

Sfim de Semanada

Domingo, 11 de Junho de 2017

ROSA DE CASTRO

Sonhos e realizações



Espaço Cultural Rebita

Aberto há cerca de três meses, o Espaço Cultural Rebita é uma promessa que faz a junção de gastronomia com entretenimento, ao “gostinho da banda”. Localizado na Ilha de Luanda, entre o Hotel Panorama e o Quintal da Tia Guida 2, possui uma decoração que adotou os elementos da natureza, com os tons acastanhados das paletes recicladas, o verde da rel-

va e diversas plantas, e até tem um contentor de 20 pés, todo pintado de azul claro, lembrando a cor de um céu limpo num dia de Sol. Parte do chão é cimentado e, além da área de alimentação, tem também um espaço que serve de pista de dança e de espetáculos. Na mesma área, existe um palco e uma grande tela para os amantes de futebol.

EDIÇÕES NOVEMBRO



Horóscopo

Carneiro de 21/03 a 20/04

Nesta semana nada há a assinalar a respeito de novas conquistas. Se tiver uma relação estável, aguardam-lhe momentos muito agradáveis plenos de harmonia. Usufrua desta paz para trazer uma nova vida à sua relação amorosa.

Touro de 21/04 a 20/05

Nesta semana preste mais atenção à sua família e esforce-se para conceder algum tempo extra a quem esteja doente ao seu redor. Se também estiver necessitado de atenção e carinho, esses podem ser momentos de grande satisfação pessoal.

Gêmeos de 21/05 a 20/06

Nesta semana há-de estar sempre disposto a deixar tudo para tudo recomeçar. Se estiver sozinho, este é o momento certo para iniciar uma relação com alguém que lhe foi recentemente apresentado e que despertou o seu interesse. Se tiver uma relação estável, viva-a intensamente.

Caranguejo de 21/06 a 21/07

Esta semana não há de sentir-se especialmente bem, mas nem por isso atravessa um momento negativo ou desprotegido. Podem ocorrer alguns conflitos com familiares que deve resolver de imediato com sensatez. Não descuide do amor pelo ser amado.

Leão de 22/07 a 22/08

Nesta semana pode esperar por alguns dias cinzentos na sua relação. As suas reacções tendem a ser demasiado impulsivas e frias. Admita perante quem ama que, por vezes, também falha. Um pedido de desculpas, no entanto, pode não bastar.

Virgem de 23/08 a 22/09

Nesta semana não tome atitudes e posturas extravagantes que possam, eventualmente, chocar os outros à sua volta. Porém, não anule a sua vontade própria em função do que pensam. Viva a sua vida feliz consigo, mesmo sem magoar quem lhe quer bem.

Balança de 23/09 a 22/10

Nesta semana a euforia que atravessa pode ser prejudicial, pois não encontra um equilíbrio e um

meio-termo nas suas emoções. As aventuras sem amanhã trazem um vazio, por outro lado, as relações sérias e já cimentadas aborrecem-no. Aguarde por melhores dias e não destrua o que já conquistou.

Capricórnio de 22/12 a 20/01

Nesta semana viva a sua vida sem tabus nem preconceitos. Lembre-se que ninguém mais vive por você. Se estiver sozinho, a sua busca incessante de um parceiro amoroso é coroada de êxito, contudo não é uma relação com carácter duradouro.

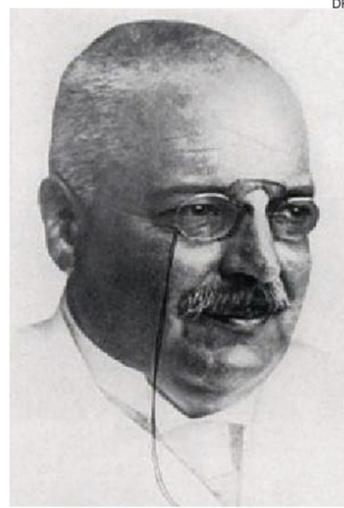
Aquário de 21/01 a 19/02

Nesta semana avizinhem-se tempos um pouco intempestivos, pois nem sempre pensa com a cabeça, mas sim com o coração. Não dê ouvidos a intrigas que possam pôr em causa o seu relacionamento amoroso, ou mesmo trazer conflitos no seio familiar.

Peixes de 20/02 a 20/03

Nesta semana afaste um pouco a timidez que possa possuir. Este é um período próspero de novos encontros e contactos. A sua vida sentimental pode ser marcada por significativas modificações. Avance sem qualquer receio de rejeição.

CURIOSIDADE Alzheimer



Aloysius Alzheimer foi um psiquiatra alemão conhecido, sobretudo, por ter sido o primeiro autor a reconhecer como entidade patognomônica distinta a doença neurodegenerativa que hoje tem o seu nome (doença de Alzheimer ou mal de Alzheimer). Alzheimer trabalhou também com Emil Kraepelin, autor da primeira classificação moderna dos vários tipos de doença psicótica. Aloysius Alzheimer nasceu no dia 14 de Junho de 1864, na cidade alemã de Markbreit, Baviera, filho de Eduard Alzheimer e de sua segunda esposa, Theresia.

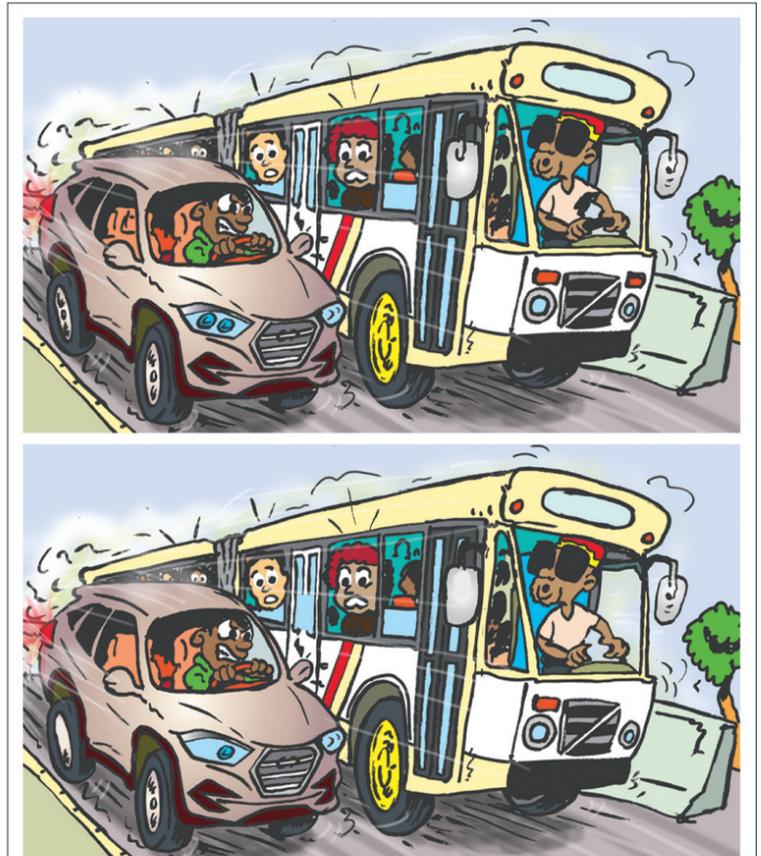
ANEDOTAS



A mãe pergunta ao filho:
- Porque é que já não passas tempo com o vizinho?
E diz o miúdo:
- Mãe, você gostava de passar tempo com alguém que fuma, bebe muito e ainda diz asneiras?
- Credo, claro que não! – responde a mãe chocada.
E conclui o miúdo:
- Pois é mãe, ele também não gosta...

PASSATEMPO

Descubra as 7 diferenças



Sopa de Letras

ENCONTRE AS PALAVRAS: TRIGO, CEVADA, AVEIA, MILHO

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



Clesort Kixuxi

Tabanka Djaz no Kikuxi

O grupo musical Tabanka Djaz, Jorge Neto e Paulo Flores são as atrações para dois espectáculos a serem realizados na próxima sexta-feira, às 20h30, no Centro de Conferências de Belas, e domingo, às 14h30, no Clesort Kixuxi, em Viana. A banda da Guiné Bissau, Tabanka Djaz, conta no primeiro dia com a presença de Jorge Neto e, no segundo, com a de Paulo Flores, em dois espectáculos de "matar saudades".

Acontece

de 11 a 17 de Junho de 2017

PROGRAMAÇÃO DA SEMANA

Programação

CINEMA

SALAS	FILMES EM PROJEÇÃO	GÉNERO	IDADES
S.	ALIEN: COVENANT	drama	12



SINOPSE

A tripulação da nave Covenant, com destino a um planeta remoto do outro lado da galáxia, descobre o que acredita ser um paraíso desconhecido, mas é na realidade um estranho e perigoso mundo. Quando descobrem uma ameaça além da sua imaginação, eles tentam uma angustiante fuga.

Actores: Michael Fassbender, Katherine Waterston, Billy Crudup, Danny McBride, Demián Bichir, Carmen Ejogo, Amy Seimetz, Jussie Smollet, Callie Hernandez, Nathaniel Dean, Alexander England, Benjamin Rigby

Campo do Progresso

C4 Pedro ao vivo no Sambizanga

C4 Pedro, um dos mais influentes cantores angolanos da nova geração, actua na próxima sexta-feira, às 18 horas, no Campo do Progresso do Sambizanga, no distrito homónimo, em Luanda.

O artista, que reside no exterior, fruto do contrato de dois anos com a Sony, regressa uma vez mais a um bairro que o viu crescer para matar saudades, prevendo-se um concerto inesquecível, ao qual o público será entretido com um repertório diversificado em que figuram géneros como kizomba, zouk e afro house. Os discos "King Ckwa" e "Calor e Frio" reúnem o maior número de temas que vai apresentar.



EDIÇÕES NOVEMBRO

FAZEM ANOS ESTA SEMANA

ICE CUBE

O'Shea Jackson Sr nasceu em Los Angeles, a 15 de Junho de 1969, mais conhecido por Ice Cube, é um rapper, produtor musical, actor, escritor e director. Começou a sua carreira em 1984 como membro do grupo C.I.A e depois entrou para o grupo de rap N.W.A em 1986. Após ter deixado o N.W.A, em Dezembro de 1989, construiu uma carreira solo bem sucedida na música, e também como escritor, director, actor e produtor de cinema.



VENUS WILLIAMS

Venus Ebony Starr Williams nasceu em Lynwood, a 17 de Junho de 1980, é uma tenista, ex-número 1 do ranking de simples e de duplas, que se profissionalizou em 1994, treinada pelo seu pai, Richard Williams.

PAUL TERGAT

Paul Kibii Tergat nasceu em Kabarnet, Baringo, Quênia, a 17 de Junho de 1969, é um corredor de longa distância, várias vezes campeão mundial de cross country e duas vezes medalha de prata nos 10 mil metros dos Jogos Olímpicos.



Do Catambor às Américas

Angolano dá rosto às principais novelas brasileiras

Eritson André Alfredo, de nome completo, mais conhecido por Ary, é um actor angolano de 26 anos, que tem estado a inscrever o nome de Angola numa das maiores televisões da teledramaturgia no mundo, a TV Globo, bem como na arte brasileira. Detentor de ideias inovadoras, que se têm consubstanciado em novas linguagens contemporâneas no teatro brasileiro, o jovem actor já participou, até ao momento, em duas novelas: "Sol Nascente", escrita por Walther Negrão, Suzana Pires e Júlio Fischer, e "Novo Mundo", esta última escrita por Thereza Falcão e Alessandro Marson e estando ainda a rolar, desde o dia 22 de Março, podendo ser acompanhada em Angola de segunda a sexta-feira, a partir das 19h45, através do canal 10 da Zap. Em entrevista exclusiva ao *Jornal de Angola*, Ary, natural de Calulu/Libolo (Cuanza Sul) e filho de André Alfredo Katunguissa e de Maria Miguel Kabila, conta como foi parar ao Brasil e como surgiram as oportunidades para gravar novelas. Acompanhe a conversa.

CÉSAR ESTEVES |

Jornal de Angola - Quando e em que circunstância foi parar ao Brasil?

Aritson André Alfredo - Desde criança sempre quis conhecer o Brasil. Na época, não sabia a razão dessa vontade, mas algo me dizia que tinha algum sonho que seria realizado lá. Sentia que brilharia no Brasil. Lembro-me de já ter dito, na altura em que passava na Televisão Pública de Angola (TPA) a série brasileira "Malhação", que um dia estaria nesse país. Os meus primos chamavam-me de louco sonhador.

Jornal de Angola - Este insulto lançado pelos primos não lhe desencorajava a acreditar neste sonho?

Aritson André Alfredo - Não. Antes pelo contrário, eu comecei a trabalhar muito cedo. Em 2010, comecei a trabalhar com um único objectivo (ir ao Brasil). No último ano do ensino médio, isto é, em 2011, ainda trabalhando, percebi que era o momento certo de sair de Angola. Nesse mesmo ano, eu e a minha amiga Yolanda Sebastião corremos atrás de algumas bolsas de estudo para frequentar o curso de Relações Internacionais. Eu não consegui, mas ela sim. Fiquei triste e desesperado. Não pelo facto de ela ter conseguido e eu não. Mas porque nós éramos muito ligados um ao outro e porque sempre foi nosso sonho frequentar juntos esse curso.

Jornal de Angola - E o que decidiu fazer depois disso?

Aritson André Alfredo - No ano seguinte não teve jeito. Eu tinha que sair de Angola. Não sabia ainda como, mas tinha mesmo que sair. Foi aí que falei com algumas pessoas que me ajudaram. Fruto dessa ajuda, fi-



nalmente, em 2012, acabava de chegar ao Brasil.

Jornal de Angola - O que o levou a ir ao Brasil?

Aritson André Alfredo - O principal objectivo que me levou a ir ao Brasil foi, sem sombra de dúvida, a minha formação académica. Eu sempre quis ser um grande advogado, mas no último ano do ensino médio acabei por apaixonar-me pelo curso de Relações Internacionais. Fui fazendo algumas pesquisas dos países ideais na formação em Relações Internacionais e descobri que o Brasil vinha crescendo muito rápido nessa área. Não tive dúvidas de que realmente o Brasil queria a minha presença lá. Ou seja, prometi a mim mesmo que tinha que entrar no Brasil.

Jornal de Angola - Como foram os primeiros dias nesse país?

Aritson André Alfredo - Nas duas primeiras semanas tudo ia às mil maravilhas. Aquela cidade que eu só via na televisão, de repente, estava bem na minha frente. Aquelas praias, mulheres, lugares lindos, que até antes eram, para mim, substantivos abstractos, num ápice, viraram substantivos concretos. Já podia vê-los logo no primeiro olhar. Mas, depois surgiu a pergunta: o que estou a fazer aqui neste lugar? Logo começou a bater uma saudade. A vontade de estar com os meus "niggas" do Catambor, da Corimba e a vontade de estar em todos os terceiros domingos de cada mês nos bancos da Paróquia de São Pedro, localizada no Bairro Prenda, cantando um "glória", fazendo uma aclamação, um ofer-

tório, com a minha Liga Missionária. Diante de toda essa saudade, a única coisa que me apetecia fazer era voltar para a minha mãe. Várias vezes fui obrigado a chorar, querendo voltar. A saudade da minha família, dos meus sobrinhos, dos meus cotas, saudades de estar a beber umas Cucas com a minha D.F e os meus "niggas" da Maianga. Mas essas barreiras foram ultrapassadas quando comecei a estudar.

Jornal de Angola - Além dessas, quais foram as outras dificuldades por que teve de passar?

Aritson André Alfredo - Um dos principais obstáculos que enfrentei foi mesmo a saudade. Mas, felizmente, consegui ultrapassá-lo. O segredo foi fazer da saudade um obstáculo e, sendo um obstáculo, tinha de o vencer. Mas a saudade não foi a única dificuldade que passei. Os problemas familiares e financeiros que a minha família foi tendo nos últimos anos, isto é, nos finais de 2015 até meados de 2016. A crise económica em Angola foi o começo dos meus problemas aqui. E, como se não bastasse, o meu pai ficou doente e perdi a pessoa muito próxima. Foi muito difícil. Sofri uma forte depressão. Mas superei graças aos nossos orixás (ancestrais divinizados africanos que correspondem a pontos de força da Natureza e os seus arquétipos. Estão relacionados às manifestações dessas forças), que, por via do teatro, me tiraram dessa maldita depressão.

Jornal de Angola - Foi ao Brasil já com objectivo de se tornar actor?

Aritson André Alfredo - Não.

Em nenhum momento isso me passou pela cabeça, enquanto estive em Angola. O meu foco no Brasil era o curso de Relações Internacionais. Só isso era importante e mais nada. Mas sabe como é que é, né? Nunca se sabe o que será de nós amanhã. Enquanto estive em Angola, cheguei a fazer parte de um grupo de teatro denominado "Os Peregrinos", com o qual chegámos a apresentar uma peça na Liga Africana, mas não era algo que levei muito a sério. Cheguei, também, a correr atrás de um workshop orientado pela Regina Duarte, em Angola, mas não consegui por causa de algumas barreiras na altura. Com isso, peguei no meu sonho e guardei-o no bolso. Só não sabia que o mesmo sonho iria sair do bolso, num país em que a arte contemporânea vem crescendo muito.

Jornal de Angola - Como é que surgiram as oportunidades para gravar novelas?

Aritson André Alfredo - As oportunidades são raríssimas. Vou tentar resumir para dar uma ideia de como surgiram. Para as oportunidades surgirem, você terá que se ralar muito, precisará conhecer pessoas certas, estar no lugar certo e na hora certa. Não basta só ter sorte. É preciso, primeiro, estudar. Agora, falando concretamente do meu caso, tive a oportunidade de fazer parte de uma das melhores oficinas de TV do Rio de Janeiro, a ARTFIOR, onde tive o mega director e preparador de elenco, Ismael Fiorentino. Tudo começou nessa oficina. Lá, iam muitos directores e produtores de elenco da TV Globo e da Record para caçar novos talentos. Essas pessoas que apareciam por lá gostaram do meu tra-



balho e viam algo muito bom em mim, embora devesse empenhar-me mais. Certa vez, Priscila Lobos, pesquisadora da Globo, e Vanessa Veiga, produtora de elenco da Globo, que na época produzia a novela "Babilônia" e actualmente está a produzir a novela "Rock Story", chegaram e, diante de mim, perguntaram se queria fazer uma participação na novela "Babilônia". Eu neguei por não me sentir ainda preparado e por não ter, na época, o DRT, um documento que permite ao artista actuar em qualquer área. Mas, apesar do meu não, a Priscila levou-me à Globo e fez o meu cadastro no Departamento Artístico da Globo. Depois disso, comecei a ter acesso aos projectos artísticos da Globo como, por exemplo, Ofício em Cena, Oficina dos Actores, Circo de Leitura e Cine-Club. A partir daí as coisas foram acontecendo, naturalmente. Mas não é fácil. É preciso, mais do que ter sorte, estudar muito.

Jornal de Angola - Pode-se concluir que ser actor foi algo que aconteceu acidentalmente na sua vida?

Aritson André Alfredo - Acho que era algo que eu queria. Talvez só não sabia, porque, quando criança, eu via as novelas e tentava entender a forma como os actores falavam. Queria entender as técnicas que utilizavam. Prestava muita atenção aos movimentos dos actores. E quando cheguei ao Brasil também não foi diferente. É uma coisa inexplicável.

Jornal de Angola - A vontade de ser actor engoliu o sonho de ser diplomata?

Aritson André Alfredo - (Risos) Eu queria ser um grande diplomata angolano. Realizar o sonho do tio André, meu pai, que era de ser um preto diplomata de Calulo. Eu queira estender a diplomacia angolana. Assim que comecei a estudar, enquadrei-me logo num grupo de Relações Internacionais mais avançado, na universidade. Eu participava em vários debates na área de Relações Internacionais. Já pensava em como inovar a nossa diplomacia, criar um modelo próprio de negociações, de ter um comércio livre de Angola para o mundo, favorecendo 100 por cento Angola e a Mãe África.

Jornal de Angola - Até ao momento, já participou em quantas novelas brasileiras?

Aritson André Alfredo - Participei em duas novelas: "Sol Nascente" e, actualmente, estou a participar na novela "Novo Mundo", que em Brasília passa às 18 horas.

Jornal de Angola - Tem sido fácil andar no mundo da teledramaturgia brasileira?

Aritson André Alfredo - Não é fácil, mas é muito bom. É que você está a fazer o trabalho que sempre quis fazer. Quando você trabalha com aquilo que ama, você faz com muito amor e muito carinho. É isso que eu tento fazer.

Jornal de Angola - Quais têm sido as principais dificuldades?

Aritson André Alfredo - As dificuldades actualmente têm a ver com a reacção do povo, porque eles pensam que todo o mundo que está na TV tem muito dinheiro e já virou rico. Você tem que se limitar de certas coisas, como, por exemplo, andar de ónibus, no trem, no metro. Não porque não podes andar nos transportes públicos, mas pelo facto de estares na TV e as pessoas acharem-te dife-

rente. E aqui é sério. Basta estares numa novela, é motivo suficiente para deixares de ser quem és. Não podes sair com os amigos para fazer coisas de que gostas. Sais para ir ao cinema e as pessoas ficam a olhar-te de uma forma...sei lá...dizem: "É ele que está na novela das seis? Nossa!!! Faz uma foto comigo, por favor?" Enfim... é bom! Mas acho isso, às vezes, muito chato. Nessa hora eu fico tímido e sem reacção.

Jornal de Angola - Como é que é a sua relação com os actores brasileiros? Eles receberam-no bem?

Aritson André Alfredo - Com muito amor e admiração. Chamam-me de guerreiro. Ajudam-me sempre em cenas por ser ainda um novato na área e por vir de um país de África, em que a arte não é ainda valorizada e pelo facto de estar a seguir a carreira artística, num país em que o negro quase não tem espaço, mesmo sendo a maior parte da população brasileira. E quando penso nisso, considero-me uma pessoa fantástica, porque realmente não é fácil mesmo. Mas nós, naturais de Calulo, temos poder mental. Nós conseguimos tudo o que queremos. Somos cheios de ideias.

Jornal de Angola - Quais são os actores brasileiros de referência com os quais já contracenou?

Aritson André Alfredo - São eles: Rafael Cardoso, Marcelo Novaes, Luís Melo, Jeovanna Antonella, Laura Cardoso, "Em Sol Nascente", e Vivianne Pasmantier, Guilherme Piva, e Ingrid Guimarães, actualmente na novela "Novo Mundo".

Jornal de Angola - Qual tem sido a duração das suas participações nas novelas?

Aritson André Alfredo - Isso é impressionante. As gravações levam muito tempo, mas as cenas, quando vão ao ar, duram menos de um minuto, ou seja, variam de 50 segundos a um minuto.

Jornal de Angola - Quais são os papéis que normalmente interpreta?

Aritson André Alfredo - O meu primeiro personagem era um senhor que trabalhava num cartório, com bastante importância na trama, porque tinha ligações directas com o personagem principal da novela, o César (Rafael Cardoso), isto em "Sol Nascente". Na novela actual, ou seja, "Novo Mundo", cheguei a interpretar primeiro um guia e vendedor de acarajé, uma comida baiana, com a Elvira (Ingrid Guimarães). Como o personagem não tinha muita relevância, eles mataram-no e passei a fazer Abena (um escravo vindo de África) e estou a gravar com Vivianne Pasmantier (Germana), Guilherme Piva (Lucurgo) e Ingrid Guimarães (Elvira).

Jornal de Angola - Gosta dos personagens que interpreta?

Aritson André Alfredo - Adoro. Divirto-me o máximo possível com os personagens, mesmo não gravando todos os dias. Ponho em prática todas as técnicas que aprendi nos personagens que interpreto. É algo inexplicável, é bom e muito gostoso de fazer.

Jornal de Angola - Já é funcionário da Globo?

Aritson André Alfredo - Não, não sou funcionário da Globo.

Jornal de Angola - Trabalha com algum contrato?

Aritson André Alfredo - Não. Ganho por cena. Por cada gravação que faço, recebo um cachê. Fi-



nanceiramente é melhor, porque o cachê é diário e é legal (risos).

Jornal de Angola - Como é que é conhecido no Brasil?

Aritson André Alfredo - Sou conhecido como uma pessoa muito criativa, genial, cheia de ideias. Seja no teatro ou no áudio visual, que actualmente estou a aprender. Claro que tenho muito que aprender, mas eles acham-me muito promissor na arte. E eu só agradeço aos orixás por isso.

Jornal de Angola - De tudo que vê aí no Brasil, o que mais lhe chama atenção?

Aritson André Alfredo - Decidi fazer arte num país em que a arte negra não é bem-vinda, apesar de a cultura brasileira ser, na sua maioria, representada pela cultura negra. Mas há uma coisa que acho muito lindo por aqui, e que poderia aprender com eles. Quando percebem que és bom numa área, não se importam com a tua origem. Abrem-te as portas. Mas, mesmo assim, não é fácil. Tens que batalhar muito. E mais. Aqui enquanto não tiveres um bom agente ou um empresário, vais sofrer para conseguir trabalhos bons.

Jornal de Angola - Pensa fazer carreira nessa área?

Aritson André Alfredo - Sim, penso. Descobri que posso conquistar muitas coisas nessa área. Claro que terei que "ralar" muito ainda. Mas descobri que amo isso, talvez não como actor, mas como roteirista e director.

Jornal de Angola - Qual é o seu principal objectivo no mundo da teledramaturgia?

Aritson André Alfredo - O meu principal objectivo nessa vida difícil é conseguir um espaço bom aqui no Brasil e, possivelmente, em Angola e não só. Penso ser um bom roteirista e director, já que estou a "descobrir-me" bem nessas áreas e dedicando-me imenso numa peça que estou a produzir que já estoura nas salas de espectáculos do Rio de Janeiro e num projecto de fixação, isto é, seriado que futuramente pretendo levar para Angola.

Jornal de Angola - Há algum momento bom ou mau que tenha passado na vida e que lhe tenha marcado muito?

Aritson André Alfredo - Sim.



Mas não gosto de falar de momentos maus, porque são muito fortes e sinto-me mal quando falo deles. Agora, coisas boas são muitas. Uma delas é o actual momento que estou a viver não só na TV, mas pelo facto de participar e ser seleccionado num processo selectivo com mais de 500 candidatos, para um dos cursos mais valorizados no RJ (Áudio Visual). Aí, sim, senti-me o pica das galáxias. Sempre quis fazer parte

desse curso de Áudio Visual. É neste curso onde formam os melhores roteiristas, produtores, cineastas, documentaristas e directores do Brasil. Faço parte de um grupo de jovens bons nessa área. Todos com muitos conhecimentos em Áudio Visual. Considero-me sortudo nesse quesito e por estar no meio deles.

Jornal de Angola - Onde nasceu?

Aritson André Alfredo - Nasci no município de Calulo/Libolo.



Polme de bacalhau

Polme é uma preparação utilizada na frita de determinados alimentos. É uma massa de consistência mole, com a qual se en-

volvem os alimentos antes de os fritar. A sua espessura pode variar, existindo polmes finos e polmes mais grossos, consoante a sua composição.

RECEITA
da SEMANA



INGREDIENTES

Bacalhau, farinha de trigo, ovo, fermento e sal.

PREPARAÇÃO

Coze-se o bacalhau e, após retirar-se da água, deixa-se ferver a água, até ficar bem apaladada de sal. Deixa-se depois esfriar e mede-se. Bate-se numa tigela o ovo com o fermento, peneirando os dois elementos. O polme de bacalhau está, assim, pronto para envolver pedaços de bacalhau cozido e enxuto num pano, antes de serem lançados no óleo de fritar.



Dicas

Melancia

A melancia é uma fruta cultivada há mais de 5 mil anos. A planta é rasteira e anual com folhas triangulares e trilobuladas e flores pequenas e amareladas, e o fruto gerado é arredondado ou alongado, de polpa vermelha, succulenta e doce, com alto teor de água, casca verde e lustrosa, apresentando estrias escuras.

Possui na sua composição carboidratos, vitaminas do complexo B e sais minerais, como cálcio, fósforo e ferro.

Melão

O melão é um fruto com uma configuração mais ou menos esférica, com casca espessa e polpa carnosa e succulenta, com muitas sementes achatadas no centro. A cor e a textura da casca, bem como a cor e o sabor de sua polpa, variam de acordo com o tipo de cultura. A abundância de água no seu interior e o sabor suave tornam o melão uma fruta muito apreciada na forma de refrescos.

O melão possui importantes propriedades nutritivas, contendo na sua composição proteínas, gorduras, vitaminas A, B1, B2, B3 e vitamina C. Contém, igualmente, quantidades razoáveis de Cálcio, Fósforo e Ferro, que contribuem para a formação dos ossos, dentes e sangue.

Maduro, o melão é bom como calmante, diurético e laxante. É, também, recomendado nos casos de gota, reumatismo, artrite, obesidade, colite, prisão de ventre, afecções renais, nefrite, cistite e infecções ginecológicas. É recomendado para regimes de emagrecimento, para diabéticos e hipertensos, pois, além de mineralizante e vitamínico, é pouco calórico.



SONHOS E REALIZAÇÕES

Financiamento devolve sorriso a empreendedora do Huambo

Edigaldina Rosa de Castro é hoje uma mulher feliz, depois de ultrapassar vicissitudes próprias de uma infância difícil. A jovem empreendedora é um exemplo de sucesso em gestão de pequenos negócios no bairro de Fátima, na cidade do Huambo.

O financiamento de um projecto de negócios pelo Fundo de Apoio Social (FAS), uma instituição do Ministério da Administração do Território, mudou a sua condição para melhor.

O passado não deixa saudades, uma vez que ficou órfã aos seis anos de idade. “Tive uma vida difícil e quando completei 13 anos, a tia tirou-me de casa por estar cansada de criar órfãos. Vivi praticamente um tempo na rua, mas os vizinhos tiveram pena de mim e arranjaram um sítio para me albergar, onde vivia sozinha”, recordou.

Nesta situação confrangedora revela que “quem sentisse pena de mim, dava-me alguma coisa. Um dia apareceu alguém que me deu um valor monetário para eu fazer alguma coisa. A primeira coisa que consegui fazer, foram uns bolinhos para vender. Vendia no anexo onde eu vivia”.

O espírito de luta nunca a abandonou. O irmão conseguiu um local para morar no bairro de Fátima e ofereceu-lhe um espaço. “Fui lutando e, do rendimento com os bolinhos, consegui fazer os meus primeiros blocos para levantar um sítio para viver. Na altura, tinha três filhos. Infelizmente, também não tive sorte no amor. Consegui fazer a casa de adobes, sem largar a confeção e venda de bolinhos, onde até hoje batalho com os filhos”, disse.

Financiamento do FAS

Em 2013, Edigaldina Rosa de Castro recebeu a informação de que o FAS financia os empreendedores dedicados a pequenos negócios. No início duvidou. Depois, encorajada por amigos, dirigiu-se à sede da instituição. “Confesso que carregava algum receio de que as coisas não corresse bem”, recorda. “Fui bem atendida. O FAS avaliou o trabalho feito por mim, que consistia na confeção e venda de bolinhos. O passo seguinte foi a visita à minha casa, onde inclusive depararam com as precárias condições de habitabilidade e mesmo de trabalho, com paredes rachadas”, acrescentou.

Segundo Edigaldina Rosa de Castro, uma das condições para ser beneficiária consistia no depósito mensal de 11 mil kwanzas, o equivalente a 20 por cento do valor do pro-



jecto no período de um ano, para a participação.

“Fui batalhando, amealhando pouco a pouco, consegui reunir o montante, depusitei e aguardei pelo passo seguinte”, referiu. A beneficiária teve que apresentar um denominado “Projecto de Melhoria de Negócios” para conseguir mais capacidade de produção, criação de empregos fixos e rentabilidade.

“O financiamento do ‘matching grants’ foi em espécie e consistiu em blocos para levantar o meu sítio, chapas e cimento para o reboco das paredes. Quem viu a minha casa no passado e a vê agora, não acredita”. “O pacote de financiamento incluía um freezer, fogão - antes eu trabalhava com um fogareiro - e batedeira, quase tudo para fazer o meu negócio, como farinha, açúcar e leite”, realçou.

Segundo Hilária Macedo, assistente de desenvolvimento de economia local do FAS na província do Huambo, o cenário encontrado em casa da beneficiária, quando da primeira visita, foi chocante:

“Parecia que ia cair a qualquer momento. Com apoio do projecto, começou-se a melhorar a infra-estrutura e o processo de produção. Antes, ela trabalhava numa mesa de plástico,

hoje tem uma de inox para fazer o seu negócio, para além dos instrumentos que ela enumerou.”

“Os 132 mil kwanzas que consegui amealhar, foi o início. O meu projecto já criou quatro empregos directos. Hoje, cumprio com as minhas obrigações com o Fundo de Reinvestimento Produtivo (FRP), onde, em três anos, já depusitei 414 mil kwanzas”, frisou Edigaldina Rosa de Castro. Neste particular, a assistente de economia local do FAS no Huambo, Hilária Macedo, disse que o depósito no FRP “é importante, porque serve de garantia para que os nossos beneficiários tenham acesso a crédito junto das instituições bancárias. Outro benefício, é que pode servir de retorno e fonte de financiamento para outras pessoas, diversificando o tipo de projecto”.

Grandes melhorias

“Hoje tenho muitos clientes”, revela Edigaldina Rosa de Castro, que agora fabrica bolinhos em condições adequadas e outros produtos de pastelaria, como bolos de casamento e aniversário. A aquisição de um expositor vertical melhorou a conservação. Com a nova batedeira, a massa é mais fina e homogénea, o que melhora a qualida-

de do produto final. “Outro dos proventos conseguidos foi o transporte do produto para o mercado, com a aquisição de novas caixas plásticas”, referiu.

O fabrico melhorou muito com o uso de um fogão multifuncional gás/eléctrico novo, que acelera a entrega das encomendas e reduz os custos, com a consequente substituição do carvão. Este sistema reduz a contaminação do meio ambiente e melhora a higiene na área de produção.

A gestão do negócio também melhorou, segundo a empreendedora, porque beneficiou de uma formação em contabilidade, financiada no âmbito do “matching grants”. “Hoje faço o registo de despesas e receitas, inventário, salários e criei um arquivo de registos da empresa com os gastos com a matéria-prima, para além da abertura de uma conta bancária, onde deposito, regularmente, o Fundo de Reinvestimento Produtivo”, destacou.

Com as condições de trabalho proporcionadas pelo FAS, Edigaldina Rosa de Castro aumentou o volume de produção de bolinhos em mais de 50 por cento e, com a aquisição de novas formas, padronizou o tamanho dos bolos de aniversário e casamento.

“Matching grants”

A componente económica que integra o Projecto de Desenvolvimento Local do FAS, segundo Hilária Macedo, assistente desta instituição no Huambo, aposta no “matching grants”, “um mecanismo de concessão de recursos financeiros em regime de parceria, ou seja, o beneficiário deve participar com um percentual do valor de um projecto de melhoria de negócios à sua escolha, que é submetido a aprovação, com base em pressupostos como o treino, pequenos investimentos e assistência técnica”.

A finalidade da concessão do “matching grants” consiste em potencializar factores que contribuem para o desenvolvimento da população, através da criação de empregos, produtos de qualidade a bom preço e de fácil acesso, e o impulso à economia local. “Nesta ordem, adianta Hilária Macedo, o nosso grupo-alvo são empreendedores individuais, grupos de produtores locais, micro empresas e provedores de serviço de desenvolvimento de negócios”.

Hilária Macedo dirige, desde 2012, um projecto piloto de desenvolvimento de economia local em parceria com técnicos das administrações municipais do Huambo e Caála, num processo que combina vários seminários de refrescamento e capacitação que o FAS proporciona sobre estudos de linhas de base do sector económico produtivo, técnicas de facilitação, estratégia, cadeias de valores e produtivas. Este expediente já resultou na identificação de 40 projectos, dos quais 38 foram financiados nos municípios do Huambo e Caála, incluindo o de Edigaldina Rosa de Castro.

“O ‘matching grants’ ajudou uma família. O FAS foi acompanhando o meu negócio, tive capacitações, ensinaram-me a fazer coisas que eu não sabia na arte da pastelaria. Agora faço bolos para baptizados, aniversários e casamentos”, destaca Edigaldina Rosa de Castro. “Hoje estou feliz e já não me sinto triste. Sinto-me segura, porque há pessoas e organizações que conseguem ajudar. Já não estou a sofrer, consigo pagar as propinas dos meus filhos, que, por sinal, estudam muito bem”, garantiu.



MUNDO DOS MEDIA

Rádio Romântica

A Rádio Romântica faz parte do grupo das estações que surgiram recentemente no panorama radiofónico nacional. Em pouco tempo no ar, se comparado com as outras, já é líder de audiências. O seu principal trunfo são as

músicas que tocam todos os dias. A Rádio Romântica, como o próprio nome diz, é diferente de outras que oferecem um produto mais diversificado. Passa todos os dias músicas de amor de vários autores que marcaram a vida de muita gen-

te. A emitir na frequência 97.9, em FM, a rádio tem muitos ouvintes, sobretudo aqueles que não desperdiçam esse estilo musical. Se as outras rádios apresentam músicas românticas apenas nos horários mais calmos, como das 14 horas às 15,

ela passa todos os dias, de manhã à noite. As músicas funcionam como bilhetes de passagem para uma viagem imaginária ao mundo das boas lembranças para ver os momentos e pessoas que marcaram as nossas vidas.

Acontece:

OS DIAS ERAM ASSIM

GLOBO 21h10



Alice chega transtornada a casa

Alice tenta explicar a Kiki por que abandonou o marido. Vitor destrói o estúdio de Alice. Renato tenta fazer as pazes com Rimena. Amaral observa a movimentação das pessoas em direcção ao comício. Maria e Toni amam-se. Vitor pede a ajuda aos filhos para convencer Alice a voltar para Miami. Nanda tenta acalmar Alice. Gustavo pede para Renato falar com Vera. Maria despede-se de Toni. Alice chega transtornada a casa e Vitor fica apreensivo. Vera revela a Renato sobre o acordo que fez com Arnaldo e Amaral. Gustavo incentiva Vera a esquecer a carta de Alice.

NOVO MUNDO

GLOBO 19h30



Thomas tenta intimidar Anna

Licurgo e Germana espantam-se com a felicidade de Hugo durante o trabalho. Dom Pedro afirma a Bonifácio que Joaquim forjou a carta contra Domitila. Escravos fogem sem cumprir com o plano de Diara e Wolfgang, que se desesperam. Thomas tenta intimidar Anna. Diara e Wolfgang são surpreendidos por um capataz. Peter conta sobre o estado de Joaquim à Amália. Thomas aparece na sala onde Anna e Joaquim estão escondidos. Thomas apresenta Sebastião à Anna como seu sócio. Leopoldina cuida de Dom Pedro e os dois amam-se.

TVC2

DOMINGO, 07H30

The revenant: O renascido

Numa expedição pelo desconhecido território americano, o explorador Hugh Glass é brutalmente atacado por um urso e deixado à morte pelos companheiros. Mas Glass resiste a um sofrimento inimaginável e enfrenta um Inverno rigoroso em busca de vingança.



TVC3

DOMINGO, 07H50

Alta golpada

Quando um grupo de trabalhadores de um edifício descobre que foi vítima do esquema de um abastado homem de negócios que ali mora, decide montar um plano para assaltar o seu apartamento milionário.



TVC4

DOMINGO, 08H30

Poderes ocultos

Dois irmãos descobrem uma fuga sobrenatural para os problemas que têm com os pais em casa, mas a sua forte união é testada até ao limite quando a realidade ameaça separar aquela família.



MALHAÇÃO

GLOBO 19h00

Keyla reclama do cheiro

Tato encontra Keyla a falar com K1. Malu aconselha Edgar a aproximar-se de Clara. Ellen teme perder o seu estágio. Fio convence Ellen a ir ao cinema com ele. Lica procura Mitsuko. Tina discute com Mitsuko por causa de Anderson. Roney sugere fazer uma nova festa na lanchonete. Edgar incomoda-se quando Marta chega com Luís para o jantar. Keyla reclama do cheiro da comida de Josefina. Marta e Luís revoltam-se contra Malu e Edgar. Tato impressiona-se com o desempenho de Keyla na pista de dança. Fio tenta beijar Ellen à frente de Jota. Roney não acredita no que Josefina lhe conta. Benê comemora quando ouve a música que fez com Tina a tocar na festa e tenta exibir-se a Guto. Anderson e Tina lutam. Keyla sente-se mal.



PEGA PEGA

GLOBO 20h20

Antónia e Domênico discutem o caso sobre o roubo do hotel

Malagueta esconde a mala com o dinheiro roubado. Eric é preso. Agnaldo pede perdão a Wanderley. Júlio pensa em devolver o dinheiro roubado por causa de Antónia. Maria Pia diz à Malagueta que sabe que ele é um dos ladrões do hotel. Malagueta percebe que Lígia controla a comida de Maria Pia. Nelito leva um presente para Pedrinho, que se emociona. Antónia e Domênico discutem o caso sobre o roubo do hotel. Eric surpreende-se com a chegada de Sabine à empresa. Athaide encontra Pedrinho e Lígia a beijarem-se e expulsa o amigo da sua casa.



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

César Esteves
Guimarães Silva

Fotos

JAimagens
Globo