outras vantagens, pois tem poucas gorduras e é de fácil digestão.



Béu Pombal à conversa com **Kidó**

Técnico de andebol

Depois de uma carreira notável como atleta até 2006, José Pereira “kidó” continua a ser uma referência do andebol angolano. Desde que se retirou, iniciou uma carreira bem sucedida como treinador na modalidade.

Actualmente a treinar a equipa sénior masculina do Petro de Luanda, kidó tem na sua galeria inúmeros troféus. Em 2008, quando abraçou a carreira de treinador profissional, conquistou o seu primeiro título de campeão nacional de seniores masculinos, ao serviço da equipa do Kabuscorp do Palanca, repetindo a proeza na temporada 2013/14 já com a sua actual equipa.

Na época de 2010/11 deixou também as suas impressões digitais de forma indelével no Interclube de Angola, vencendo três Taças de Angola, à frente da equipa sénior masculina. Na sua vasta folha de serviços, consta ainda um quarto lugar como seleccionador de cadetes, no campeonato africano da modalidade, disputado no Quênia, em 2014.

Antes de treinar equipas angolanas, o técnico orientou algumas equipas regionais em Portugal, entre as quais o Sporting da Horta e o FC de Gaia. “Comecei como treinador em Portugal, no princípio de 2000, depois de uma curta carreira como atleta naquele país”, informou.

Início em Benguela

Produto das escolas de Benguela, província onde nasceu, Kidó, de 41 anos, casado e pai de um filho, mergulhou no andebol na década de 80 jogando sempre como central. O seu primeiro clube foi o Dínamo de Benguela, transferindo-se depois para o 1º de Maio, também, de Benguela. Após atingir o escalão de júnior, foi contratado pelo 1º de Agosto, no qual teve curta passagem, seguindo para Portugal onde actuou até 2006.

Em terras lusas, jogou em vários clubes, terminando no Sport Lisboa e Benfica. “A minha passagem por Portugal foi marcada pelas actuações que tive no Benfica de Lisboa. Foi lá onde vivi um dos melhores momentos da minha carreira como atleta”, frisou.

Ainda como atleta, o timoneiro petrolífero, que terminou a carreira no Grupo Desportivo da Banca, em Luanda, teve várias participações nas diferentes selecções nacionais, sendo a presença de maior realce a actuação em 2004, no Cairo, no campeonato africano, onde o colectivo angolano conseguiu pela primeira vez o quarto lugar e o apuramento para o campeonato do mundo. O andebol masculino



JAIMAGENS

em Angola está em franco crescimento, fruto dos apoios e de uma política bem gizada das entidades competentes. “Só o facto de estarmos a participar desde

2013 em todas as competições nacionais e internacionais, nos mais diversos escalões, é sinal de que brevemente podemos colher bons frutos”, afirmou.

ÂNGELO

RESponde

Que impressão tem da conjuntura do país?

O país está a crescer a olhos vistos. Vemos várias centralidades a serem erguidas, particularmente em Luanda onde temos a Cidade do Kilamba, que faz inveja a muitos países do mundo. É também notório o crescimento em outras áreas em todo país. O poder de compra das pessoas subiu, o país deu largos passos em frente. A caminhar assim, nos próximos anos temos um crescimento bem melhor.

Aconteceu COMIGO

José Pereira Kidó define-se como um chefe de família “que se dedica incansavelmente” ao seu lar, tem o seu único filho como a pedra mais preciosa da sua vida. “O nascimento do meu filho, há um ano, é até hoje o facto de maior incidência na minha vida pessoal. A sua vinda ao mundo foi minuciosamente preparada por mim e pela minha esposa, daí a grande satisfação de o termos”.



MUNDO DOS MEDIA

Uma companhia na madrugada

“Madrugada” é um programa da grelha do Canal A da Rádio Nacional de Angola (RNA). É dedicado a abordagens ligadas à rica e vasta cultura angolana e reflexões de aspectos sociais de forma educativa.

A componente entretenimento desta rubrica é tida em conta, num momento em que um número considerável de ouvintes está acordado,

porque trabalha em regime de turnos e tem os espaços da madrugada como companhia. A grelha do Canal A, a principal estação da Rádio Nacional de Angola contempla 33 programas, com excepção dos espaços noticiosos, dos quais quatro são de produção independente (Vanguarda Policial, A Voz das FAA, Ecos do Evangelho e Kamatondo).

A RNA contempla ainda outros canais tais como a “Rádio Ngola Yetu”, outro canal de pendor generalista, mas transmitido em 14 línguas nacionais, a “Rádio Cinco”, de temática exclusiva de desporto, “Rádio FM”, de pendor musical, e “Canal Internacional”, emitido em francês, português, inglês e lingala.

Acontece nas NOVELAS

BABILÔNIA

GLOBO 20h15

SETE VIDAS

GLOBO 20h00



Beatriz desafiada

Vinícius pede Regina em namoro. Beatriz seduz Diogo. Estela confessa a Rafael que teme que Lauro mostre a carta de Teresa a Ubaldo. Diogo conta a Ivan tudo sobre Beatriz. Murilo não consegue falar com Alice. Bento e Vinícius falam sobre o passado de Murilo. Laís combina ir estudar com Sandrinha para encontrar-se com Rafael.



O regresso de Tais

Júlia conta a Pedro que eles não são irmãos. Pedro fica decepcionado ao saber que não vai conseguir ver o rosto de seu pai biológico. Arturzinho pede a Vicente que pague a sua dívida ao banco e Lígia fica inconformada. Marlene comunica a Elisa que Durval vai morar com ela e Bernardo. Lígia decide voltar a trabalhar e Vicente fica frustrado.

TVC1

DOMINGO, 13H40

O Quinto Poder

O fundador da Wikileaks, Julian Assange, e Daniel Domscheit-Berg, juntam-se para vigiar de forma anónima pessoas influentes e poderosas. Em pouco tempo, libertam mais notícias bombásticas do que todas as grandes empresas dos Media do mundo.



TVC2

DOMINGO, 14H15

Aguenta-te, Canalha

John Mallory, um especialista em explosivos, está em fuga pelo México quando conhece Juan, o líder de uma família de bandidos. John aceita juntar-se a eles para um assalto, mas nem tudo corre como planeado.



TVC4

DOMINGO, 13H45

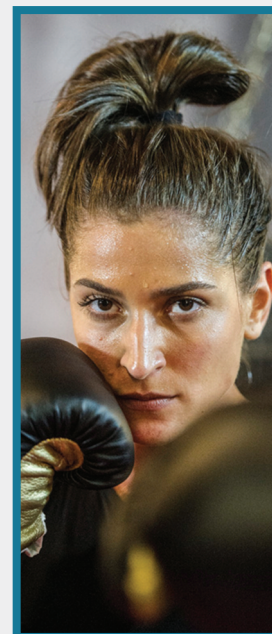
Presas no Paraíso

Depois de ser despedida do emprego, Tess viaja até Porto Rico para salvar a sua carreira. Mas a viagem é um desastre e a chegada de um furacão piora tudo. Mas quando Tess conhece um atraente viajante, ele dá-lhe uma nova perspectiva sobre a vida.



MALHAÇÃO

GLOBO 18h15



Lobão abandonado

Lobão e os alunos da Khan preparam-se para o campeonato. Dalva é internada e Duca pede a Gael para entregar a Nat o relógio com a câmara escondida. Nando pede permissão a Tomtom para namorar Delma. João prepara um almoço a Bianca, mas ela corre para o hospital ao saber do estado de Duca e Dalva. Delma aceita namorar com Nando e Marcelo lamenta.

ALTO ASTRAL

GLOBO 21h00



A vizinha de Manuel

Laura pede a Vicente que conte a verdade sobre Adriana. Marcelo avisa Úrsula que ela muda de médico. Tina e Nicolas alugam uma casa na mesma rua que Manuel, que fica chateado ao saber que a ex-mulher vai ser sua vizinha. Samantha conta a Pepito que foi ela quem tirou a foto do pai de Laura com as quatro mulheres. Laura pede demissão da revista Celebrar. Marcelo e Maria Inês beijam-se. Marcos prepara um jantar romântico para Laura.

Jornal de Angola

Caderno Fim-de-Semana

Editor
António Cruz

Subeditores
Edna Caxeiro
Ferraz Neto

Edição de Arte
Albino Camana
Valter Yunge

Textos
Béu Pombal
Fotos
JAimagens,
Reuters,
AFP,
Globo