

# o fim de **Semana**

Domingo, 27 de Setembro de 2015



## **JOSÉ SUINGUE**

*Exibição notável na África do Sul*

# Parque Nacional de Cangandala

O Parque Nacional da Cangandala localiza-se na província de Malanje, ocupa cerca de 600 quilómetros quadrados e é rico em espécies de aves como patos bravos, capotas, perdizes, pombos, entre outras espécies. Mas a sua importância capital é o facto

de ser o habitat natural da Palanca Negra Gigante, espécie rara que só se encontra em Angola e, particularmente, na província de Malanje. A transportadora aérea de bandeira, a TAAG, tem-na como símbolo, e a Seleção Nacional de Futebol adoptou o seu nome.



JAIMAGENS

## CURIOSIDADE

### As misteriosas Pedras da Cabala

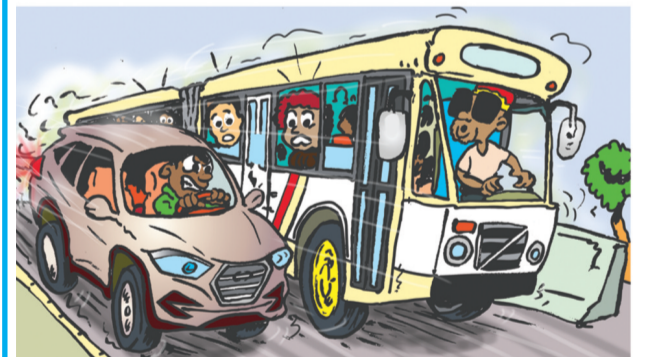
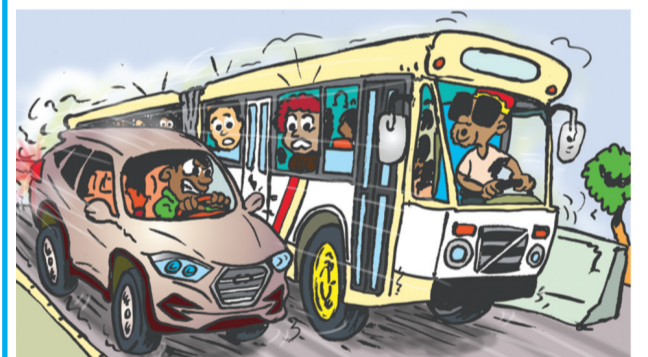
Nas matas de Kassady, aldeia de Cabala, município do Negage, no Uíge, existem pedras titânicas e misteriosas por possuírem escrituras e desenhos que, até agora, ninguém conseguiu decodificar. Para chegar ao local é necessário observar alguns rituais. A autoridade tradicional tem de espalhar marujo, cerveja, vinho e alimentos no chão e anunciar algumas palavras, para obter a permissão das sereias que guardam o local. Durante a ocupação colonial, as pedras da Cabala mereceram a atenção do antigo governador-geral da província de Angola. Rebocho Vaz mandou fazer uma placa de betão sobre as misteriosas pedras, para proteger as pinturas rupestres dos ventos e chuvas fortes. O sítio é também conhecido por ser aí que se realizavam cerimónias tradicionais, como a circuncisão dos jovens da aldeia.

## ANEDOTAS

**A dona da casa para a empregada doméstica:**  
 - Dona Maria, olhe que eu não gostei nada da cara do sujeito que, esta manhã, veio visitá-la!  
**A empregada:**  
 - Tem graça! Também ele me disse o mesmo quando viu a cara da senhora.

## PASSATEMPO

### Descubra as sete diferenças



## Sopa de Letras

Encontre as palavras: Dívida pública, Dívida corporativa, fundos de investimento.

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

## Horóscopo

### Carneiro

Período de importantes questões relacionados com trabalho, saúde, relacionamentos e emoções. Favorável a uma abordagem mais expansiva do amor, embora haja muitos assuntos delicados que devem ser conversados novamente na relação afectiva.

### Touro

Fase propícia a nova atitude em relação aos seus sentimentos, criatividade e trabalho. Mais dedicação aos cuidados com a saúde e qualidade de vida. Momento favorável à vida amorosa.

### Gêmeos

Fase de reavaliação, sobretudo em relação à vida afectiva e aos relacionamentos. Assuntos, que imaginava superados, retornam. Exige-se temperança e equilíbrio emocional.

### Caranguejo

Momento propício ao aprimoramento da sua capacidade de comunicação, expressão e interacção. Período

favorável a uma relação amorosa mais equilibrada e harmoniosa.

### Leão

Fase de maior comprometimento com os seus talentos e de mudança nas questões de índole financeira.

### Virgem

Fase de intenso aprimoramento com importantes questões emocionais e materiais. Momento de importantes reflexões sobre amor, relacionamento, afinidade espiritual e emocional.

### Balança

Período de profundas reflexões e de colheita do que foi feito no passado. Fase de reavaliações no relacionamento.

### Escorpião

Período propício a mudanças de atitude. Tendência a estar mais emotivo e sensível no amor.

### Sagitário

Momento de mudanças significativas na

área afectiva. Expectativas de surpresas emocionais, novidades e transformações necessárias para a ocorrência da evolução no amor e no relacionamento.

### Capricórnio

Fase de importantes acontecimentos vinculados a conhecimentos, viagens e aprimoramento profissional. Surpresas e mudanças podem ocorrer em família e na vida privada.

### Aquário

Momento de grandes desafios, sobretudo em questões emocionais, de saúde e materiais. Fase importante para perceber o que é realmente essencial na vida. Desapego e mudança.

### Peixes

Fase positiva para o aprimoramento dos relacionamentos, seja na esfera pessoal ou profissional. Evite assinatura de contratos e decisões muito importantes, pois poderá mudar de ideia depois. No amor procure não cobrar muito do parceiro ou ter expectativas idealizadas.

# Mestre Dangui e Compadres

CEDIDA

## Salão de festas do Cine Kilumba

Os músicos Mestre Dangui, Kyaku Kiadaf, Paul G, Os Tuneza, Titica, Baixinho Requentado, Diclas One, Zibo Ciborg e o humorista Cotingo actuam, sábado, às 22h00, no Salão de festa do Cine Kilumba, no município de Viana, em Luanda, no âmbito do projecto "Festa de Viana". O evento é uma produção de Caso Micha e Bem-vindo, tem a animação dos Djs Dorivaldo Mix, Romano, Yannick, Nelinho, Ed Coca e Bana, e apresentação de Bem-vindo Magalhães.



**Acontece**

de 27 de Set. a 3 de Out. de 2015

# PROGRAMAÇÃO DA SEMANA

Programação de 27 a 30/09/2015

## CINEPLACE BELAS SHOPPING

| SALAS | FILMES EM PROJEÇÃO    | GÉNERO | IDADES |
|-------|-----------------------|--------|--------|
| S.06  | A OVELHA BONÉ O FILME | ficção | 16     |

## SINOPSE

Boné, uma ovelha esperta e matreira, vive com o seu rebanho na quinta Vale Verdejante sob a supervisão do Agricultor e de Hitler, um cão pastor com boas intenções, mas pouco eficaz. Apesar dos esforços da Ovelha Boné, a vida na quinta caiu numa rotina enfadonha e ela conjura um plano engenhoso para conseguir um dia de folga. No entanto, o plano da Ovelha Boné descontrola-se rapidamente e faz com que o indefeso Agricultor acabe longe da quinta. Com a ajuda do rebanho, Boné tem de deixar a quinta pela primeira vez e viajar até à Grande Cidade, para salvar o Agricultor... e falhar não é uma opção. Mas, como irão as ovelhas sobreviver? Conseguirão passar despercebidas, evitar que descubram que são ovelhas e dessa forma manterem-se a salvo das garras do malvado funcionário do controlo animal? Vive esta aventura repleta de acção, divertimento e... muita lã, onde a Ovelha Boné e o seu rebanho vão viver o dia mais animado das suas vidas.

**Elenco:** Voss de: Justin Fletcher, John Sparks, Omit Daily, Richard Webber, Kate Harbor, Tim Hand, Andy Nyman, Simon Green all, Emma Tate

**Director:** Mark Burton, Richard Starmark

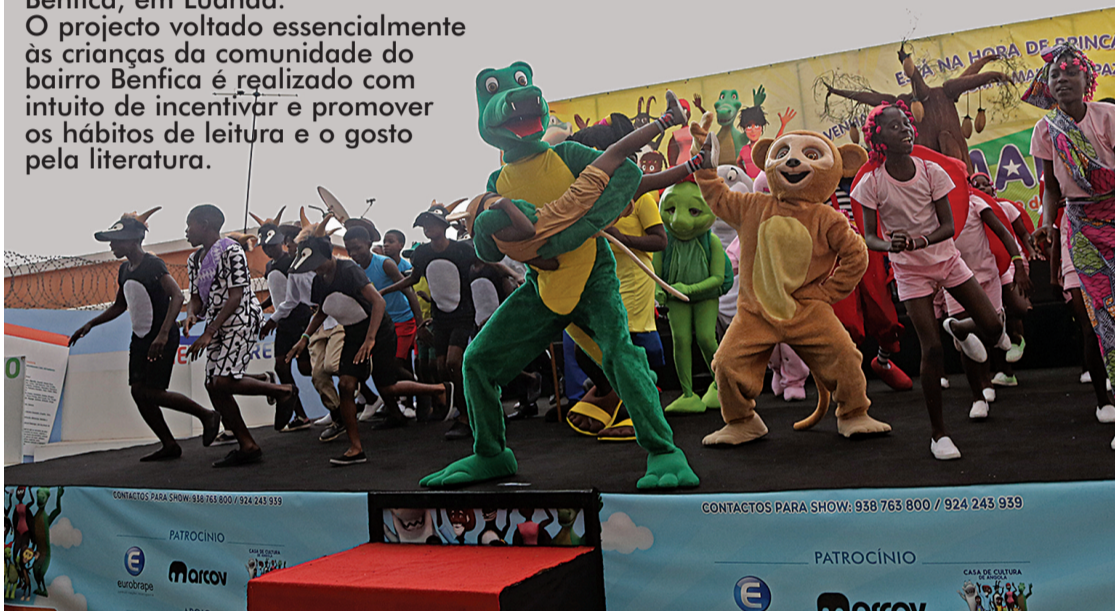
| SALAS | FILMES EM PROJEÇÃO                 | GÉNERO  | IDADES |
|-------|------------------------------------|---------|--------|
| S.01  | Missão: Impossível - Nação Secreta | acção   | 12     |
| S.02  | Nós Somos teus Amigos              | drama   | 14     |
| S.04  | Homem-Formiga                      | acção   | 12     |
| S.05  | Seguranças de Alto Risco           | comédia | 14     |
| S.06  | Um Ponto de Viragem                | drama   | 12     |
| S.07  | Lugares Escuros                    | drama   | 12     |

## Casa de Cultura Malta da Paz e da Alegria

A segunda edição do programa "Kandengue Feliz", dedicado às crianças, é realizado hoje, às 14h00, na Casa de Cultura Malta da Paz e da Alegria (CCMPA), no Benfica, em Luanda.

O projecto voltado essencialmente às crianças da comunidade do bairro Benfica é realizado com intuito de incentivar e promover os hábitos de leitura e o gosto pela literatura.

## "Kandengue Feliz"



# FAZEM ANOS ESTA SEMANA

## ROBERTA MIRANDA

Roberta Miranda, nome artístico de Maria Albuquerque Miranda, nascida em João Pessoa, a 28 de Setembro de 1956, é cantora e compositora brasileira. Entre os seus maiores sucessos estão "A Majestade", "O Sabiá", "Pimenta Malagueta", "Vá Com Deus" e "Sol da Minha Vida". Em 2015, ganhou o 26º Prémio da Música Brasileira na categoria Melhor Cantora de Canção Popular.



## FRANCESCO TOTTI



Francesco Totti, nascido em Roma, a 27 de Setembro de 1976, é futebolista italiano e actualmente joga pela equipa do Roma. Foi campeão do mundo em 2006 pela selecção italiana.

## AVRIL LAVIGNE



Avril Ramona Lavigne, nascida em Belleville, a 27 de Setembro de 1984, é cantora, compositora e atriz canadense. Também desenvolve trabalhos paralelos na área do design de moda, filantropia e, ocasionalmente, actua como atriz.



## MILÃO

# A cidade da moda e das massas

**Metrópole italiana alberga a Exposição Universal onde o Pavilhão de Angola é dos mais visitados**

PEREIRA DINIS  
e ANTÓNIO BEQUENGUE | Milão

**M**ilão é uma cidade da moda. Quase todas as semanas são apresentadas novidades em termos de roupas e calçado. Na culinária, dominam as massas e pizzas de todo o tipo.

Caso o forasteiro tenha o estômago sensível à comida milanesa, em que predomina o molho de tomate, pode recorrer a um grande número de estabelecimentos estrangeiros, como as pequenas tabernas de paquistaneses, onde a oferta nos pareceu mais conforme aos nossos hábitos. Encontrámos, por exemplo, arroz de cenoura, grão-de-bico, salada e até uma caldeirada de cabrito.

Durante os oito dias que andámos por Milão, não demos com um restaurante ou taberna com pratos de peixe, mas, em contraste, há muito marisco.

No restaurante do Pavilhão de Angola da Expo Milão 2015 havia peixe, mas era importado do Brasil e nem mesmo o empregado de mesa nos soube dizer de que espécie era.

Diferenças à parte, os milaneses têm muitos hábitos parecidos com os nossos. É natural verem-se crianças a brincar na rua de manhã ou à noite, assim como pessoas a pé, a passear com os cachorros. O contraste maior é que, em Milão, é usual ver-se pessoas da terceira idade a circularem de bicicleta, o que seria impensável em Luanda, onde, além de não existirem ciclovias, há um grande

desrespeito pelas regras de trânsito.

Na cidade italiana, vêem-se agentes de trânsito a circular em bicicletas e impõem respeito a quaisquer automobilistas. Com estradas impeccáveis, até parece haver certo exagero no número de sinais luminosos, o que, na verdade, ajuda a evitar acidentes. Os transportes públicos, como autocarros, táxis e comboios de superfície circulam entre as viaturas de passeio, sem confusão.

Restaurantes e hotéis, assim como os agentes da polícia em serviço, têm sempre à mão um mapa da cidade. Se alguém estiver perdido ou quiser chegar a um local cuja localização desconhece, logo recebe a informação de que necessita. É esta Milão que alberga a Exposição Universal 2015, onde estão presentes 145 países. O Pavilhão de Angola no certame foi um dos mais visitados.

### História da cidade

Milão é uma comuna italiana, capital da região da Lombardia, província de Milão, com cerca de 1,3 milhões de habitantes. A área urbana de Milão é a quinta maior da União Europeia, com uma população estimada em 4,3 milhões de pessoas.

A região metropolitana de Milão é a maior e mais populosa da Itália, com uma população estimada em 7,4 milhões de residentes, de acordo com as estimativas.

A cidade foi fundada sob o nome de Mediolano pelos insubres, um povo celta. Foi capturada pelos romanos em

222 a.C., tornando-se muito bem-sucedida sob o Império Romano. Mais tarde, Milão foi governada por Visconti Sforza, pelos espanhóis em 1500 e pelos austríacos em 1700.

Em 1796, Milão foi conquistada por Napoleão I, que fez dela a capital do seu Reino de Itália, em 1805. Durante o período romântico, Milão foi um importante centro cultural na Europa, atraindo vários ar-

tistas, compositores e importantes figuras literárias. Durante a Segunda Guerra Mundial, a cidade foi gravemente afectada pelos bombardeamentos dos Aliados e, após a ocupação alemã em 1943, tornou-se o principal centro da resistência italiana.

Apesar disso, Milão viu no pós-guerra o crescimento económico, atraindo milhares de imigrantes do sul da Itália e do exterior.



# Etiqueta e protocolo

SUELY AFONSO |

**E**tiqueta é sinónimo de boa educação e respeito pelos outros, mas abrangem o conceito de ética, costumes e tradição.

Protocolo é um conjunto de regras que definem a hierarquia, formas de comportamento e de tratamento e ordena segundo precedências pré-estabelecidas, os actos sociais, políticos e profissionais. O protocolo é composto por 20 por cento de regras, 50 por cento por boa educação e 30 por cento pelo bom senso.

O conhecimento e uso das regras de etiqueta e protocolo são acessíveis a todas as pessoas, transmitindo-lhes segurança e autoconfiança para que possam agir e reagir em qualquer situação, de forma natural e simples. Ajuda, ainda, a lidar com todas as pessoas, independentemente da condição social ou profissional.

### Relação entre profissionais

Ser bem-educado é, também, dar-se ao respeito. Cumprimente e seja sempre gentil, colabore e ajude quem necessitar. Seja o exemplo e dê ordens aos colegas de trabalho sem prepotência.

Agradeça e peça sempre com bons modos. Ouvir os outros faz parte da etiqueta, por isso não os interrompa enquanto falam, pelo menos nos primeiros 90 segundos.

Deixe a pessoa exprimir-se com calma e clareza.

Preste atenção, olhe para o seu interlocutor e acene com a cabeça para demonstrar compreensão. Ninguém gosta de ser ignorado, por isso não brinque ou atenda o telefone durante uma conversa. É considerado falta de educação.

### Colaborador é espelho da empresa

É ético e educado respeitar os colegas e o ambiente de trabalho. Tenha orgulho do seu local de trabalho, sobretudo em épocas económicas difíceis.

A discrição, a lealdade e a confidencialidade são qualidades muito apreciadas no mercado de trabalho.

Evite boatos ou divulgar segredos a estranhos; não são atitudes para um profissional. O que é da empresa fica na empresa.

O stress gerado pela acumulação de trabalho leva à fadiga e, por vezes, ocorrem reacções intempestivas e fora do contexto, ou problemas de saúde graves.

A raiva e a agressão verbal não devem fazer parte do mundo profissional, mas somos todos humanos e, às vezes, é difícil controlar as emoções. Diante de tal situação, antes de responder conte até dez segundos e respire fundo.

Diz a etiqueta que o melhor é não reagir até deixar esfriar o assunto. Se houver necessidade de reprimir ou corrigir alguém

no local de trabalho, faça-o em privado e diga o que tem a dizer sem ofender. Comece sempre por elogiar antes de criticar.

### O cliente

Satisfazer o cliente é o objectivo de qualquer empresa, negócio ou actividade empresarial. A atitude correcta começa em casa, uma vez que o primeiro cliente somos nós próprios e, dificilmente, saberemos respeitar os outros se não tivermos respeito próprio.

### Importância da resposta

Não responder aos clientes significa falta de profissionalismo, credibilidade e consideração ao cliente.

Lembre-se de como se sente ao escrever uma carta a uma empresa, entidade pública, sem obter resposta.

A falta de resposta transmite uma péssima imagem profissional. A comunicação entre profissionais é a alma do negócio.

### Precedências e hierarquia

A sociedade tem uma hierarquia natural que começa na família. Os pais são hierarquicamente superiores aos filhos, os irmãos mais velhos precedem os mais novos.

Na vida profissional, por exemplo, a hierarquia começa pelo empregador e colaborador, chefe e funcionário, professor e aluno, ministro e secretário de Estado, e outros.

A escala hierárquica tem as suas precedências. Mas, por uma questão de bom senso e etiqueta, é importante considerar a precedência por cortesia, ou seja, apesar da pessoa não ser hierarquicamente superior, é-lhe atribuído um lugar mais alto na escala hierárquica por respeito à pessoa. Por exemplo, dá-se prioridade à pessoa mais velha ou a uma senhora.

### Festa da empresa

Apesar de ser a festa da empresa e de conhecer os demais convidados, ainda está num ambiente profissional. Respeite a hierarquia e mantenha a discrição.

Use o bom senso para vestir-se adequadamente. As senhoras devem evitar os decotes extravagantes ou roupas demasiado curtas.

Os homens devem também ter um certo cuidado na escolha do vestuário para tal ocasião. Procure não falar de assuntos de trabalho durante a festa, divirta-se sem excessos, beba com moderação e lembre-se que no dia seguinte tudo volta à rotina.

### Networking

Estabelecer relações é saudável e necessário no mundo profissional. Manter o contacto e criar uma rede de conhecimentos é essencial para o desenvolvimento dos negócios.

Falar com um cliente pela primeira vez é muito comum mas, a maior parte dos negócios

é feita entre pessoas que se conhecem e confiam um no outro.

### Etiqueta

A crescente utilização da Internet conduziu à necessidade de criação de normas para uso correcto da Internet no mercado de trabalho.

### O e-mail

Facilita a comunicação pessoal e profissional. Simples, directo, fácil de conectar, o email é uma das formas mais rápidas de trocar informações, enviar e receber documentos.

### Grau de formalidade

Apesar de ser via Internet, é uma troca de correspondência profissional. Comece por ser mais formal, por exemplo, Caro Dr. Simão, Angola. Procure não tratar com tanta intimidade, lembre-se que está num ambiente de trabalho e não de lazer. Combine letra maiúscula e minúscula tal e qual como numa carta.

### Linha de assunto

A linha de assunto deve estar sempre preenchida e fazer referência ao tema descrito no texto da mensagem. O mundo empresarial e profissional estão cada vez mais desenvolvidos. Usar estes conhecimentos pode ser uma mais-valia que pode fazer a diferença entre o sucesso e o fracasso. Em caso de dúvida seja sempre gentil, atencioso e humano.

DOMBELE BERNARDO





## Cabidela de galinha

A galinha tem uma enorme importância para o homem, sendo o animal doméstico mais difundido e abundante do planeta e uma das fontes de proteína mais baratas. Além da sua carne, as galinhas fornecem ovos. As penas também têm utilizações industriais.

### Dicas

## Como tirar o cheiro

Para tirar o cheiro desagradável de alho das mãos, basta esfregá-las com talos de salsa.

Para tirar o odor de fritura que fica pela casa, coloque no fogo uma casca de laranja polvilhada com açúcar.

Tira facilmente o cheiro de peixe das panelas ao esfregar na primeira lavagem um pouco de pó de café usado. Depois, lave as panelas com sabão e o cheiro desaparece.

Esfregue as mãos com um pouco de pó de café usado para tirar o cheiro de peixe.

Para eliminar o cheiro de peixe dos recipientes, lave-os com água, esfregando com uma esponja embebida em vinagre.

Para dar um aroma agradável ao vinagre, coloque umas folhas de manjerição, alecrim dentro da garrafa e depois tape bem.

Coloque os temperos da sua preferência, como salsa, manjerição, numa assadeira e deixe secar.

Depois, guarde num vidro bem fechado, no frigorífico.

Para tirar o cheiro de gordura que fica pela casa, aqueça numa frigideira, em fogo brando, um pouco de canela em pó.

Para tirar com facilidade a gordura de porco das mãos, pegue um pouco de sal e esfregue uma mão na outra.

Enxágue as louças com água quente e cascas de limão. O cheiro de cebola, de peixe e de queijo sai facilmente.

Pedaços de carvão colocados dentro do frigorífico eliminam o cheiro desagradável.

### Cabidela de galinha

#### INGREDIENTES

Galinha cortada em pedaços, alho amassado, tomate picado, cebola fatiada, óleo, extracto de tomate, sangue de galinha, vinagre, sal.

#### PREPARAÇÃO

Tempere os pedaços de galinha com alho, sal, tomate e cebola e deixe descansar duas horas. Escorra e reserve os temperos. Aqueça o óleo numa panela grande e frite os pedaços de galinha até ficarem dourados. Adicione os temperos reservados, a água e o extracto de tomate e cozinhe, com a panela tapada, até amaciar. Se necessário, adicione mais água quente. Misture o sangue de galinha com o vinagre e coloque na panela. Deixe ferver e sirva.



Béu Pombal à conversa com **José Suingue**

# Exibição notável na África do Sul

**Atleta foi o mais valioso na Liga de Basquetebol daquele país**

Depois de prestações notáveis no Petro de Luanda, Recreativo do Libolo e na formação da Lusíada, José Suingue espalhou, também, o seu perfume no basquetebol sul-africano, ao arrebatar, na temporada finda, o troféu de Jogador Mais Valioso (MVP) na principal competição daquele país, a National League South Africa (BNL).

Jogador da posição Base, Suingue, de 25 anos, com um metro e 81 centímetros, actuou apenas uma temporada na equipa do Egiol Magic de Joanesburgo, com a qual conseguiu a proeza de se tornar campeão nacional. “Antes de ser contratado pelo Egiol Magic, pensava que a National League fosse competitivamente fraca, em relação ao nosso campeonato, mas estava redondamente enganado. A BNL é uma prova mais organizada que a nossa e competitivamente assinalável”, informou o jogador.

Após o contrato de apenas três meses com a formação sul-africana, o tempo que decorre a National League, o atleta angolano está de volta à formação da Lusíada, onde lima algumas arestas contratuais para o seu enquadramento na presente temporada. “Neste momento, estou a treinar no plantel da Lusíada, a convite do professor Raúl Duarte. Tudo indica que farei parte do plantel para esta temporada. Digo isso porque as conversações contratuais estão a bom ritmo”, asseverou.

## Começo na terra natal

Suingue começou a fazer “gostinho às mãos” na terra natal, Cazengo, província do Cuanza Norte, quando tinha 12 anos. Depois de algumas temporadas, não se conformou com as condições competitivas locais e transferiu-se para a capital do país, onde ingressou no Petro de Luanda. Na agremiação do “Eixo-Viário”, na qual entrou com 15 anos, cumpriu quase todas as etapas, ou seja, jogou juvenil, júnior e sénior, guardando boas recordações deste clube, particularmente do técnico Ginguba, seu timoneiro no plantel de honras. “Tenho boas lembranças, em 2009, na equipa sénior do Petro, onde fui orientado pelo mister Ginguba, com quem aprendi muito”, recordou.

Em 2010, tentou a sorte em terras lusas, na Academia de Gumina, antiga agremiação da Portugal Telecom, permanecendo por lá apenas uma época. Depois desta “empreitada”, em 2011, regressou ao país e, a convite do técnico Raul Duarte, por quem nutre “grande admiração e estima”, enquadrou-se no Recreativo do Libolo, sagrando-se nessa época campeão nacional. “A minha passagem pelo Libolo ficou marcada pela conquista do título do campeonato nacional”, destacou.

Quando se desvinculou do Libolo, as equipas do Progresso do Sambizanga e da Lusíada foram os pousos seguintes. Agora José Suingue pretende reaver o estatuto de coqueluche na formação da Lusíada que está sob batuta de Raul Duarte.



BÉU POMBAL

**JOSÉ SUINGUE**

## RESPONDE

**Que impressão tem da actual conjuntura do país?**

Apesar da crise financeira que assola o nosso país, derivada da baixa do preço do barril do petróleo, a nossa maior fonte de riqueza, estamos bem encaminhados. Hoje é notório alguns progressos que o país teve nos últimos anos. Basta olharmos para a área de infra-estruturas, quer em estradas reabilitadas e construídas, quer em residências. Neste particular houve sem dúvidas progressos.

CEDIDA



## Aconteceu COMIGO

### Grande alento

José Suingue diz que a conquista do galardão de MVP da principal liga de basquetebol da África do Sul foi a recompensa da determinação e do trabalho árduo a que se submeteu desde que mergulhou na carreira basquetebolística. “O prémio de MVP é o maior ganho que até agora obtive no basquetebol. Esta distinção deu-me alento para continuar com muita determinação na modalidade”, frisou.

CEDIDA



MUNDO DOS MEDIA

# TPA divulga novas produções musicais

“Revista Musical” é um programa da TPA (Televisão Pública de Angola) virado para a divulgação da música angolana. Neste programa, os apresentadores conver-

sam com os convidados sobre as novidades musicais. “Revista Musical”, segundo a TPA, põe o telespectador a conhecer as novidades do mundo da música em

Angola, os video-clips e os lançamentos de discos dos nomes sonantes. A Televisão Pública de Angola começou a emitir em 18 de Outubro de 1975.

## Acontece nas NOVELAS

### A REGRA DO JOGO

GLOBO 20h15



#### Romero encontra Zé Maria

Atena muda-se para o apartamento de Romero. Juca vê quando Zé Maria conversa com Adisabeba e avisa Dante. Tina desespera com a sua nova vida no Morro da Macaca. Merlô demite Ninfa e Alisson. Luana vende sanduíches na praia. Merlô avisa Adisabeba, Juliano, Tóia e Zé Maria que Dante chegou à discoteca.

### ALÉM DO TEMPO

GLOBO 20h00



#### Melissa confessa a Doroteia

Pedro arquitecta um plano para que Raul seja agredido. Vitória sugere a Melissa que Livia seja professora de Alex. Rosa prepara o piquenique de Melissa. Roberto seduz Anita. Walmir alerta Carola sobre Pedro. Gema implora a Raul para que este fique ao seu lado. Bernardo vai até o casarão sem que ninguém perceba. Emília exaspera e Raul acompanha-a na procura por Bernardo.

### TVC1

DOMINGO, 21H30

#### Tammy

Depois de perder o emprego e descobrir que o seu marido lhe tem sido infiel, Tammy faz-se à estrada com a sua avó profana, com um especial gosto por bebidas alcoólicas.



### TVC2

DOMINGO, 07H20

#### Revolta no Pacífico

É enviada uma armada britânica para explorar territórios virgens no Taiti. A crueldade do Tenente Bligh faz a tripulação rebelar-se e será Fletcher, o melhor amigo do tenente, a comandar o motim enfrentando o risco de punição por enforcamento.



### TVC4

DOMINGO, 19H15

#### Cargo

Chris viaja por África de mochila às costas quando um incidente com a polícia o força a regressar à Europa como clandestino, num navio, que esconde um segredo.



### MALHAÇÃO

GLOBO 18h15



#### Ciça mente a Rodrigo

Livia, Nanda e Filipe interrompem a luta entre as equipas de Leal Brasil e de Dom Fernão. Ciça conta a Átila que descobriu a identidade de Jorge. Luciana pede ajuda a Luan para descobrir quem conduziu o carro de Jorge na noite do acidente. Nanda rende-se às investidas de Roger. Filipe convida Livia para sair. Bia aceita o pedido de casamento de Rubem.

### I LOVE PARAISÓPOLIS

GLOBO 21h00



#### Jurandir é preso

Sereno, Gabo e Dom Pepino são eleitos membros do Conselho da Pilartex. Ximena observa Soraya a sair do quarto de Gabo. Jurandir é preso por falsificação de dinheiro e desacato à autoridade. Dom Pepino e Gabo planeiam livrar-se de Grego. Jurandir lidera um protesto contra a comida servida na cadeia. Tomás avisa Fradique da reclamação de alguns pacientes sobre uma doença relacionada com o tratamento de lixo. Clarice liberta Jurandir, Mari e Danda da prisão.

#### Jornal de Angola

#### Caderno Fim-de-Semana

Editor  
António Cruz

Subeditores  
Edna Caxeiro  
Ferraz Neto

Edição de Arte  
Albino Camana  
Valter Vunge

Textos  
António Bequengue  
Pereira Dinis  
Béu Pombal  
Fotos  
Paulino Damião  
JAimagens,  
Reuters, AFP, Globo