

Barra do Dande

Barra do Dande fica a pouco mais de 80 quilómetros ao norte de Luanda, o que se faz tranquilamente em menos de uma hora e 20 minutos. Local aprazível, ao chegar, recomenda-se que suba até ao topo do monte na entrada da vila, em ca-

so de dúvida pergunte pela sede da Administração Comunal, ou siga os sinais para o complexo turístico Nascer do Sol, para poder contemplar esta paisagem. As águas castanhas são do Rio Dande, que desaguam ao Oceano Atlântico na mesma na vila.

EDICÕES NOVEMBRO



Horóscopo

Congratule-se pela brilhante estrelinha que o guiará nestes dias. Se não está comprometido vá directo ao assunto. Seja objectivo e exponha aquilo que pretende e os sentimentos que nutre. Se a sua relação está caindo na rotina, parta à aventura com o ser amado, torne os seus dias mais excitantes.

TOURO

Enfrente as situações. Não conte com a ajuda dos seus amigos para a resolução dos seus problemas. Poderá ter um estranho sentimento de solidão, mesmo se estiver rodeado de muitas pessoas. Tente provocar também o seu destino. Dê uma ajudinha. Não fique parado à espera que as coisas aconteçam por elas próprias.

GÉMEOS

Evite discussões mais acaloradas, pois pode motivar o afastamento de pessoas que são queridas. Reforce a sua auto-estima, pois o facto de se sentir incompreendido será uma constante. Fale de forma clara, para que certas situações desagradáveis não se repitam.

CARANGUEJO

A pressão que irá sentir nestes dias será extremamente forte e deverá fazer um esforço para se auto-controlar. Os astros não estão favoráveis. Não se manifeste, tome uma atitude extremamente discreta. O seu nervosismo pode levá-lo a discussões

inúteis e sem fundamento. Reflicta sobre os sentimentos que os outros possam nutrir por você.

Se tem dúvidas nas suas relações, será melhor discuti-las de coração aberto com as pessoas em questão. Não subestime a sua personalidade, se está apaixonado declare-se de uma vez por todas. Não tenha receio de dizer o que sente. Se possui uma relação estável não se limite na forma como aborda o seu parceiro. Abra caminho para a felicidade mú-

VIRGEM

Uma nova relação afectiva poderá trazer uma maior auto-estima e confiança em si próprio. No amor o destino constrói-se. Seja doce e uma fonte de inspiração e admiração do seu parceiro. Inicia um novo ciclo na sua vida amorosa, próspero repleto de surpresas e em que terá de tomar várias decisões que serão cruciais.

BALANÇA

A descoberta de um novo amor iara esquecer os problemas quotidianos e questões de âmbito profissional. Será um período forte em emoções, terá o ensejo de viver noites mais tórridas. Quebre barreiras e tabus para dar uma nova cor à sua relação amorosa. Se está de coração disponível poderá viver momentos de grande paixão.

ESCORPIÃO

A paixão com que tende a envolver as suas actuações levam-no tentar realizar os seus

sonhos. Terá uma vida social agitada e o romance está no ar. A sensualidade vai ser um trunfo a não desperdiçar. Saia, reveja amigos que já não vê há algum tempo. Lembre-se que deve aproveitar as coisas boas que a vida pode dar.

SAGITÁRIO

As suas qualidades permitem ultrapassar quaisquer conflitos nas suas relações com os outros. A sua relação amorosa poderá carecer de um pequeno período de férias. Não receie um pequeno afastamento, ele dará a confirmação dos sentimentos, que nutre pelo ser que partilha a sua vida.

CAPRICÓRNIO

Valorize-se para fazer crescer em si uma maior auto estima e autoconfiança. Revele o seu amor à pessoa que ama. Da reacção que obtiver poderá tirar as suas conclusões e afastar as dúvidas incutidas por terceiros.

AQUÁRIO

Terá todas as oportunidades para fazer valer as suas opiniões e ideias, desde que respeite igualmente as dos outros. O excesso de autoconfiança poderá dar origem a conflitos desnecessários. Não magoe o ser amado, tente compreender os seus pontos de vista.

O entendimento familiar será a nota dominante da semana. Sentirá nestes dias uma forte necessidade de se sentir rodeado, amado e um pouco mimado. Estará mais apaixonado que nunca, mas pare de ser possessivo, não é a melhor forma de afirmar os seus sentimentos

CURIOSIDADE

Agrafador

Agrafador é uma ferramenta manual que permite agrafar (grampear) folhas de papel ou cartão (papelão) umas às outras, através de um pequeno pedaço de arame, em forma de U denominado de agrafo ou grampo. Existem actualmente vários tipos de agrafadores. Os usados nas residências ou nos escritórios empresariais são manuais, pequenos e leves, e servem para agrafar poucas folhas. Mas existem outros agrafadores, industriais, eléctricos ou movidos a ar comprimido, com capacidade para unir um número maior de folhas, cartões grossos ou mesmo forrações em tecido.

ANEDOTAS



Tempo verbal

Um professor na escola ensina os tempos dos verbos:

- -"Eu amanhã farei anos", agora diga-me o presente menino Joãozinho.
- · Um computador Sr. professor.

PASSATEMPO

Descubra as 7 diferenças





Sopa de Letras

0	D	D	٧	Е	-	J	Z	J	R	Е	C	В	Т	S	D	>	т	Е	-	F
s	Е	R	F	В	7	s	Α	w	Ι	-	>	х	Е	s	Р	0	_	١	٥	١
Е	D	F	U	ĸ	G	D	N	G	Т	н	٦	٦	-	R	0	D	U	Z	Т	U
G	S	>	ĸ	_	G	-	F	J	G	-	Ξ	Ç	0	0	G	I	D	z	Α	N
_	_	Α	s	н	٧	F	U	N	Н	J	Е	ĸ	G	N	Ø	0	_	Е	٧	U
N	0	s	Е	0	Ç	С	Α	Т	D	Н	s	D	Е	U	s	Ç	Т	U	-	М
0	В	F	s	R	w	s	Е	R	В	-	Е	-	D	D	s	-	Α	F	т	D
F	G	Z	s	D	Υ	J	G	E	0	G	>	>	Е	F	Т	0	R	H	Α	K
L	Е	С	Α	Т	R	G	D	_	F	_	V	-	0	В	s	-	F	Α	R	Ã
0	U	Ç	D	U	s	D	0	D	D	>	N	D	D	D	Р	0	Р	Z	0	s
R	Α	٦	D	Е	х	J	J	٦	Е	>	Е	Α	Е	Α	-	-	R	7	Р	R
м	ĸ	0	s	D	х	т	1	Т	Е	н	1	Р	D	s	N	0	0	Е	R	Υ
т	G	U	Т	0	E	R	н	S	Z	С	F	J	т	U	R	0	S	R	0	1
E	U	R	U	Е	-	Е	Т	R	Е	>	F	В	Α	D	Е	Α	Α	0	O	ĸ
С	L	s	J	s	0	1	0	ĸ	E	х	С	L	Е	ĸ	s	0	D	Т	Α	E
R	Н	F	F	G	М	М	Р	s	R	Е	Е	-	S	Ã	т	В	Ç	Α	D	н
С	N	Υ	G	Е	0	Υ	т	L	Р	_	N	С	U	R	_	L	>	Ç	_	Е
R	U	ĸ	N	Ν	R	1	U	Α	М	٧	Α	Α	J	0	D	z	T	С	٧	Q
G	F	т	т	Υ	м	G	т	s	Е	Υ	E	н	Α	D	0	В	D	-	-	Α
Е	0	н	U	Е	D	Υ	н	s	R	G	D	Υ	т	G	R	х	R	F	D	ĸ
к	υ	1	Е	т	R	G	0	т	N	Е	т	1	м	Е	R	D	w	1	н	U

Elenco da Paz autografa disco "Há Trabalho"

O Projecto Elenco da Paz autografa nos dias 18 e 19, na Praça da Independência e na Casa da Juventude em Viana, o álbum intitulado "Há trabalho", e conta os temas já conhecidos como, "Dia de folga", "Lambula", "Angola Limpa", "Bom dia" e "Arroz com feijão". O disco foi gravado em Angola na produtora Playlist e Dix Produções. Fundado em 2014, fazem parte do projecto 15 músicos, Manda Chuva, Fogo de Deus, Negro 5, Pai Gasilha, Mulekada, Aranha, Boy Louco, Coque S, Nené Baila, Tio Kim, V do Brilho, D Waine, Abibó, Toke Way e Chuclas de Muras.



Na praça da Independência - 08H00

Eva Rap Diva autografa "Eva"



Eva Rap Diva autografa hoje, a partir das 8 horas, na Praça da Independência, a sua segunda obra discográfica intitulada "Eva", O disco comporta 12 faixas musicais e conta com direcção artística de Vui Vui e dos Kalibrados. O álbum também marca a estreia da cantora no mercado, da produtora "Step Music". A artista, também conhecida por Rainha Ginga do Rap, já disponibilizou algumas músicas do disco, como as faixas "Final Feliz", com a participação de Landrick, e "Um assobio meu".

PROGRAMAÇÃO DA SEMANA

Programação

CINEMA

SALAS FILMES EM PROJECÇÃO GÉNERO IDADES
S. MOONLIGHT Animação 6



SINOPSE

Moonlight é o relato da vida de um jovem afro-americano, desde a sua infância até à idade adulta, acompanhando a sua luta, para encontrar um lugar no mundo, à medida que cresce num bairro empobrecido de Miami.

Género: Drama.

Elenco: Mahershala Ali, Shariff Earp

Realizador: Barry Jenkins Duração: 111 minutos Restrição de idade: 16 Ano de Produção: 2017

AZEM ANOS ESTA SEMANA



JOÃO PINTO

Jornalista e radialista da mais recente emissora radiofónica de Luanda, MFM, João Pinto, responde pela redacção central. Natural da cidade do Lubango, província da Huíla, João Pinto, tem passagens pela Rádio Nacional de Angola (RNA) e pela Televisão Pública de Angola (TPA). Nascido no dia 12, João Pinto, para além de assegurar a redacção da Rádio MFM, é o editor dos programas matinais desta estação emissora.

DON SEBAS CASSULE



Nascido a 12 de Março no município de Camabatela, é artista plástico, técnico de aeronáutica e oficial da Força Aérea Nacional (FAN), na reserva. Membro da União Nacional de Artistas Plásticos (UNAP) e da Associação Internacional de Artes Plásticas L'Aigle de Nice, sedeada em Nice, França, é um autodidacta. Participou na Trienal de Luanda em 2007 e 2010; na Bienal de Arte Contemporânea de Florença, em Itália, em 2009 e 2011.

VISITA AO SANTUÁRIO DA MUXIMA Devoção no coração da Quissama

AUGUSTO CUTETA

O Rio Kwanza saúda-nos com as suas águas convidativas, perto do Santuário da Muxima. Mas o recado chega rápido de um membro da caravana de peregrinos: "aqui, não se vai para a água à toa." Não dá mesmo para molhar o corpo, embora seja um domingo ensolarado. Ficamos apenas pela vontade.

A escassos passos, três meninos, com idades entre os 10 e 13 anos, pescam no rio. O cacusso é o peixe mais procurado entres as espécies daquelas águas correntes. Minutos depois, as crianças exibiram sorrisos nos rostos, ao conseguirem o primeiro peixe.

O grupo de peregrinos continua a visita, precedida de uma celebração eucarística a marcar o início do tempo da Quaresma, e de uma reflexão sobre o papel da mulher na Igreja.

A beleza daquele local sagrado vai encantando os 14 jovens idos da capital do país para um retiro espiritual. São membros da Associação Jovens Amigos do Padre Umberto (AJAPH), constituída por juristas, engenheiros, jornalistas, enfermeiros, professores, linguistas, economistas, entre outros profissionais, pertencentes à Paróquia de São João Calábria, no bairro do Golfe

Em jejum desde as 6 horas desse primeiro Domingo da Quaresma, os jovens procuram o encontro com Deus e com Maria, a Muxima da Quissama, que conquistou o Mundo. Com eles, estão outras dezenas de peregrinos. Num dos cantos da esplanada é visto um grupo de turistas estrangeiros a fotografar o local. Conversam entre si e fazem perguntas aos residentes naquela comunidade.

O sol é abrasador e cada um arranja uma posição para atenuar o calor, pois a igreja não tem capacidade para acolher a multidão que acorre ao local. Os jangos abrigam os peregrinos que não conseguiram entrar no templo com mais de quatro séculos de existência.

Reza a história que o Santuário de Nossa Senhora da Muxima, na Quissama, a cerca de 130 quilómetros de Luanda e 180 da cidade de Caxito, foi construído no início do século XVII.

Muxima é uma palavra da língua quimbundo que significa coração em português. A santa da Quissama recebeu esse nome por a igreja estar localizada num local privilegiado, no centro daquela região pertencente à província de Luanda. A região foi ocupada pelos portugueses em 1589, os quais, dez anos mais tarde, construíram a fortaleza e o Santuário de Nossa Senhora da Conceição, ou melhor, da Mamã Muxima.

Desde essa altura, a igreja passou a ser um dos principais lugares de devoção espiritual de Angola e do mundo católico. Durante as preces, os fiéis, na sua maioria mulheres, exibem fotos, cadernos com folhas preenchi-

das por uma lista de pedidos, garrafas de água, roupas usadas, calçado e outros bens de familiares. Ouvem-se pedidos de bênção para saúde, emprego, casamento, harmonia nos lares, inteligência para os filhos e protecção.

Os fiéis dão a impressão de manter um diálogo com Deus, por meio da intercessão de Maria, a santa da Quissama. Nesses momentos, os fiéis olham para o alto e suplicam misericórdia à Nossa Senhora. Agitam-se e choram. Há quem toque nas paredes do templo, enquanto outro grupo olha fixamente para a imagem da Mamã Muxima e produza murmúrios. Erguem os braços e depois encostam-nos ao peito. Nesse momento, as lágrimas correm no rosto destas mulheres.

A situação comove o grupo de

jovens da associação AJAPH. Eles também se ajoelham e fazem as preces em silêncio.

Vêem-se muitos devotos de olhos fechados enquanto rezam e quando os abrem há a sensação em cada um que a força do Espírito Santo penetrou neles. "Quando se sai daqui, parecemos outras pessoas. Mudamos totalmente quando deixamos a igreja, depois da reza", disseram alguns fiéis.

ram alguns heis.
O grupo da AJAPH acomodamse para ouvir a madre Martinha
Eiala, da Congregação das Pobres Servas da Divina Providência. A religiosa fez uma grande
abordagem sobre a importância
da mulher na sociedade, em geral e na igreja, em particular. Foi
um momento aproveitado pelos
jovens para aprender e partilhar
conhecimentos.

Chega a hora do almoço. De-

pois de mais de dez horas de jejum, agora, os jovens dão o sacrifício por bem empregue. Contam-se histórias e anedotas num ambiente descontraído, a que se juntam outros peregrinos.

Terminado o almoço e o tempo para a digestão, é hora de regressar à cidade, ficando a saudade, antes mesmo de deixar a localidade da Quissama e o Templo da Muxima.

A caravana está de regresso. O roncar dos motores desperta os residentes, que se perfilam na rua principal da vila da Muxima, para se despedirem dos visitantes. A igreja vai ficando para trás. Com ela, os encantos que a natureza proporcionou à Quissama, mas onde faltam investimentos para alavancar o desenvolvimento económico e social, com destaque para o turismo. Depois de atravessar a maior

ponte do país, uma infra-estrutura rodoviária sobre o Kwanza, na Cabala, o grupo enfrenta os buracos da estrada, que dificultam a vida dos automobilistas.

EDMUNDO EUCÍLIO

Muitos automobilistas confessam que evitam aquelas paragens, por causa do mau estado da estrada. Mas é perto desses buracos que os agricultores, caçadores e pescadores se instalam para vender os seus produtos.

A Associação Jovens Amigos do Padre Humberto (AJAPH) pretende voltar mais vezes à terra da santa da Muxima, que está trajada de panos lindos e exibe uma coroa de rainha. Os devotos acreditam que ela é digna desse tratamento. "Agora, estamos em Luanda, mas a Muxima da Quissama ficou nos nossos corações", garantem os jovens da AJAPH.



PRIMEIRO CONCERTO FEMININO DE GOSPEL EM LUANDA

Reverência e tributo às batalhas diárias da mulher

FERRAZ NETO

Longe de ser um espectáculo religioso virado apenas para os crentes das diferentes denominações religiosas de Luanda, o primeiro concerto feminino de gospel em Luanda alcançou um elevado patamar, juntando as melhores vozes deste estilo na actualidade.

Com um elenco invejável, o espectáculo homenageou todas as mulheres de Angola, grandes batalhadoras na busca da sua dignificação. O leque de artistas garantia, logo à partida, um concerto memorável. E assim foi, com destaque para Joly Makanda, Irmã Sofia, Beth Mambo, Glória Silva e Chilo de Cristo.

Passavam poucos minutos das 16 horas de domingo, 5, quando o mestre de cerimónia, Ilda Bolei, com uma voz extraordinaria e performance física, subiu ao palco para anunciar o cartaz, antecedido, como mandam as normas religiosas, de um momento de oração, acompanhada de meditação.

Um pastor angolano residente na Inglaterra e associado ao CICA, teve a honra de celebrar a oração. Como se tratava de uma tarde especial dedicada à Mulher Angolana, o pastor clamou a Deus para iluminar a tarde e abençoar todas as mulheres de Angola. "Em nome de Deus, clamo para que a bênção do nosso Senhor Jesus Cristo se estenda a todas as mulheres deste vasto país que se chama Angola", apelou.

Enquanto isso, o produtor e promotor de espectáculos Rei Webba e a sua equipa davam por concluídos os acertos finais para a banda e os instrumentos estarem à altura das exigências do grupo de artistas. Todos os lugares da sala estavam preenchidos e do lado de fora um movimento característico envolvia o

ambiente, com populares à procura de ingressos e de discos, camisolas e outras recordações.

A voz inaugural

Dona de uma voz excepcional e de um reportório musical variado, coube à jovem Beth Mambo, irmã mais nova de Célsio Mambo, inaugurar o espectáculo. Com a plateia ainda serena, a



"caloira" usou e esgotou todos os seus argumentos e astúcia para cativar o público com as suas canções.

A artista mais jovem interpretou quatro composições. Beth Mambo provou que, com trabalho e dedicação, daqui a alguns meses estará à altura das cantoras veteranas. Com a humildade que a caracteriza, antes de abandonar o palco, dirigiu palavras de carinho às artistas pre-

Nos instantes seguintes, sucederam-se Glória Šilva, Ćhilo de Cristo e a Irmã Lurdes. A cada actuação, o espectáculo ganhava ímpeto e ritmo. Nem mesmo o ardor do Sol impediu mais pessoas de acorrerem ao espaço, para felicidade dos organiza-

"É por meio de oração e louvores que os cristaos chamam a atenção de Deus para a resolução de problemas que os homens não são capazes de resolver, por isso vamos pedir ao Altíssimo que dê saúde, paz e amor entre os irmãos aqui presentes", disse ao Jornal de Angola CéÍsio Mambo, o promotor do espectáculo.

Momentos altos

Dois momentos destacaram-se ao longo do concerto: as actuações de Joly Makanda e da Irmã Sofia. Actuações de arrepiar o

Joly Makanda, com uma carreira artística iniciada aos nove anos na Igreja Exército da Salvação, cantou, encantou e dançou. Em diferentes momentos, interrompeu a banda para comunicar com a plateia. Com um rico reportório, a autora de "Tudo ficará" desfez-se dos sapatos, desceu do palco e caminhou pelo meio do público. Centenas de religiosos cantaram e dançaram. Houve quem não resistisse sentimentalmente. A nostalgia tomou conta de algumas pessoas presentes na sala. Entre lágrimas, gritos e assobios, Joly Makanda aumentava a sua intensidade em palco. Os efeitos especiais também contribuíram para o sucesso da festa. Nascida a 21 de Julho de 1980, em Luanda, Joly Makanda lancou o primeiro disco, intitulado 'Deus das maravilhas' 2011, com a participação de Dodó Miranda e Gui Destino.

Depois da sua actuação, quando a sala se recompunha, ouviuse baixinho a voz de Sofia Kumba Pemba Kuama, mais conhecida por Irmã Sofia. Aplaudida de pé, a autora de "Jikula meso" fez-se ao palco. Daí em diante, sucedeu-se a música e o espectáculo no seu verdadeiro sentido da palavra. Composições muito conhecidas como "Jikula meso", "Armadilha de Satanás", 'Sodoma e Gomorra" e foram entoadas com o acompanhamento do público.



RECEILANA do SEMANA

INGREDIENTES

2 Cebolas médias, 2 Dentes de alho, Gindungo q.b., Sal q.b, 2 dl de óleo de palma, quiabos, 1,5 kg de corvina ou garoupa, 300g de abóbora, 2 Beringelas.

PREPARAÇÃO

Após ter o peixe arranjado, corte-o às postas. Num tacho, leve ao lume o óleo de de alho picados. Assim que as cebolas alourarem um pouco, junte os quiabos cortados ao meio, as beringelas descascadas e cortadas aos cubos e a abóbora também aos cubos. Deixe refogar um pouco e vá mexendo. Adicione um pouco de água e coloque o peixe, o gindungo e tempere com sal. Deite mais um pouco de água e deixe cozer cerca de 10 minutos.



Dicas

Como deixar de fumar

Para parar de fumar é importante decidir por iniciativa própria. Terminar, com o vício do cigarro, procurando informar-se sobre as vantagens de abandonar o vício, como ajudar a melhorar o funcionamento do coração e pulmões e diminuir o risco de desenvolver problemas cardiovasculares, como enfarte ou AVC e mesmo câncer, por exemplo. É possível deixar de fumar sem recorrer à ajuda médica. Porém, é sempre importante seguir algumas dicas, para evitar a recaída e, por isso, cumprir algumas orientações para parar de fumar pode fazer o vício do cigarro desaparecer sem grandes sacrifícios.

Definir uma época para deixar de fumar

É fundamental definir uma data ou um período para deixar completamente o cigarro, num intervalo nunca superior a 30 dias, depois de ter pensado em deixar de fumar. Por exemplo, no dia 1 Maio podese planear e visualizar a vida nova sem fumar e determinar o último dia possível para parar de fumar, como dia 30 Maio, ou definir um dia com significado, como terminar um curso, ter um novo emprego ou terminar um maço, por exemplo torna-se mais motivador e mais fácil de iniciar.

Retirar objectos relacionados com o cigarro

Deve-se começar por tirar de casa e do trabalho todos os objectos relacionados com o cigarro, como cinzeiros, isqueiros ou pacotes de cigarro velhos.

Evitar o cheiro

É importante evitar o cheiro do cigarro e, por isso, deve-se lavar as roupas, cortinas, lençóis, toalhas e qualquer outro objecto, que possa ter cheiro de cigarro. Além disso, evitar locais onde normalmente se fuma, também é aconselhável, devido ao cheiro da fumaça.

Comer quando surgir a vontade de fumar

Quando se deixa de fumar, deve-se manter à mão, uma bala sem açúcar, um copo de água ou chá, pedaços de gengibre ou suco de goiaba, para mascar ou beber sempre que der muita vontade de fumar, ajudando também a diminuir a sensação de fome. Veja como fazer em: sumo de goiaba para parar de fumar. Além disso, nestes momentos é importante evitar alimentos ricos em gordura e açúcar, pois o risco de engordar é maior, sendo importante praticar actividade física durante este período.

Fazer actividades agradáveis

Quando a vontade de fumar vier, é importante que o fumador se distraia, fazendo actividades que lhe dê prazer e substitua o sentimento de perda. Por exemplo, passear ao ar livre, ir à praia ou ao jardim. Além disso, deve-se fazer uma actividade que ocupe tempo e as mãos diariamente. Como fazer crochê, jardinagem, pintar ou fazer exercício físico, são óptimas opções.

GUIMARÃES SILVA à conversa com

Sebana

O cantor das zonas turísticas com tom de voz cativante

Sebana" nasceu na pro-víncia do Uíge, no municívincia do Uige, no municipio do Puri, em 1975. O seu nome é conhecido em palcos e zonas turísticas entre Luanda e Bengo, locais escolhidos para espalhar o seu talento, com uma voz que cativa quem o ouve, algo que aliás faz há mais de uma década, sendo já uma referência artística.

O artista começou a carreira

O artista começou a carreira cultural com a declamação de poesia e a representação de teatro, quando viajou para o Nega-ge em 1987. Nesta cidade do Uíge, aprendeu a tocar guitarra com um amigo de um tio, por si-nal também exímio fabricante

do instrumento.

"O meu mestre aprendeu a fa-bricar guitarras com um arbus-to oco, parecido com o bordão. Ensinou-me as primeiras notas e depois fez uma guitarra para mim, na altura um menino de 12 anos", referiu. A oferta foi um passo na carreira, pois deu azo à integração no agrupa-mento do Uíge Sol Nascente, como viola baixo, em 1995.

Deslocação a Luanda

O passo seguinte foi partir à "conquista" de Luanda, onde criou o agrupamento Os Makambas, cujo grande sucesso foi a música "Mocinha" em que os acordes e a voz de Sebana e companheiros eram confundidos com o malogrado Man Ré.

"A mocinha, moça de postiço chula sambapito" é dos Makambas. A música é divulgada quando Man Ré lança "A mulher tem muito jeito". Na altura, uma rádio de Luanda passava as duas músicas e em algumas ocasiões misturava-as, o que gerava confusão nos ouvintes. Segundo Sebana, "os ouvintes interpretavam como continuação da primeira música, quando na verdade era outra". O tema faz parte do primeiro álbum dos Makambas, intitulado "Rituais", produzido em Portugal e lançado na portaria da Rádio Nacional de Angola.

Com 22 anos a tocar guitarra, Sebana domina o solo, o ritmo e companheiros eram confundi-

Sebana domina o solo, o ritmo e o baixo. "Com Os Makambas lançámos dois discos. Depois de "Rituais", seguiu-se "Vua diamé", com a música "Kusso-cana" em destaque.

O cantor tem um disco a solo, "Vim de Longe", editado em 2014 sob a chancela da Fundação Arte e Cultura. "O disco conta a minha vida com os avós e retrata à distância os meus 22 anos de carreira", explicou. O álbum de originais teve a participação dos cantores Jeff Brown e Wiza.

A infância de Sebana foi marca-



da pela guerra. As deslocações forçadas faziam parte do dia-a-dia, num período em que vivia com os avós no município do Puri, enquanto a mãe se encontrava na cidade do Uíge.

Contra a desonestidade

A falta de um emprego leva-o a tocar em mercados, casamentos e festas, algoque não sendo constante, segundo Sebana, ajuda-o a promover a música que faz e a obter o sustento diário. "Vivo da música. Faço serenatas, toco em áreas turísticas, praias, em restaurantes, por vezes interpreto clássicos do cancioneiro angolano e músicas africanas antigas. Este é o meu estilo de vida", reve-lou o cantor que escreve as letras e faz as delícias dos habitantes e visitantes de Cacuaco, Panguila e Bengo.

"Reprovo a desonestidade intelectual que acontece com os músicos pouco conhecidos. Tive no passado um caso em que incluíram uma música minha num projecto musical sem o meu consentimento. Infelizmente, a pessoa que cantou não sabia kicongo e a fonética saiu distorcida. Tenho a impres-são que muitos artistas que estão no auge aproveitam-se da criatividade alheia, onde colhem sem recompen-

"Toco música tradicional, kilapanga, semba, sungura, rumba, estou na diversidade que depende da mensagem da música, que inspira-me a criar algo

para estimular a dança", explicou. Quanto a parcerias, revelou que "no Uíge tenho tido convites de muitos artistas, onde destaco o Baty Maquela e a Eva Lunguequi, músicos de tendência folclórica, com os quais tenho agendado um trabalho conjunto, sem data definida".

Sebana anunciou para breve a reactivação do grupo Os Makambas, que se vê a braços com a falta de instrumentos musicais, como três guitarras, um reco-reco, um batuque e as tumbas.

SEBANA

Pergunta - Como vê o momento actual da nossa música?

Reposta - A música angolana já faz a diferença. Hoje domina o espaço em festas, salvo em discotecas. O kudu-ro, por exemplo está com muita força. Hoje trabalho sozinho sem a ban-da, mas preciso de um agente para atingir outro patamar. Um dos meus objectivos passa igualmente pela criação de uma escola de música para passar o que sei aos mais novos.

P - Cacuaco e Bengo, por onde tem passado, têm dado a conhecer muitos talentos musicais. A que se deve?

R-Acredito que a aposta nos novos talentos é o melhor exercício que devemos fazer. Deparo-me com muito deles em Cacuaco, cheios de talento e devemos incentivá-los para continuarem e não desistirem. Como músico, não nos devemos restringir. É necessário o domínio de um instrumento. Canto em umbundu, kimbundu e kicongo.



Aconteceu COMIGO

'Algumas pessoas ignoram-nos, outros abusam-nos por sermos cantores ambulantes, de mercado, restaurantes. Outros, por algum descuido ou de forma abusiva, chamam-nos de Man Ré, o que não abona a favor da memória do falecido que foi um grande músico. Tenho inclusive uma música já um fase de conclusão sobre o desprezo nas ruas, mas em contrapartida as moças dançam. Por outro lado, temos consumidores que motivam a nossa acção, dão-nos força e coragem, o que é sempre motivador."

MUNDO DOS MEDIA

Programa 113 da Tv Zimbo

113 é um programa da Tv Zimbo que acompanha de perto as actividades policiais, o crime e as acções de prevenção das Forças de Segurança. É emitido todos os domingos, a partir das 19 horas. A TV Zimbo é a primeira estação privada de televisão de An-

gola. As emissões experimentais tiveram início no dia 14 de Dezembro de 2008, emitindo na frequência 45 UHF através do retransmissor situado no Município de Viana da Província de Luanda e na posição 5 da rêde da Tvcabo em Angola. O nome Zimbo designa a primeira moeda de troca usada em Angola e em quase toda a costa ocidental africana, representada por um búzio do tamanho de um bago de café. O animal marinho aparecia em toda a costa angolana, mas os exemplares mais belos eram originários da Ilha do Cabo, em Luanda.

Acontece:

A LEI DO AMOR

GLOBO 21h10

SOL NASCENTE

GLOBO 19h30

Aline confessa a Élio e mostra as provas



Augusto fica revoltado com a confirmação da morte de Beth. Tião decide ir para o hospital e Magnólia o acompanha. Aline confessa a Élio que as provas contra Magnólia estão no celular de Tião. Tião emociona-se ao ver Letícia. Magnólia descobre que encontraram o corpo de Beth. Gigi comenta com Marina que António foi apaixonado por Letícia. António cuida de Letícia no hospital.

Sinhá revela a César que eles estão falidos

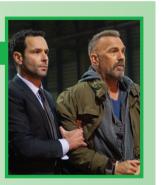


Marina incentiva Paty a conhecer Lenita. Carolina e Louzada se beijam. Mario e Alice partem para sua lua de mel. Paty conversa com Lenita e Vittorio. Lenita sugere que Loretta converse com Lúcia sobre trabalho. Silva anuncia a Sinhá que sua fortuna foi confiscada pela polícia. Alice questiona Tanaka sobre Mocinha. Daniel oferece um emprego a Milena. Tanaka ajuda Mieko e Damasceno a organizar seu casamento. Mocinha ameaça Sinhá para salvar Tanaka. Milena e Ralf brigam.

DOMINGO - 05 MAR - 21H30

Criminoso

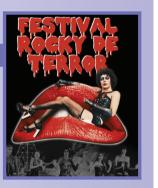
Numa última tentativa para parar um plano diabólico, as memórias e habilidades de um agente da CIA, morto, são implantadas num presidiário imprevisível e perigoso. Objectivo: que este termine a missão do operacional morto no terreno.



DOMINGO - 05 MAR - 22H00

Festival Rocky de Terror

Neste musical de culto de Andrew LLoyd Webber, um casal de noivos procura ajuda num castelo depois do seu carro avariar. O que eles não sabem é que o castelo está repleto de seres estranhos e que o dono da casa é um travesti extraterrestre.



TERÇA-FEIRA - 05 MAR - 06H15

O Segredo do Meu Sucesso

Pode um adolescente do Kansas chegar a Nova lorque para conquistar o mundo dos negocios e abrir caminho desde o correio até a administração em algumas semanas? Michael J. Fox prova que isso pode ser feito, nesta divertida sátira às grandes empresas.



Jornal de Angola

Caderno Fim-de-Semana

Editor António Cruz

Subeditores

Edna Cauxeiro Ferraz Neto

Edição de Arte

Albino Camana Valter Vunge

Textos

Ferraz Neto Augusto Cuteta Guimarães Silva

Fotos

Estanislau Matoso JAimagens, Globo

MALHAÇÃO

GLOBO 19h00



Nanda diz a Renato que gosta dele

Joana revela a Tânia o segredo que Agenor lhe contou sobre Ricardo. Nanda afirma a Renato que gosta dele. Rômulo e Sula cuidam dos filhos de Cleyton e Krica. Cléo mostra fotografias antigas para Gabriel, Giovane, Bárbara e Joana. Belinha revela a Arthur que sabia do namoro com Júlia e questiona se o menino ainda gosta da amiga. Vanderson sabota os treinos de Rómulo. Caio insinua a Joana que Ricardo e Carmem continuaram a ser amantes após seu nascimento.

ROCK STORY

GLOBO 20h20



Diana confessa a Gui que foi ela quem denunciou

Lorena orienta William e Romildo a deixarem o Rio de Ianeiro. Diana acredita na história contada por Néia. Nicolau reclama com Roberto por ele ter falado sobre seu caso para Luana. Jaílson confirma para os meninos da 4.4 que Paçoca não participou do roubo dos instrumentos. Zac apoia Yasmin. Daniel avisa que o pedido de habeas corpus de Júlia foi negado e Gui pede para dar a notícia a ela pessoalmente.