

o fim de Semana

Domingo, 7 de Maio de 2017



**DOMINGOS
ANDRÉ**

**Empreendedor propõe
modelo de urbanização**

O postal hoteleiro do Huambo

O Hotel Ekuikui I, situado bem no centro da cidade do Huambo ou “Cidade Vida”, é uma das principais opções de alojamento. De construção recente, esta unidade hoteleira dispõe de 70 quartos equipados com Internet (ligação sem fios que se estende a todo o hotel), te-

levisão e frigobar, mobiliário moderno e decoração elegante ao estilo contemporâneo, com peças feitas à medida. O Huambo é uma cidade e município de Angola que é a capital da Província do Huambo. A cidade teve a designação oficial de Nova Lisboa entre 1928 e 1975.

EDIÇÕES NOVEMBRO



Horóscopo

Carneiro

Esta semana é criativa e cheia de ideias. Mas é bom manter os pés no chão e o foco, para conseguir colocar o que quer em prática. Caso contrário, corre o risco de ficar só no mundo das ideias. Você pode fazer coisas novas e ter dias mais agitados, movimentados.

Touro

Nestes dias, pode sentir que algumas coisas demoram mais para acontecer e dar certo. Ou que nem tudo saiu exactamente como você tinha planeado. Mas o conselho do céu é: bola para frente, foco no que está a funcionar e deixa a vida te levar.

Gêmeos

É uma semana que promete novidades, movimento e diversão. Óptimos dias para lançar coisas, fazer divulgações e contactos. Óptimo momento para cursos, estudos e viagens.

Caranguejo

São dias mais tranquilos. Com mais estabilidade, você se sentirá mais feliz, confiante e cheio de novas ideias. Um céu positivo para novidades no trabalho, mas que pede mais ou-

sadia, criatividade e inovação nessa área.

Leão

Você está com tudo. Forte, carismático, cheio de energia e coragem. Aproveite para se mostrar mais por aí. É uma semana positiva para sair com os amigos e manter os contactos com grupos e equipas, inclusive no trabalho.

Virgem

Com Mercúrio caminhando para frente, muita coisa volta a fluir. Porém, você pode lidar com situações extremas e imprevistos e precisa ter flexibilidade para não ficar irritado demais. O melhor de tudo é aproveitar a crise e criar oportunidades para crescer e ser feliz, já que o céu também abre novas portas e traz boas novidades para você.

Balança

Você não vai conseguir mudar o mundo em uma semana. Por isso, foco no que é de facto mais importante e deixe o resto para depois. Alias, é bom mesmo mostrar para os outros qual é seu ritmo e o que dá mesmo conta de fazer. É uma semana positiva para estar com amigos.

Escorpião

É uma semana bem movimentada. Você tem mais destaque no trabalho e na vida como um todo e pode

aproveitar para se divulgar e se mostrar mais. Bons dias para mudanças e desapego.

Sagitário

É uma semana linda para viajar ou pelo menos sonhar com as próximas viagens. E que bons dias para estudar, fazer contactos, se divulgar, fazer planos para o futuro.

Capricórnio

É um momento para as mudanças. Você pode se sentir mais corajoso e cheio de energia e desapego para mudar. É um momento mais feliz na casa e na família e com isso você também fica mais tranquilo para tocar o trabalho, o amor e tudo que te interessa nesse momento.

Aquário

Semana de amor. Óptima para estar mais perto de quem você ama, estimular as relações e parcerias em geral (inclusive de trabalho) com novas ideias e aventuras e para fazer mais das coisas que você gosta.

Peixes

Cuidado com a falta de controlo, especialmente assuntos financeiros. Cuidado para não descontar a ansiedade e irritação nas pessoas que você mais gosta, especialmente da família. Pode surgir uma oportunidade de trabalho.

CURIOSIDADE

Guerra dos Cem Anos

Guerra dos Cem Anos foi uma série de conflitos travados de 1337 a 1453 pela Casa Plantageneta, governantes do Reino da Inglaterra, contra a Casa de Valois, governantes do Reino da França sobre a sucessão do trono francês. Cada lado atraiu muitos aliados para a guerra. Foi um dos conflitos mais notáveis da Idade Média, em que cinco gerações de reis de duas dinastias rivais lutaram pelo trono do maior reino da Europa Ocidental. A guerra marcou tanto o auge da cavalaria medieval quanto seu subsequente declínio e o desenvolvimento de fortes identidades nacionais em ambos os países. Depois da Conquista Normanda, os reis de Inglaterra eram vassallos dos reis de França para suas posses em solo francês. Os reis franceses esforçaram-se, ao longo dos séculos, para reduzir estas posses, no sentido de que apenas a Gasconha fosse deixada para os ingleses.

ANEDOTAS



No Colégio

O professor pergunta ao aluno:
- Se eu te desse 2 gatos e outros 2 gatos e outros 2, quantos terias?
- Sete.
E o professor, já irritado:
- Mas, onde consegues sete?
- Porque eu já tenho um gato, professor!

PASSATEMPO

Descubra as 7 diferenças



a camisa, a boca, o brinco, o vestido, o dedo, o cabelo e o papel.

Sopa de Letras

Encontre as seguintes palavras: escola, aula e turma.

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

Lípsia mostra dotes

Lípsia, realiza sexta-feira, no palco do espaço Brasserie Bento, em Luanda, um concerto jazz intimista, no qual se prevê fazer uma demonstração dos seus dotes vocais e como tecladista. A cantora que no ano passado, lançou sua carreira para o mercado internacional, apresenta um repertório repleto de êxitos internacionais nos géneros jazz, soul music, r&b, bossanova e funk.



Kassav regressa a Angola



A banda Kassav realiza quatro espectáculos este mês no país, sendo o primeiro na sexta-feira, no Centro de Conferência de Belas (CCB), em Luanda, dia 13, no Lobito e no domingo no Clesort Kikuxi, em Viana. O primeiro e o último espectáculos têm participação de Yola Araújo e Edmázia Mayembe, enquanto o de Benguela será ainda animado por Puto Português, Ary, Cage One, Yannick Afroman, Zona 5, Projecto X e os DJ's Mila Sopa, Callas.

PROGRAMAÇÃO DA SEMANA

Programação

CINEMA

SALAS	FILMES EM PROJEÇÃO	GÉNERO	IDADES
S.	COLLIDE A ALTA VELOCIDADE	drama	12



SINOPSE

Depois de um assalto que corre mal, Casey Stein (Nicholas Hoult), um jovem americano a viver na Europa, é obrigado a fugir de um sanguinário gangue, liderado pelo implacável Hagen (Anthony Hopkins). Para complicar, Casey fica na posse de bens valiosos pertencentes a Hagen, que fará tudo para os recuperar. Casey acaba assim por se envolver numa louca perseguição pelas auto-estradas de Munique para salvar o amor da sua vida, antes que seja tarde demais. **Actores:** Felicity Jones, Anthony Hopkins.

FAZEM ANOS ESTA SEMANA



CÉLSIO MAMBO

Célsio José Mambo ou simplesmente Celsio Mambo é um dos principais ícones da música gospel angolana. Nasceu em Luanda, no dia 11 de Maio, deu os primeiros passos no grupo coral da Igreja Metodista Unida Monte Sinai, onde frequentou inúmeras aulas de canto e hoje é mestre. Em 2006 ficou entre os seis melhores do concurso Estrelas ao Palco, uma produção da LAC, interpretando "Con te partirò", de Andrea Bocelli, em dueto com Marília Alberto. Venceu o Festival da Canção de Luanda em 2006, com o tema "Lunga ni Kalunga", de Tonicha Miranda.

FLAY



Joaquim Lopes da Silva Neto conhecido nas lides artísticas como Flay, nascido na comuna da Catumbela, município do Lobito, no dia 8 de Maio, é das vozes sonantes do quotidiano artístico angolano. Entre os sucessos, que constam do seu repertório musical constam "Doçura", deu o mesmo título ao disco, lançado em 1998 e "Catumbela Meu Berço".

HILÁRIO MATUCA



Jornalista da Rádio Nacional de Angola destacado na província do Moxico, Hilário Matuca, nasceu a 8 de Maio, na cidade do Luena. Da sua trajectória jornalística constam a sua passagem como editor-principal dos serviços noticiosos da Rádio Nacional de Angola (RNA), em Luanda.

RESERVA NATURAL EM MOÇAMBIQUE

Parque da Gorongosa promove prova de Atletismo

OSVALDO GONÇALVES |

A segunda edição a Maratona na Selva, a disputar-se a 3 de Junho próximo, é mais uma importante iniciativa na promoção do Parque Nacional da Gorongosa, em Moçambique. A corrida de 12 quilómetros realiza-se em terra batida na picada de acesso àquela reserva natural.

Prémios avaliados em mais de 150 mil meticais estão reservados para os vencedores da prova, aberta a atletas federados e populares.

O Parque Nacional da Gorongosa tem sido amplamente referenciado em todo o mundo, sobretudo no seio da comunidade científica e de instituições dedicadas ao estudo e conservação da Natureza.

A região da Gorongosa, na província de Sofala, é uma referência da luta de libertação de Moçambique e tornou-se mundialmente conhecida durante o conflito arma-

do interno por albergar grandes bases dos guerrilheiros da RENAMO. Terminada a guerra, com o Acordo Geral de Paz em 1992, e realizadas as primeiras eleições multipartidárias do país em 1994, foram-se multiplicando os esforços para a recuperação das reservas naturais do país e da Serra da Gorongosa, em particular.

Os primeiros esforços para reconstruir as infra-estruturas do Parque Nacional da Gorongosa e restaurar a fauna bravia começaram em 1994 quando o Banco Africano de Desenvolvimento (BAD) deu início aos trabalhos num plano de reabilitação a longo termo.

Nos anos seguintes, o Parque abriu portas para os turistas e a União Europeia, com a ajuda da União Internacional para a Conservação da Natureza (IUCN), lançou um programa de emergência para acabar com a caça furtiva e remover as minas. Cin-

quenta novos trabalhadores, muitos deles antigos combatentes, foram contratados. A iniciativa do Banco Africano de Desenvolvimento, também conhecida como Projecto de Gestão de Recursos Faunísticos e de Florestas, foi lançado em 1996, com o apoio do governo de Moçambique. Nos cinco anos seguintes, a iniciativa do BAD reduziu significativamente a caça furtiva: 100 quilómetros de estradas e picadas foram abertas e cerca de 80 fiscais foram treinados.

ORIGENS DO HOMEM

Vários projectos de pesquisa científica são organizados e levados a cabo no parque, que faz parte da grande região do Vale do Rift. A administração do Parque Nacional da Gorongosa acredita que as investigações em curso sobre a evolução do Homem têm potencial para mudar a

história e colocar a principal área protegida na trajectória de Património da Humanidade.

“Há sinais muito fortes de que o facto de estarmos posicionados na ponta mais a sul do vale do Rift coloca-nos potencialmente na rota da (história) da evolução humana”, disse o administrador do parque, Mateus Mutemba, em entrevista à agência Lusa.

O responsável referiu que as grandes descobertas que levaram ao conhecimento mais actual sobre a evolução da espécie ocorreram nessa faixa, como os achados de Oldevai Gorge ou a emblemática Lucy.

“Todos eles ocorreram ao longo do vale do Rift”, salientou Mateus Mutemba. Uma equipa multidisciplinar liderada pela portuguesa Susana Carvalho, investigadora da Universidade de Oxford e directora adjunta de Paleontologia e Primatologia do PNG, procura vestígios sobre a

evolução do Parque e os primeiros dados apontam para uma cronologia geológica de sete milhões de anos, quando surgiu a Humanidade.

A equipa fez os primeiros trabalhos de avaliação do potencial da zona em meados de 2016 e tem como ponto de partida a localização da mais importante área protegida de Moçambique, situada no extremo sul do vale do Rift, que se estende para norte através do Malawi, da Tanzânia e do Quénia até à Etiópia, onde foram encontrados os achados mais importantes sobre os primeiros ancestrais do Homem.

“A Gorongosa é a única parte do Rift que ainda não foi estudada em termos de evolução humana”, afirmou Susana Carvalho, assinalando que os levantamentos geológicos iniciais apontam para cronologias que abrangem o período de sete milhões de anos, quando surgiram os primeiros homínídeos.





DR

REFERÊNCIA MUNDIAL

O Parque Nacional da Gorongosa é uma área de conservação situada na zona limite sul do Grande Vale do Rift Africano, no coração da zona centro de Moçambique.

O Parque, com um pouco mais de quatro mil quilómetros quadrados, inclui o vale e parte dos planaltos circundantes. Os rios que nascem no vizinho Monte Gorongosa, que atinge os 1.863 metros de altura, irrigam a planície. Em 20 de Julho de 2010, o Governo moçambicano decidiu alargar a área do parque para 4.067 quilómetros quadrados, bem como criar uma zona tampão de 3,30 quilómetros quadrados à sua volta.

As cheias e inundações sazonais do vale, que é constituído por um mosaico de diferentes tipos de solo, criam uma diversidade de ecossistemas distintos. As pradarias são salpicadas por áreas de acácias, savana, floresta seca em zona de areias, lagunas enchidas sazonalmente pelas chuvas e moitas nos montículos erigidos pelas térmitas. Os planaltos contêm florestas de miombo e de montanha e uma espectacular floresta húmida no sopé de uma série de desfiladeiros calcários.

Esta combinação de características únicas suportava outrora uma das mais densas populações

de vida selvagem de toda a África, incluindo carnívoros carismáticos, herbívoros e cerca de 500 espécies de aves. Mas os números dos grandes mamíferos foram reduzidos em mais de 95 por cento e os ecossistemas foram largamente afectados pelos cerca de trinta anos de guerra.

Fruto do trabalho que vem sendo efectuado, o parque foi palco de muitos estudos científicos, artigos, livros e documentários premiados pelas mais altas instâncias mundiais. O nosso tem relação com a Gorongosa pelo trabalho que a bióloga angolana Ninda Lara, que, segundo soube o Jornal de Angola, encontra-se neste momento a efectuar pesquisas na província da Huíla.

RESERVA DE CAÇA

O acto oficial com vista a proteger a região de Gorongosa apareceu pela primeira vez em 1920, quando a Companhia de Moçambique ordenou que 1.000 quilómetros quadrados fossem conservados como uma reserva de caça para os administradores da companhia e seus visitantes. A Companhia controlava toda a região central de Moçambique entre 1891 e 1940, tendo sido esta área concedida pelo Governo de Portugal.

Em 1935, o Sr. José Henriques Coimbra foi designado administrador e o Sr. José Ferreira tor-

nou-se no primeiro guia turístico. Naquele mesmo ano, a Companhia de Moçambique alargou o espaço da Reserva para uma área de 3200 quilómetros quadrados para proteger o habitat de Inhalas e Rinocerontes pretos, ambos troféus de caça muito apreciados.

Em 1940, a Reserva já se tornara bastante famosa, uma nova administração e um campo turístico foram construídos nas planícies perto do Rio Mussicadzi. Infelizmente este sítio teve que ser abandonado dois anos mais tarde, devido a grandes cheias na época das chuvas. Os leões tomaram conta das construções abandonadas e o lugar tornou-se num grande atractivo turístico por muitos anos, conhecido com o nome de Casa de Leões.

Depois do término do contrato da Companhia de Moçambique, a gestão da Reserva passou para as mãos do governo colonial. Sr. Alfredo Rodrigues tomou os primeiros passos oficiais com o objectivo de banir as caçadas e de estabelecer um negócio turístico viável. Em 1951 começaram outras construções de uma nova administração e acomodações no Chitengo, incluindo um restaurante e um bar. Até aos finais de 1950 mais de 6000 turistas visitavam anualmente a Reserva e o governo colonial tinha atribuído a primeira concessão de turismo

no Parque. Em 1955, a campanha dos criadores produziu frutos quando a Divisão dos Serviços de Veterinária assumiu a responsabilidade da gestão da fauna bravia em Moçambique. Em 1960, o governo português decretou a Reserva como Parque Nacional.

ASERRA DA GORONGOSA

Mais de 2000 pessoas vivem na Serra da Gorongosa. Os residentes praticam agricultura de subsistência e os produtos obtidos dessa prática têm uma significativa contribuição para as necessidades nutricionais da população residente, preenchendo os mercados do distrito com uma enorme variedade de produtos frescos para vender. Vivem na serra há várias gerações e a sua prática social e agrícola permite que a floresta tropical na serra tenha condições para suportar espécies raras e ameaçadas, incluindo algumas endémicas como a *Oriolus chlorocephalus*.

O estado deste sistema ecológico, raro no que toca ao grau de preservação graças às práticas dos residentes, atrai a atenção de conservacionistas, ornitólogos, botânicos e entusiastas da vida selvagem a nível mundial. Pelo menos 500 famílias podem ser encontradas a viverem nas zonas

férteis acima dos 700m, numa área caracterizada por vales adequados à agricultura de subsistência de pequena escala. Em julho de 2010 o Governo de Moçambique e o Projecto de Restauração da Gorongosa (chefiado pela Fundação Carr) anunciou que a Serra da Gorongosa seria anexada ao parque, ficando com um total de 4067km².

A Gorongosa é habitada por uma impressionante diversidade de animais e plantas – alguns dos quais não se encontram em mais lado nenhum no mundo, como a nova espécie de musaranho recentemente descoberta, a *Myosorex meesteri*. A riqueza da biodiversidade cria um mundo complexo onde animais, plantas e pessoas interagem. Dos mais pequenos insectos ao mamíferos maiores, cada um desempenha um papel importante no ecossistema da Gorongosa.

Apesar de muita da vasta população herbívora do parque ter sido dizimada durante os anos de guerra e de caça furtiva, quase todas as espécies naturalmente características da região, incluindo mais de 400 tipos de aves, acabaram por sobreviver. Com uma gestão efectiva e reintrodução de espécies-chave, as populações de vida selvagem voltarão a contar-se segundo valores naturais e ajudarão a restaurar o equilíbrio ecológico do parque.

DR





Sopa verde com batata doce

RECEITA
da SEMANA



INGREDIENTES

•3 batatas doces descascadas, •1 cebola média, •2 dentes de alho, •Aproximadamente 800ml de água, •1 folha de couve, •folhas de salsa e manjeriço a gosto, •2 colheres (sopa) de parmesão ralado, •sal, pimenta do reino e azeite de oliva a gosto.

PREPARAÇÃO

1- Numa panela com água fervente com sal, cozinhe as batatas picadas, o alho e a cebola, até amolecerem bem, no final adicione a folha de couve (sem o talo) e deixe cozinhar rapidamente.
2- Passe a mistura para um liquidificador, adicione o manjeriço e bata bem.
3- Retorne a panela, adicione o parmesão e tempere com pimenta do reino, sal e um fio de azeite. Bom apetite!



Dicas

Como manter a forma sem sair de casa

Falta de dinheiro ou de tempo não podem ser desculpas se você quer ter uma vida saudável que inclua, claro, exercícios e actividades físicas. É possível realizar exercícios para manter a forma física sem sair de casa, sem gastos. Confira as dicas que preparamos e comece já!

Agachamento

O agachamento é o exercício ideal para quem quer definir pernas. Para realizar a actividade, afaste as pernas e estique os braços na frente do corpo e agache, como se fosse sentar, repetindo o movimento dez vezes. Comece com três séries de dez repetições e, depois, aumente para 15.

Abdominal

Já para quem quer definir a barriga e queimar os pneuzinhos que tanto incomodam, o abdominal é muito indicado. Faça três séries com 15 abdominais e em cada uma delas alterne as possibilidades: abdominal cruzado, infra, supra, ou os que preferir.

Flexão

Deite de barriga para o chão e apoie o corpo com os braços esticados na altura dos ombros. Se tiver dificuldade de ficar apenas com as pontas dos pés no chão, cruze as pernas e apoie os joelhos no chão. Movimento o corpo em direcção ao chão, mas não encoste nele, e volte à posição original. Comece fazendo 10 flexões por dia e vá aumentando de acordo com o seu ritmo.

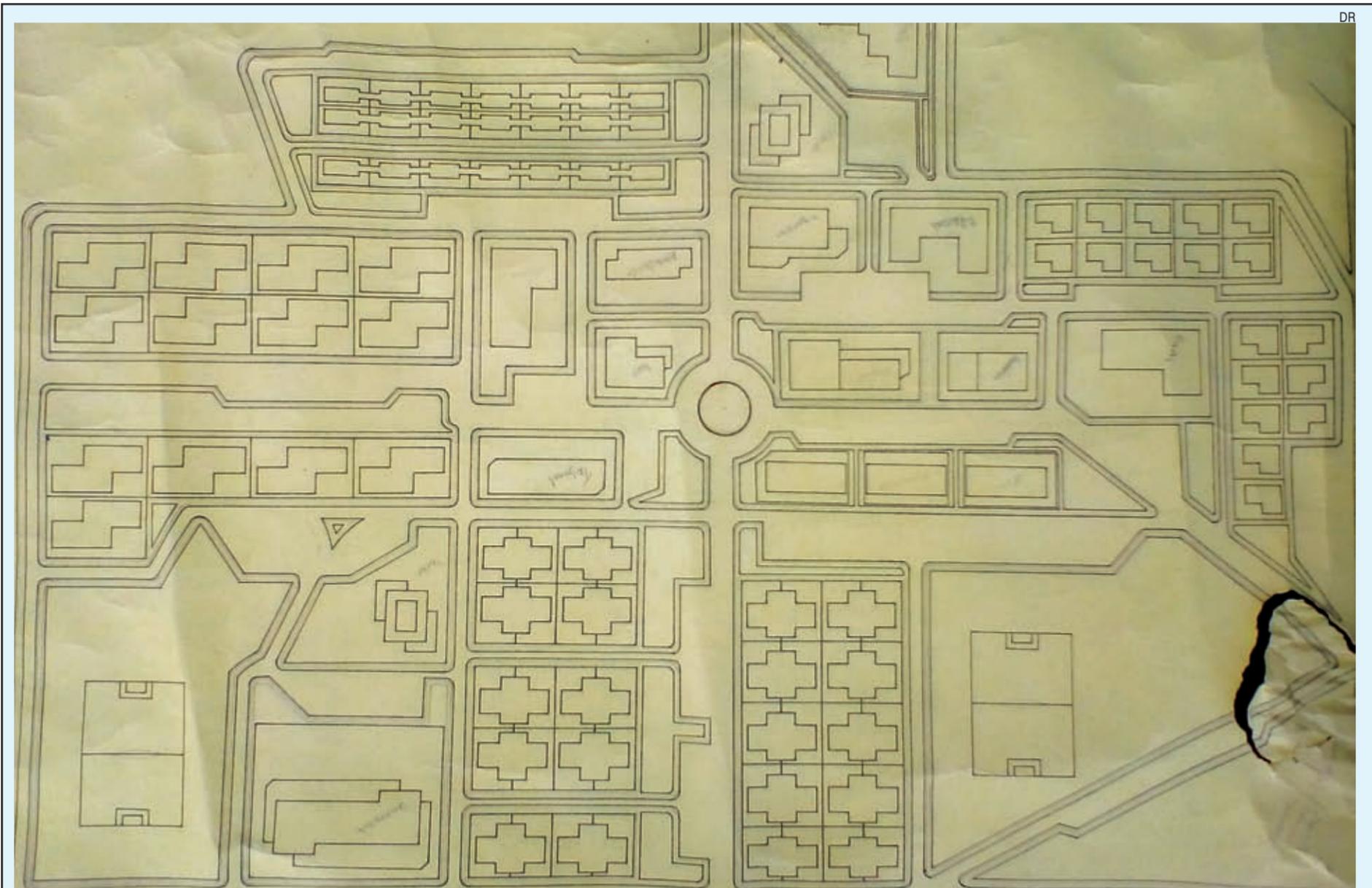
Pular a corda

Você sabia que pular a corda por meia hora pode queimar até de 400 calorias? Além disso, o exercício é excelente para proporcionar condicionamento físico, endurecer as nádegas e deixar as pernas duras.

Corrida estática

Como se estivesse na esteira, corra sem sair do lugar. Para melhorar o rendimento do exercício, tente levantar os joelhos. Meia hora de actividade pode mandar embora aproximadamente 200 calorias.





Empreendedor propõe modelo de urbanização

Os problemas de urbanização e de vias de acesso em muitas zonas de Luanda inspirou o jovem Domingos André a criar um projecto urbanístico que visa requalificar alguns bairros.

Denominado “Plantas de Urbanismo e de Residências”, o projecto oferece, entre

outros serviços, facilidades de acesso, áreas de lazer, parques de estacionamento, zonas de drenagem e quadras desportivas.

De acordo com o empreendedor de 22 anos, que se dedica por conta própria à concepção de áreas de lazer em estabelecimentos de ensino, “é preciso compati-

lizar programas arquitectónicos em terrenos exíguos, muitas vezes com topográficos acidentais e restrições ambientais”.

Residente no bairro da Vidrul e com formação média em Construção Civil, Domingos André exerce a profissão há mais de três anos. “Nós fazemos plantas canali-

zadas, instaladas, preventivas em 3 D e tudo que tem a ver com o desenho”, afirmou.

Ávido por mostrar o seu valor, Domingos André pede às empresas de construção civil que lhe dêem um oportunidade. “Quero contribuir com o meu saber para o melhoramento da imagem da minha capital”, disse.



DOMINGOS ANDRÉ

RESponde

P - Que melhorias pode o seu projecto trazer à capital?

R - Este projecto é muito abrangente, mas, assim rapidamente, posso afirmar que por via do mesmo a zona onde for aplicado ganha mais vias de acesso, proporciona uma beleza fora de série, melhora o escoamento e aumenta a visibilidade.

Aconteceu COMIGO

Domingos André, guarda negativamente, na memória os maus momentos que viveu, depois da sua formação. Foi difícil conseguir emprego. “Quero contribuir com o meu saber para o melhoramento da imagem da minha capital”, disse.

MUNDO DOS MEDIA

Pé no Palco - A descoberta de talentos na dança e música

“Pé no Palco” é o programa televisivo de entretenimento para a descoberta de talentos na dança e música. Emitido no canal por satélite Palanca TV, no canal 514, na Dstv, o novo projecto da grelha de programação da TV

Palanca tem um júri composto por músicos e coreógrafos consagrados no mercado artístico nacional. Podem participar no concurso, concorrentes com idades compreendidas entre os 16 e 50 anos e são avaliados pela

afinação, letra, melodia, voz e postura no caso da música, enquanto que na dança, os concorrentes vão ser avaliados pela criatividade, exploração do espaço cénico, qualidade de execução e harmonia quanto às técnicas.

Acontece:

MALHAÇÃO

GLOBO 21h10



Kayla entra em trabalho de parto

Keyla prepara-se para ir com Roney ao hospital, acompanhar a gravidez. As águas de Keyla rebentam e as meninas acabam por fazer o parto do bebé. Jota impressiona-se com a programação feita por Ellen. Roney manda uma mensagem a Lica, Benê, Ellen e Tina, em nome de Keyla, e elas estranham. As meninas decidem promover a “Balada do Bebê” para conseguir fraldas para Tónico. Tato sai com Tónico e Keyla faz uma confissão às amigas. Keyla conta a Lica, Benê, Ellen e Tina como envolveu-se com o pai de António. Benê toca a música de Roney no galpão.

NOVO MUNDO

GLOBO 19h30



Thomas decide viajar

Thomas surpreende-se com a notícia de que Dom Pedro será obrigado a ir para Portugal. Leopoldina tenta apoiar Dom Pedro. Elvira sabota a comida dos marinheiros na taberna. Jacira e Piatã beijam-se. Leopoldina manda Joaquim pedir munição aos aliados, e Thomas regista a ordem. Leopoldina, Wolfgang e Diara fogem de Elvira. Thomas decide viajar e instrui Nívea para vigiar Anna. Domitila acredita que Chalaça estragou os seus planos. Piatã e Jacira passam a noite fora da aldeia. Domitila pede que Francisco organize o seu encontro com Dom Pedro.

TVC1

DOMINGO, 17H25

Maze Runner: Provas de Fogo

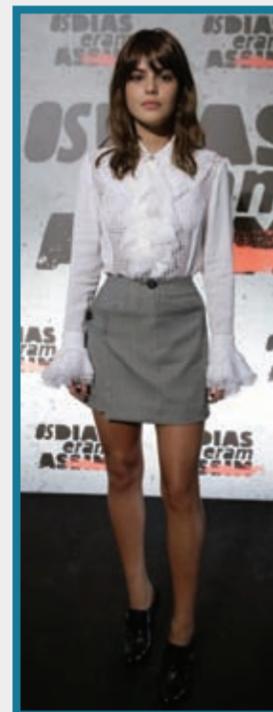
Thomas e os seus companheiros rapidamente percebem que a salvação pode ser, na verdade, outra armadilha. Fazem uma longa e penosa travessia pela Terra Queimada, percorrendo uma desolada paisagem cheia de obstáculos inimagináveis.



OS DIAS ERAM ASSIM GLOBO 19h00

Alice casa-se com Vitor

Renato trabalha como assistente de Hernando. Vera sofre com a ausência dos seus filhos. Arnaldo faz um ultimato a Alice. Cora incentiva Vitor a assumir o filho que Alice está à espera. Vera visita Gustavo. Natália encontra-se com Alice no lugar de Cátia. Alice comove-se com o comportamento de Vitor. Rimena reclama quando Renato afirma que continuará a morar na casa de Hernando com Alice. Alice casa-se com Vitor. Hernando questiona Renato sobre a sua decisão de morar no alojamento do hospital. Alice comenta com Kiki que Vitor quer que ela faça um curso de fotografia fora do Brasil.



TVC2

DOMINGO, 18H30

Fuga No Século XXIII

Numa cidade idílica do séc. XXIII, os habitantes desfrutam de todos os prazeres da vida. Mas com uma condição: ninguém pode viver depois dos 30 anos de idade. Quase a completar a idade limite, Logan vai tentar escapar à cerimónia de exterminação...



TVC4

DOMINGO, 18H00

Redenção (2015)

Um pistoleiro amargurado com a vida, tenta reaproximar-se do seu pai distante, enquanto a sua comunidade é cercada por “caçadores de terras”.



ROCK STORY

GLOBO 20h20

Yasmin e Zac reatam o namoro

Lázaro diz a Mariane que Gui está a tentar colocar Zac contra ela. Mariane aceita a proposta de Lázaro e volta para o Rio de Janeiro com ele. Mariane tenta justificar o seu desaparecimento a Zac. Bianca pede que Vanessa esqueça os problemas de Diana. Lázaro sugere a Diana que Mariane vá ao lançamento do CD de Gui. Gilda expulsa Marisa e Haroldo da sua casa. Júlia deixa claro a Mariane que não quer perto de Gui. Yasmin e Zac reatam o namoro. Gordo não gosta de ver Diana com Lázaro. Léo e Stefany beijam-se. Gilda afirma a Edith que não perdoará Haroldo.



Jornal de Angola

Caderno Fim-de-Semana

Editor
António Cruz
Subeditores

Edna Caxeiro
Ferraz Neto

Edição de Arte
Albino Camana
Valter Vunge
Sócrates Simons

Textos
Osvaldo Gonçalves

Fotos
JAimagens
Globo