

Fim-de-semana



MARCO VICTOR, "COACH" PROFISSIONAL

“O coaching já é um negócio milionário em Angola”

Negócio que prospera na crise, o "coaching" é um verdadeiro nicho de mercado. Palavra inglesa praticamente intraduzível para português, designa um conjunto de actividades relacionadas com o aconselhamento e o treinamento nos campos mais diferenciados da vida. Segundo Marco Victor, um profissional credenciado, já se trata de um negócio milionário entre nós. “Se estivermos a falar de um contexto angolano e em kwanzas, é sem sombras de dúvidas um negócio milionário com um espaço para crescer”, afirma.

Horóscopo



CARNEIRO de 21/03 a 20/04

Apesar de tanta intensidade e um convite claro para a mudança, a vida te oferece energia extra e muita fé para agir. Uma semana intensa, de acontecimentos inesquecíveis. Um momento de resultados que te ajudam a ajustar a rota e situações que deixam muito claro se você está – ou não – no caminho certo.



TOURO de 21/04 a 20/05

Essa Lua Cheia é um presente de aniversário para você. Mesmo que o seu aniversário seja só mais adiante, esse momento oferece grandes oportunidades de mudança e portas que se abrem diante de você. Essa é para ser uma fase mais leve, mais diversa e mais divertida.



GÊMEOS de 21/05 a 20/06

Apesar de tanta coisa parecendo tão difícil, acredite, é um momento especial, de organização de vida, mudanças de hábitos e tantas decisões importantes. Uma semana produtiva e cheia de resultados no trabalho e de atitudes para melhorar a sua vida e saúde.



CARANGUEJO de 21/06 a 21/07

Você sempre sente a Lua Cheia com força total? Isso é normal e como a Lua é a sua regente, esse é o momento ideal para perceber as suas emoções e avaliar a sua vida. É uma semana para olhar para as suas questões pessoais, para viver mais intensamente o amor, para ter mais prazer na vida.



LEÃO de 22/07 a 22/08

Tem sido um período mais difícil para você? Se está cansado de alguma situação, a boa notícia é que isso está prestes a passar. Essa é uma semana importante para reorganizar todo o contexto família x trabalho, vida pessoal x vida social, o que você quer e o que os outros esperam de você.



VIRGEM de 23/08 a 22/09

Que tal encher-se de coragem e falar do que está a sentir? Isso pode trazer-lhe alívio, abrir portas, mudar alguma coisa importante. Abra-se para olhar a sua vida com mais coragem e amor. É um período profissionalmente próspero e de bons contactos. Mas é importante levar a sério as suas vontades, a sua criatividade, a sua intuição. E se algo está difícil, deixa fluir. Relaxe...



BALANÇA de 23/09 a 22/10

É para ser um momento mais leve, aberto para viagens, cursos, mudanças, estudos e comunicação. Os assuntos familiares ou afectivos podem correr de forma mais amarrada e nem todos estão no seu timing. Mas não importa. Foque no que quer e invista nos seus projectos, sem pensar tanto no que os outros acham disso tudo. Cuide bem das finanças.



ESCORPIÃO de 23/10 a 21/11

Uma Lua Cheia toda poderosa no seu signo pode trazer acontecimentos e transformações importantes, escorpiano. Permite-se sentir, se entregar, viver. Existe um foco em questões pessoais, amor, um transbordamento emocional total. Dias de intensa sexualidade, mais intimidade com seu amor ou um novo amor. No trabalho, as coisas tendem a correr mais devagar. Não force a barra.



SAGITÁRIO de 22/11 a 21/12

Essa Lua Cheia joga luz nos seus porões sagitarianos. Você pode enxergar coisas que até agora estavam ocultas ou confusas, pode tomar decisões importantes e até mesmo fazer mudanças na sua vida. Um período de leveza e alegria no amor, de encontros marcantes e fluidez nas relações. Mas é importante olhar com atenção e responsabilidade para os assuntos materiais.



CAPRICÓRNIO de 22/12 a 20/01

É hora de olhar com mais carinho, coragem e optimismo para os seus projectos de vida. E é importante conectar-se às pessoas certas, saber quem te ajuda, quem deve estar com você neste momento. É um momento de contactos e encontros significativos no dia-a-dia e no trabalho, de amizades que se fortalecem, de vínculos que se formam. Encare as tensões familiares.



AQUÁRIO de 21/01 a 19/02

É uma semana importante no seu trabalho. Mais fama, visibilidade, sucesso, brilho. Mas é fundamental organizar-se bem, ter as pessoas certas por perto, usar mais a criatividade e ouvir também os outros. É importante repensar as questões internas. Uma semana para fazer algumas mudanças rumo ao seu destino e aprofundar-se mais no que está a funcionar.

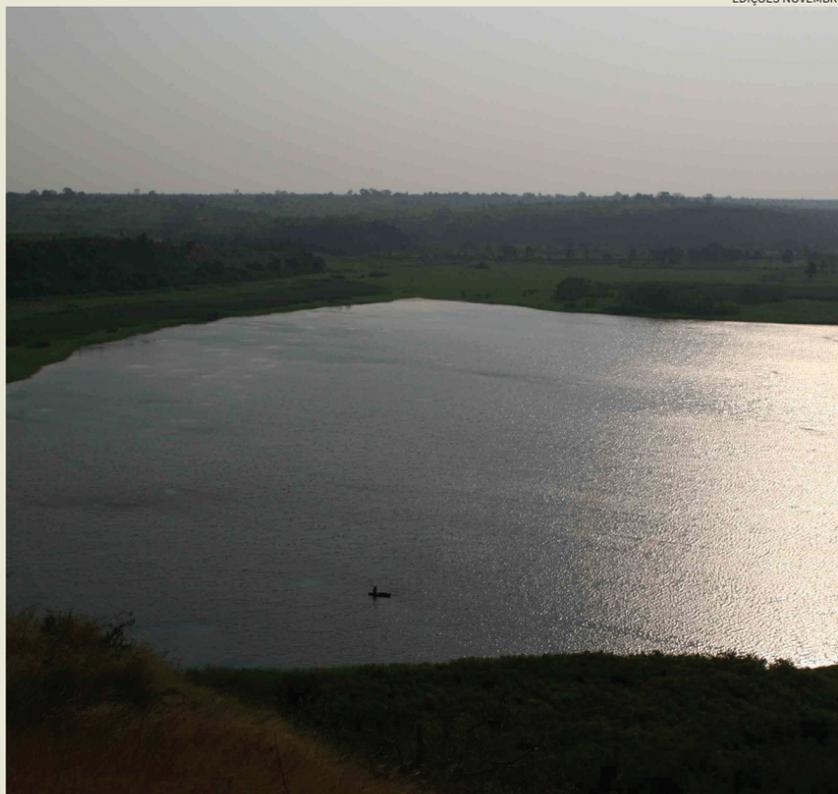


PEIXES de 20/02 a 20/03

É hora de rever e dar mais atenção aos seus sonhos e projectos de vida. Olhe para o futuro de forma mais optimista. Semana linda para viajar, estudar, divulgar. Óptimos dias para programas familiares e para receber amigos em casa.

Angola

EDIÇÕES NOVEMBRO



Lagoa do Úlua

Aprovíncia do Bengo, assim como algumas regiões do nosso país, é rica em encantos naturais. Entre as várias atrações turísticas existentes nas terras do Jacaré Bangão, como também é conhecido o Bengo, destaca-se a Lagoa do Úlua, localizada no município do Dande. Úlua integra um conjunto de várias lagoas, todas elas imponentes.

Fazem anos esta semana



George Clooney

George Clooney nasceu num dia como hoje em 1961, sendo filho do apresentador de televisão norte-americano Nick Clooney e de Nina Clooney Rudolf. George acompanhava o pai nos estúdios desde os cinco anos. Para evitar a competição com o pai, George Clooney abandonou o emprego de jornalista e começou a trabalhar como ator quando o seu primo, Miguel Ferrer, lhe conseguiu um emprego como actor.

Hilário Matuca

Hilário Matuca nasceu na antiga vila do Luso, hoje Luena, Moxico, no dia 8 de Maio. É um dos editores seniores da Rádio Nacional de Angola (RNA). Na década de 90 ocupou um lugar de destaque nesta emissora. Foi, ao longo de uma década, o editor-chefe dos principais serviços noticiosos. Hoje Hilário Matuca é director da Emissora Provincial do Moxico da Rádio Nacional de Angola.



Flay Joaquim

Joaquim Lopes da Silva Neto é conhecido no mundo artístico com o nome de Flay. Músico e compositor, nasceu no dia 8 de Maio, na comuna da Catumbela, município da Catumbela, mas reside em Luanda desde 1995. É autor dos discos "Com Doçura", lançado em 1998, "Catumbela Meu Berço", em 2001, e "Lições de Vida", dois anos depois, o seu terceiro disco a solo.

António Rosa

António Rosa, ou John Rosas como é carinhosamente conhecido pelos mais próximos, nasceu no dia 9 de Maio. Oriundo do Bairro Prenda, foi durante anos um dos fotógrafos principais do Centro de Imprensa Aníbal de Melo (CIAM), em Luanda. Hoje, fora das actividades jornalísticas, António Rosa, em companhia da esposa, é um exímio bailarino de kizomba, facto que o tem catapultado para a ribalta a nível nacional e internacional.



Saiba

Decibel

É a unidade de medida do volume do som. É através dela que conseguimos distinguir o quanto um ambiente pode ser saudável ou perigoso para o sistema auditivo. Na escala decibel, o menor som audível – o quase silêncio – é de 0 dB. Um som 10 vezes mais forte alcança 10 dB. É importante ressaltar que os sons acima de 85 dB podem causar sérios riscos à audição.

A dança como desporto



A dança é um desporto indicado para todas as pessoas, não importa a idade, o tamanho ou a destreza física. Este desporto ajuda as pessoas a fazerem exercício físico de uma forma divertida e descontraída. Os benefícios que a dança traz para a saúde são muitos, sendo os mais importantes o fortalecimento do sistema muscular e o aumento da flexibilidade. A dança, dependendo do tipo, ajuda a fortalecer diversos tipos de músculos do corpo. O ballet, por exemplo, ajuda a exercitar os glúteos, pois esta dança exige que se façam saltos que terminam com as pernas flectidas. A maioria das aulas de dança começam por um aquecimento que inclui exercícios de alongamento, o que ajuda a melhorar a flexibilidade, algo muito importante para melhorar a qualidade de vida. Além disso a maior parte dos estilos de dança têm movimentos longos e que exigem que o bailarino tenha flexibilidade. Diversos ritmos de dança ajudam a aumentar a frequência cardíaca, que por sua vez estimula a circulação do sangue, melhora a respiração e diminui o nível do colesterol.

O incrível Stephen Hawking

Nasceu no dia 8 de Janeiro de 1942 em Oxford, Inglaterra. Em 1962 licenciou-se em Matemática e Física na University College of Oxford e em 1966 terminou o doutoramento na Universidade de Cambridge. Stephen Hawking teve sempre uma vida normal até que aos 21 anos, altura em que lhe foi diagnosticada esclerose lateral amiotrófica (também conhecida como a doença de Lou Gehrig), uma doença neurológica degenerativa, progressiva e rara. Mas Stephen conseguiu fingir o diagnóstico pessimista que lhe apresentaram: com a ajuda de uma cadeira de rodas e de um sintetizador de voz ultrapassou em quase cinco décadas o tempo de vida que lhe havia sido estimado pelos médicos. Hawking superou todas as expectativas apresentando sempre um sentido de humor ímpar.

O FILHO DA NGAXI

Pedaladas de um artista multifacetado

Depois de longos anos de uma carreira bem sucedida nas artes cénicas, particularmente no teatro, Amankwah surge agora numa outra faceta, como cantor, uma ideia nascida em Agosto do ano transacto, depois de receber o convite do kudurista Coronel Watara para fazer uma música para a campanha eleitoral. A aceitação foi boa e Amankwah decidiu não parar mais de cantar. Mas não deixou definitivamente o teatro. “Penso que a coabitação entre as duas artes é pacífica. Tem sido uma experiência brilhante e positiva”, destacou.

Manuel Albano

A música tornou-se para Amankwah a poesia da vida, a cor, a vibração, não somente por estar a cantar, mas por acreditar que o Mundo sem a música seria cinzento.

Artista multifacetado, Amankwah tem mergulhado simultaneamente no mundo da escrita, dança, canto e representação. “Não se admirarem se um dia me virem a pintar. É, também, uma das minhas paixões antigas, mas ainda preciso amadurecer bem”, diz com um sorriso.

Numa fase de promoção das suas músicas na comunicação social e nas redes sociais, Amankwah afirma estar a sentir um feedback positivo das pessoas. “O retorno tem sido surpreendente. Desde já, o meu muito obrigado a

todos pela força”, salientou.

Sem estar associado a qualquer produtora, Amankwah tem estado a fazer as gravações no estúdio Zunga Produções e pretende brindar os admiradores do seu trabalho com um single ainda em Outubro deste ano, coincidente com a data do seu aniversário.

“O mundo da fama é muito instável, por isso precisamos fazer as coisas com muita calma e paciência. Só assim podemos chegar longe. Malembe, Malembe”

O Filho da Ngaxi é o nome artístico escolhido para marcar a sua carreira musical e constitui uma homenagem à sua mãe, Engrácia António Dinis “Conchinha ou Ngaxi”. O single comporta quatro temas promocionais, dois dos quais largamente explorados actualmente: “Nova Aurora” e “Duas Caras (manga de 10).”

Percurso artístico

O título do single, “Pedaladas”, será o mesmo do CD e reflecte a trajectória de vários anos no mundo das artes. Entre sucessos e decepções, conquistas e fracassos, O Filho da Ngaxi compara a sua carreira a uma viagem feita de bicicleta.

“O mundo da fama é muito instável, por isso precisamos fazer as coisas com

muita calma e paciência. Só assim podemos chegar longe. Malembe, Malembe”, aconselha.

O teatro continuará a fazer parte da sua vida, porque a arte de representar “está no sangue. Não posso parar de respirar”.

Amankwah para o teatro e O Filho da Ngaxi para a música, são as designações artísticas de Afonso Dinis, luandense com mais de 20 peças de teatro escritas. Director e encenador do Grupo Kulonga desde 2008, conquistou vários prémios nacionais e internacionais, entre os quais Cidade de Luanda, em 2002 e 2005, e cinco no Festival de Teatro de Ubá, Brasil. É autor dos temas musicais promissores “Nova Aurora” e “Duas Caras (Manga de 10)”, que aos poucos to-

mam as pistas de dança em Luanda e outras paragens.

Começou a fazer teatro na Paróquia da Nossa Senhora de Fátima (São Domingos) por volta de 1996. Ficou conhecido pelas sátiras sobre as entrevistas de Maitré Beye. Em 2007, a convite de Afonso Fernandes Zamunda, ingressou no Grupo Kulonga, onde além de actor desempenhava o papel de iluminador.

A apetência para a escrita levou-o a escrever algumas peças de grande sucesso nacional e internacional como “Luanda que Anda” (1.º lugar e melhor encenação do Prémio Cidade de Luanda em 2002), “Histórias e Estórias de Luanda” (1.º lugar e melhor texto do Prémio Cidade de Luanda em 2005), “Filhos da Pátria” (vencedora do

prémio de melhor texto no festival de Teatro de Ubá, Brasil, em 2016), melhor espectáculo do Festival de Teatro do Cazenga “Festeca”, “Loucura de Barriga Vazia” (melhor encenação, melhor texto, 3.º lugar, melhor actriz de drama, melhor actriz do Festival de Teatro de Ubá em 2015), entre outros.

Representou Angola em vários festivais internacionais, com destaque para o FESTLIP no Rio de Janeiro, Brasil, e Festival de Inverno de Maputo, Moçambique. Colecciona mais de uma dezena de prémios conquistados em festivais nacionais e internacionais.

Foi secretário para formação e superação da direcção da Associação Angolana de Teatro e coordenador adjunto do Núcleo de Teatro do Rangel.



CEDIDAS POR JOSÉ DIOGO

Santos
Júnior
deu o seu
melhorCelino, Isidora Campos
e Bela ChicolaÁngela
Ferrão
ladeada
pelos
Twins

ENTRE A DIVERSÃO E AS CONVERSAS SÉRIAS

Caldo de domingo mata saudades

As manhãs de domingo e de sábado são aproveitadas por muitos residentes de Luanda para tomar um bom caldo e, com isto, sarar aquela “pelenguenha que não é de ninguém”. Muitos apostam na zona costeira, em alguns casos com acompanhamento de músicos angolanos

Analtino Santos

Um grupo de músicos de várias gerações reuniu-se recentemente, na residência do antigo integrante do grupo Angolense, Celino, para degustar um bom caldo e descontraindo falar dos problemas que afligem a classe e a sociedade angolana.

Músicas como “Mufete”, de André Mingas, “Angola que Canta”, de Paulo Flores, “Funge de Domingo”, de Teta Lando, “Sentada Familiar”, de Pérola, e outras que apelam à confraternização ajudam a ilustrar o ambiente onde Zeca Moreno e João Alexandre agiam como mestres de cerimónia.

No encontro de gerações, foi interessante a conversa entre Nzongue dya Nzenze, compositor do “Malalanza” cantado por Carlos Burity, e a dupla de afro-house The Twins de Angola, os gémeos que conquistam a juventude angolana.

O guitarrista e produtor Kintino, com muita vontade de tocar, foi o primeiro a pegar na guitarra para motivar os presentes. Santos Júnior, o homem da canção revolucionária, começou a sua intervenção com “Atumu njila”, tema que ganhou um novo andamento, nostálgico e de arrepiar, na voz de Yola Semedo. “Estrangeiro” foi pedido e cantado por todos e os artistas outrora

chamados de “músicos de primeira grandeza” aproveitaram para falar sobre a canção de intervenção.

Bela Chicola, Isidora Campos, Ángela Ferrão e Tunicha Miranda destacaram-se como representantes das mulheres da música nacional

Elias dya Kimuezo, o soberano da música angolana, não apenas prestigiou o encontro com a sua presença, como teve tempo para dar

uma canjinha e soltar ao vento a canção “Reconstrução Nacional”.

Os instrumentistas comportaram-se como kandenques diante de prendas e só queriam mesmo pegar as guitarras. Bela Chicola, Isidora Campos, Ángela Ferrão e Tunicha Miranda destacavam-se como representantes das senhoras da música nacional.

Na ausência das congas, Joãozinho Morgado, o rei dos tambores, foi seduzido pela dikanza e os companheiros de vários projectos musicais, nomeadamente Carlos Timóteo e Dulce Trindade, partilharam o baixo. Os elementos que pertenceram ao conjunto

Angolenses, todos eles afastados dos palcos, inevitavelmente não resistem a tocar nos encontros de amigos. Vinicius Júnior não resistiu e fez uns instrumentais de Zé Keno, Marito e “Samba Pati” do mexicano Carlos Santana, que segundo Calili é um dos mais apreciados pelos guitarristas. Pelos Angolenses, passaram os então jovens Pitra Neto, Celito Bonzela, Vinicius Júnior e outros estudantes da Escola Industrial e, mais tarde, Chico Coio.

Jorge Mulumba, o herdeiro cultural de Mestre Kituxi, absorveu os importantes testemunhos provenientes do que considerou biblio-

tecas vivas da cultura nacional. Foi interessante a forma como Dr. Quental, o guitarrista que fez maravilhas na música “Belita” de Artur Adriano, explicou como conquistou os músicos e técnicos com o seu dedilhar ao tirar da viola de caixa sons diferenciados.

Nem mesmo a chuva que caía impediu a chegada de mais artistas e entusiastas da música angolana. Ficou patente no encontro que os músicos que estão no activo pretendem encontrar espaços para tocar e viver com alguma dignidade. E os que estão afastados dos grandes palcos não esconderam que o “bichinho” da música continua vivo neles.

AMBIENTE LITERÁRIO EM LUANDA

Escritores mais próximos dos leitores

O ambiente literário em Luanda vem registrando nos últimos anos uma movimentação digna de nota, com a criação de espaços públicos em que os autores têm a oportunidade de estar em contacto directo com os seus leitores.

Isaquiel Cori

Ao contrário dos músicos, obrigados e habituados a interagir em tempo real com os fãs, seja nos espectáculos, seja na rua, e com presença praticamente cativa nos programas de rádio e de televisão, os escritores, a maioria deles, vivem à margem do espaço público.

A diferença começa na criação da obra: a obra musical é, geralmente, resultado de trabalho colectivo, de equipa. A obra literária é resultado da mais profunda introspecção, vem de um ambiente em que o escritor está só, diante do abismo que é a folha em branco.

Aquando do lançamento de um livro, os autores tornam-se no centro das atenções mediáticas. E, dependendo das obrigações contratuais com a editora, do marketing pessoal e das características da personalidade do autor, essas atenções podem ir muito além dos 15 minutos de fama.

Ainda comparando músicos com escritores, é preciso notar uma diferença fundamental: ao passo que é possível consumir uma obra musical literalmente em qualquer lugar e a todo o momento, sem deixar de cumprir a maioria das obrigações normais, o mesmo não se passa com a obra literária, que demanda do leitor um investimento de tempo, de acomodação e de atenção.

Outra diferença: ao passo que o músico na pós-produção da obra tem à volta de si toda uma equipa multidisciplinar

cujo tamanho varia em função da sua importância e dos meios financeiros disponíveis, o escritor mais uma vez fica sozinho ou completamente entregue à editora. Não há em Angola a prática de agenciar os escritores.

Autor versus leitor

De algum tempo para cá, várias instituições decidiram criar espaços próprios, regulares, em que escritores convidados aparecem diante do público interessado para falar da sua obra, percurso de vida, processo de criação e das suas ideias a respeito da literatura e da vida. Isso contribui para retirar o escritor do isolamento habitual a que o trabalho de criação o obriga e aproxima-o dos seus leitores, muitos dos quais interessadíssimos em conhecê-lo pessoalmente.

A União dos Escritores Angolanos, fundada em 1975, com a sua "Maka à Quarta-feira" é pioneira nesse tipo de abordagem, que ganha mais ou menos acutilância em função do dinamismo da área responsável pelas actividades culturais.

O Memorial Dr. António Agostinho Neto desde o ano passado incrementou e diversificou as actividades culturais, dentre outras valências, colocou na agenda da cidade capital o projecto "Textualidades", que põe autores a dialogar com leitores. Desde a primeira edição em Março último, já participaram neste programa, que conta com a moderação do jornalista Pombal Maria, os poetas

Bendinho Freitas, João Tala e Lopito Feijó.

De algum tempo para cá, várias instituições decidiram criar espaços próprios, em que escritores convidados aparecem diante do público

O Camões - Centro Cultural Português, em funcionamento em Luanda desde 1996, no quadro do seu desígnio de promoção da língua portuguesa e de divulgação de autores de língua portuguesa, criou na sua biblioteca um Núcleo de Leitura que revisita autores consagrados de língua portuguesa, por meio da leitura colectiva de extractos das respectivas obras e das biografias. Em dois dias de cada mês, com ou sem a presença do autor, a obra do autor escolhido é revisitada e analisada. Essa revisão consiste em momentos interactivos com a participação de estudantes universitários e pré-universitários utentes da biblioteca.

Neste mês de Maio, está em pauta o escritor José Mena Abrantes, depois de terem sido alvo de leitura obras de João Melo, Sophia de Mello Breyner Andresen e Manuel Rui.

Novos espaços

A Academia BAI apesar de estar em funcionamento há

apenas três anos já se constituiu num dos principais vectores de dinamização cultural numa das zonas da cidade (eixo Talatona/Morro Bento) que mais cresceu em termos urbanísticos. Entre as ofertas do seu recheado pacote de eventos culturais, constam os projectos "À Conversa com...", "O Livro da Minha Vida" e "Poesia à Quarta-feira".

O primeiro apesar de não ter sido criado especificamente para autores, abarcando um leque de convidados dos mais diversos sectores de actividade e do conhecimento, volta e meia contempla escritores. O projecto "Poesia à Quarta-feira" traz ao conhecimento e à discussão a obra de um poeta. William Shakespeare e Maya Angelou foram dos últimos bardos cuja obra esteve em cena. Já em "O Livro da Minha Vida" um leitor qualificado partilha as emoções e os sentimentos resultantes da leitura do livro que mais impacto lhe terá causado.

Outra contribuição para o ambiente literário luandense é o do Movimento Lev'arte, que no último sábado do mês leva a cabo, na sede da UEA, o programa "Poesia à Volta da Fogueira", aberto a qualquer um que queira declamar ou recitar um poema, contar uma estória ou anedota ou soltar um canto.

A mesma sede da UEA é berço do Movimento Literagris, que congrega um grupo de jovens amantes, criadores e estudiosos da li-

teratura. No próximo mês de Junho, eles proporcionam a quem estiver interessado um curso intensivo de teoria da literatura.

Compõem a movimentação do ambiente literário luandense, como não podia deixar de ser, os actos formais de lançamento de livros, seguidos ou não de coquetéis, com os autores fortemente rodeados pela família, amigos, colegas, vizinhos, estudantes, jornalistas, enfim, toda uma mescla de público em que as editoras apostam

todas as fichas para vender o maior número possível de exemplares do livro num único dia.

Timidamente, vão surgindo alguns clubes de leitura, o mais antigo dos quais é o que funciona na Mediateca entre a Praça da Independência e o Largo das Escolas. É grande o potencial de multiplicação e difusão desses clubes, que podem funcionar nas escolas, nos bairros e até virtualmente nas redes sociais da internet.

EDIÇÕES NOVEMBRO



EDIÇÕES NOVEMBRO



EDIÇÕES NOVEMBRO



MCK ACTUA HOJE NO CINE ATLÂNTICO

O rapper maestro da rima simples

K é certamente o rapper do circuito fechado, cuja plástica estética é a mais digerível em vários estratos da esfera social. Ou seja, nunca foi proibido ouvir K.

Matadi Makola

MCK é diplomaticamente uma espécie de Robin dos Bosques na versão luandense. Nunca se deixou seduzir por uma postura radicalista, demonstrando uma ponderação até rítmica, que resultou em duetos mediatizados, dentre os quais se destacam os com Beto de Almeida e Paulo Flores.

O seu conceito “katroísmo”, trazido recorrentemente em todos os álbuns, mesmo que tenha mudado das jeans para o linho e crescido em idade, sendo hoje pai de família, é uma introdução inalterável na linha entre “O Homem e o Artista”, que Keita Mayanda discute em álbum. Ele que sempre defendeu com “unhas e dentes” o direito à justiça, paz e liberdade, hoje, passados mais de 15 anos de rap, essa causa assenta-lhe como uma marca pessoal.

Muito da sua popularidade deve-se ao modo como as suas rimas simplificam questões difíceis de serem faladas em frases muito curtas, mas cujo efeito proporciona um entendimento cabal. É como se as suas músicas nunca estivessem completas, mas sim completadas pela realidade. Nisso ele é um maestro. Não persegue o “estrondo” vocálico de Kid MC, não se deixa engolir pela eloquente meticulosidade académica de Valete, muito menos pugna pelo quadro belíssimo surrealista que os Dealema (Portugal) sabem desenhar como mais ninguém. Tão pouco é um grande craque da palavra como Sam The Kid foi no insuperável “Praticamente”, todo ele a reencarnar um Camões de sapatilhas, jeans, camisas largas e boné; um álbum em cuja característica só encontrou paralelo em “Eu Kontra o Mundo”, de Ikolonoklasta, ambos com beat e dicas de darem palpites a filmes de Tarantino.

A formigadesafia o elefante Outrossim, este álbum inclui “Kamikaze Angolano”, registo musical onde vinha a anunciar o seu mister, ao qual entregou-se com uma obediência rigorosa, dando azo ao sonho de um dia “a

formiga desafiar o elefante.” Águas passadas que vimos numericamente a acontecer, sendo o chamariz do processo 15+2, elevando-o mais como activista político do que o grande rapper que efectivamente era, que se entregou ao movimento num acto grandiloquo de arte pela arte, sem necessidade de um tostão ou flash a mais, como bem ditou em “Música Part 2”, do célebre álbum “Serviço Público”, de Valete. Quem sabe Valete, que tem o “dom” de chamar os MC de volta ao movimento, não se veja obrigado a fazer a Ikolonoklasta o mesmo que fez a Adamastor com “A Melhor Rima de Sempre”.

Ele sempre defendeu com “unhas e dentes” o direito à justiça, paz e liberdade, e hoje, passados mais de 15 anos de rap, essa causa assenta-lhe como uma marca pessoal

Daquilo que temos em K como simples, Pai Grande o Poeta simplifica ainda mais, num discurso que para alguns poderá tratar-se de uma gíria. Contudo, essa faceta lega a ambos uma originalidade cuja catarse depende do contexto. Pai Grande o Poeta é um rapper de grande poder de caracterização do musseque, seus estereótipos, trazidos num discurso totalmente desarmado de vícios académicos. O resultado não é tão consumível para todos, mas pela nudez do discurso, embora isso não seja motivo para lhe negar um lugar importante numa possível classificação meritória, dado o domínio perfeito da sua técnica vocálica.

Influência brasileira

É flagrante em K como o Brasil faz parte da sua carga de influência, ajeitando o seu canto ao linguajar e realidades angolanas. Desde o respeitado MV Bill, do fundamental Racionais MC, autor do quase hino “Negro Drama”, um dos registos transversais do rap lusófono, da irreverente Niga Giza, do realismo analítico de Fracção Central, do discurso

pacificador de 509-E e outros, há toda uma linguagem musical comum. Assim, justamente por ter como base uma teoria do referencial MV Bill em “Corrente”, do álbum Causa e Efeito, que, quando se afirma, cria da favela e seu agente de mudança, ou seja, a cria a recriar a criadora, também há em MC K esta consciência, descomplexando lugares como o seu Xabá, Zango, Frescura, Sambila e outros, denunciando assim as peripécias da odisseia resultante do jogo político da luta de classes.

Não houve ciência social que prognosticou os dias de hoje tanto como o rap, que a operou com pinça e bisturi merecedores de aplausos de Durkheim. Fora da sua “intransigência” na denúncia de crimes de peculato, muitas

vezes entendida por certos “kotas” como meros “delírios da presunção juvenil”, o rap congregou todas as vozes pós-conflito civil, ritmo pelo qual os jovens se identificaram e pelo qual foram moldados. Mas, a considerar as suas várias facetas, dividida entre “comerciais” e “circuito fechado”, o possível amadurecimento democrático e consequente justiça social sanam os anseios de uma geração que tenta demarcar-se das características de gerações anteriores, conforme manda o natural relativismo, neste caso antítese da razão etária da qual gerações anteriores muniram-se.

Talvez por isso, a antever que estas preocupações sejam ultrapassadas, o rap corra o risco de cair numa certa postura anacrónica, como bem disse no registo

“Algo a Dizer”, de “Nutrição Espiritual”, acrescentado por Fusível ao se interrogar em “Escrever Para Quem”, revelando uma causa cuja vida depende de um período específico, apoiado neste ponto por MV Bill, que defende que “a denúncia seja sempre válida.”

Geração avisada

Esta consciência combativa contra a corrupção e a impunidade já há muito que foi crescendo no seio dos jovens, que evoluíram em espaços públicos como Elinga Teatro, Teatro Avenida, Largo da Independência, escolas Njinga Mbandi, Mutu-ya-Kevela, Puniv Central e Angola e Cuba do Cazenga, que ainda hoje fazem parte dos locais de culto, tornando tais jovens numa geração avisada

sobre os agora “novíssimos” desafios para a moralização da justiça.

“Proibido Ouvir Isto” é o terceiro álbum de MC K, que surge exactamente passados cinco anos de “Nutrição Espiritual”, distanciando-se cerca de dez de “Trincheira de Ideias”, o álbum que principia a carreira do rapper.

Mas, para fim de conversa, já não é assim tão “proibido ouvir isto.” Os últimos acontecimentos já lhe garantem alguma legitimidade. K, Valete, Azagaya e Flagelo Urbano estarão hoje a exercitar um direito à liberdade há muito defendido. Para mais, logo à noite, é quase garantido que “O Menino do Xabá” dilua em som toda a sua visão kafkaniana, pelo que, vendo bem, talvez não seja por mero acaso que se chame K.



ALDEAMENTO TURÍSTICO KAPACASSA

Um lugar para fugir do stress do dia-a-dia

Pequeno mas com visão deslumbrante, o aldeamento turístico de Kapacassa distingue-se pela acalmia. As casas que o compõem dão uma visão de modernismo em pleno matagal. Lá, o meio natural disputa espaço com a imensidão das águas da famosa lagoa da Kilunda.

Ferraz Neto

A vila turística de Kapacassa fica situada na vizinhança da localidade da Kilunda, no limite fronteiriço entre as províncias do Bengo e de Luanda, a uma hora de carro a partir da vila de Viana ou da Centralidade do Kilamba. Rodeada de água doce, é envolvida pelos campos verdes e atravessa a curiosidade de quem a visita.

Localizada num dos pólos agrícolas e turísticos de Luanda, pela sua posição geográfica no meio de tanta água e de zonas de cultivo abundante, nela nasceram vários projectos paradisíacos e acolhedores. Foi no aldeamento turístico de Kapacassa, junto à lagoa da Kilunda, que decidimos usufruir dos encantos naturais do lugar.

É um local aconselhável para os finais de semana e até mesmo para férias, em caso de não pretender sair de Luanda ou do país. Durante a estadia na Vila Turística de Kapacassa, o visitante tem

a possibilidade de fazer uma viagem de barco pela vasta lagoa da Kilunda, que permite tomar contacto directo com o cheiro da água e passear o olhar pelos diferentes pontos turísticos construídos ao redor da lagoa.

Encantadoras são as obras que coabitam com os campos verdes e as águas da majestosa lagoa. Várias estruturas arquitectónicas fazem da zona um paraíso só visto em paragens como a Indonésia ou as Ilhas Maurícias. Não estranhe, portanto, quando por lá passar e sentir que está num paraíso ou a viver uma fantasia.

Com cenário bucólico e jardins de flores perfumadas, o aldeamento de Kapacassa vai transportá-lo para uma dimensão que pode não lhe parecer uma realidade do nosso país. Aos finais de semana, o aldeamento está repleto de turistas, com um trânsito imparável pela manhã, tarde e noite.

A pouco mais de 50 quilómetros de Luanda, de fácil

acesso por estrada, Kapacassa foi concebido para ser local de refúgio do stress do dia-a-dia da grande metrópole, equipado com todos os requisitos para acomodar os clientes mais exigentes. Num área de aproximadamente 40 hectares, erguem-se dez casas, todas devidamente climatizadas, mobiladas a preceito, com água corrente quente e fria e sinal de TV por satélite.

Junto às margens da lagoa, está instalado um restaurante, transformado num verdadeiro poiso para degustação de iguarias da nossa terra. Lá pode-se apreciar o típico cacusso assado. Pode-se também saborear a cabidela de leitão, pratos de sarrabulho ou o feijão com cacusso.

Pescar o almoço

A refeição matinal (pequeno almoço) está incluída na diária da hospedagem, assim como as bebidas não alcoólicas. Lá é ainda possível apreciar diversas espécies de aves. O lugar é convidativo para quem

faz questão de pescar o seu próprio almoço, desde que não seja o único a fazê-lo: churrasqueiras estão prontas para assar o pescado.

Os jardins com aromático e a rampa "marginal" proporcionam aos visitantes agradáveis passeios ao ar livre.

O silêncio e a tranquilidade fazem da vila turística de Kapacassa uma referência quando se fala do turismo na região Luanda/Bengo

Para amainar os ânimos e tornar a tarde, assim como as noites, lindas e encantadoras, o aldeamento turístico dispõe de uma banda musical, que toca a preceito. Sucessos antigos e novos, por vezes a pedido do cliente, são tocados no átrio do com-

plexo. Augusto Chacaiá, Ézio e tantos outros nomes da nossa música fazem as delícias do cardápio artístico aos finais de semana.

O silêncio e a tranquilidade fazem da vila turística de Kapacassa uma referência quando se fala do turismo na região Luanda/Bengo. Gentes oriundas das várias partes de Luanda e do país refugiam-se ali para retemperar energias e meditar sobre os problemas do dia-a-dia. Em família ou de forma individual, o local é mesmo bom e recomenda-se.

O visitante pode também usufruir do ginásio, sala de conferências e de outros serviços. As habitações mais pequenas, que servem para albergar apenas um casal, dispõem de quarto, sala e varanda.

Necessidades

Lamentavelmente, o espaço não conta com uma loja de conveniência, onde o turista possa adquirir lembranças e até mesmo bens de pri-

meira necessidade. Daí que seja recomendável ao visitante fazer-se acompanhar com bens como fraldas descartáveis para crianças e outros de uso diário.

Outro senão: muito embora o local esteja devidamente vedado e protegido por uma vedação, há necessidade de afixar-se em diversos locais do aldeamento turístico reclames que aconselhem o turista a não mergulhar na lagoa.

Com uma superfície de 25 quilómetros quadrados, a lagoa da Kilunda permite às comunidades da zona a pesca de bagres e cactusos, entre outras espécies da água doce, bem como a rega de lavras e pomares nas cercanias.

O aldeamento turístico do Kapacassa localiza-se na comuna da Funda, município de Cacuaco, província de Luanda. Para chegar até lá, o visitante pode usar a via Catete-Luanda-Funda. Outra alternativa é a via Cacuaco-Funda.





MARCO VICTOR

“Não somos quimbandas da modernidade nem fazemos milagres”

A palavra inglesa “coach” não é desconhecida e já nem causa estranheza para muitos angolanos. É frequente as pessoas usarem os serviços desse profissional para superarem problemas financeiros e conjugais: Outras, não se importam de pagar caro por uma palestra motivacional de pouco mais de duas horas. Marco Victor, o nosso entrevistado, é um “coach” muito requisitado. Para as pessoas que os consideram possuidores de um carisma milagreiro, ele responde: “além de não sermos quimbandas da modernidade, não fazemos nenhum tipo de milagre.”

Matadi Makola

Como se viu nessa “missão”?

Num momento da minha vida, apesar de ter tido sempre uma carreira profissional que posso considerar abençoada, sentia-me muito vazio, sem propósito, e foi daí que decidi buscar o meu caminho. Durante essa busca, encontrei um orador profissional e “coach” internacionalmente reconhecido, de nacionalidade norte-americana, que se chama Tony Robbins. Ele tornou-se a minha inspiração para investir na área de coaching.

Teve algum sinal específico? Uma visão, por exemplo?

Diariamente, a vida mostra-nos o caminho para o nosso destino, muitas vezes somos nós que não queremos ver. Assim, em Setembro de 2013, dois grandes eventos ocorreram na minha vida: a morte de uma tia muito próxima e o AVC hemorrágico do qual a minha mãe foi alvo. Esses eventos demonstram-me quão frágil a vida é; no entanto, apressaram a minha transição profissional, de gestor público para “coach” e orador profissional. A minha escolha foi clara, fazer o melhor que podia para superar os obstáculos, a dor, o vazio, o sentimento de insignifi-

cância ou sentimento de fraqueza que sentia naquele momento. Então, foram as palestras do orador que mencionei anteriormente que me ajudaram a superar este momento e assim decidi seguir pelo mesmo caminho.

Há uma palavra portuguesa que traduza satisfatoriamente “coaching”? Ou vocês são simplesmente “treinadores da vida”?

À semelhança de tantas outras palavras, “coaching” é um estrangeirismo utilizado a nível internacional. Não existe uma palavra única em português que a traduza. Ao contrário do que muita

gente pensa, a palavra “coaching” associada à nossa actividade não está relacionada com a palavra treinador, utilizada a nível de desporto, mas tem a sua origem na palavra coche (caruagem), de cavalos, pois durante o processo de “coaching”, transportamos clientes à realização dos seus objetivos. Quanto a sermos “treinadores da vida”, penso que seria muita presunção assumirmo-nos como tal e, se me permitissem nomear um dos maiores treinadores da vida, eu apontaria como resposta o tempo.

Quando, mais ou menos, os angolanos começaram a

enveredar por tal apoio? Há alguma razão que explique a “explosão” dos “coaches”?

Não saberia responder a esta questão com exactidão, mas senti maior presença do “coaching” em Angola desde 2015.

“À semelhança de tantas outras palavras, ‘coaching’ é um estrangeirismo utilizado a nível internacional. Não existe uma palavra única em português que a traduza”

“Coaching” é dom ou conhecimento?

É uma das indústrias que mais rapidamente cresce. A revista Forbes, num dos seus artigos publicados em 2017, estimou a indústria global do “coaching” em dois mil milhões de dólares, evidenciados por um aumento dramático do número de “coaches”, de organizações profissionais de “coaches”, organizações profissionais de “coaching” e investigações relacionadas com o “coaching”. Por outro lado, a fim de sustentarmos este crescimento ou como se tem dito a “explosão”, devemos prevenir-nos de três potenciais falhas críticas: contexto (contextualizar o

“coaching” à nossa realidade; complexidade (cada caso é um caso); o cálculo do valor de “coaching” (reação, aprendizado do processo, mudança de comportamento e benefícios de processos). Contudo, a melhor forma que encontro para responder a essa questão é que todo o ser vivente pode ser um “coach”, mas, claramente, aqueles que tiverem dom, entrega e dedicação colherão maiores tesouros.

A imprensa chegou a definir como negócio milionário. É, efectivamente, um negócio milionário?

Não só um negócio milionário, mas um negócio bilionário. Se estivermos a falar de um contexto angolano e em kwanzas, já é sem sombras de dúvidas um negócio milionário com um espaço para crescer.

Qual a grande diferença entre as motivações e o conhecimento formal (académico)?

Na minha forma de ver, a motivação é utilizada no “coaching”, mas não é um sinónimo de coaching. Tendo esclarecido isso e alterando a questão sobre a diferença entre o “coaching” e o conhecimento formal (o académico), afirmo que não há nenhuma, pois, de facto, o “coaching” é um processo que visa elevar o desempenho de um indivíduo, de um grupo, de uma equipa desportiva ou de uma empresa, promovendo o aumento dos resultados positivos por meio de metodologias, ferramentas e técnicas cientificamente validadas.

Há quem também os considere “vendedores de

sonhos”. É um pouco isso? Sonhos são pensamentos positivos sem prazo de realização. O “coaching” promove a identificação de objectivos, a elaboração de planos de acção para realização desses objectivos e tudo isso dentro de um tempo determinado em comunhão entre o profissional e o seu cliente.

Há algum treino de oratória especial para os “coaching”? Não existe nenhum treino especial de oratória para “coaches”, até porque nem todos os “coaches” decidem tornar-se palestrantes. Mas, aprendemos todos a técnica de fazer perguntas poderosas, o que de facto nos torna de algum modo especialistas em comunicação.

É uma persuasão ou não? Não.

Já tem escolas para tal? “Coaching” é uma ciência?

O “coaching” é resultado de um estudo de várias disciplinas, então, se o considerarmos ciência, de certeza que não é uma ciência exacta.

Como entender uma ciência motivacional, que se fundamenta pela fé do indivíduo?

Bem... as metodologias utilizadas durante o processo de “coaching” são validadas cientificamente, mas cada caso é um caso; logo, os resultados variam de indivíduo para indivíduo.

Também há um grupo, um tanto mordaz, que vos considera “quimbandas” da modernidade, por achar que vocês possuem um carisma milagreiro. Há alguma verdade nisso? Ou não passa

de uma provocação?

Não passa, sem sombra de dúvidas, de uma provocação, de algum modo caricata, pois, além de não sermos quimbandas da modernidade, não fazemos nenhum tipo de milagre. Durante este processo, existe uma parceria entre o profissional e o seu cliente, que só funciona se ambos derem 100 por cento de si.

“Não existe nenhum treino especial de oratória para ‘coaches’, até porque nem todos os ‘coaches’ decidem tornar-se palestrantes”

Possui uma base fortemente religiosa. Não corre o risco de associar-se à religião?

Não me considero uma pessoa religiosa, mas sim cristã, e a base principal do cristianismo define-se numa frase curta mas bastante poderosa: “uns pelos outros”. Então, fiz da minha missão profissional influenciar positivamente o máximo de pessoas possível, para que essas pessoas tenham uma vida com maior qualidade.

De alguma forma muito ampla, pelo modo como a oratória e o conhecimento se fundem, Jesus também pode ser considerado um “coach”? Na minha humilde opinião, mas sem qualquer medo de errar, Jesus é o maior “coach” de todos os tempos, tendo utilizado várias técnicas actuais até aos dias que correm,

para apoiar o crescimento pessoal de todos aqueles que tiveram a honra de consigo conviver e até daqueles que, como eu, têm conhecimento dos seus feitos por ouvir apenas a sua palavra.

Parecem congregar público de todas as ciências, da arte à matemática, à moda dos antigos filósofos. No fundo, vocês também são filósofos?

Falando apenas de mim, não me considero um filósofo, mas olho para a lógica da Filosofia que passa pela criação da dúvida como uma fonte de promover o desenvolvimento pessoal contínuo. Adicionalmente, também me apoio na Psicologia e no seu preceito de autocritica, procurando assim promover a minha melhor versão diariamente.

Parece haver gente que chega a pagar mais de quatrocentos mil kwanzas para assistir a uma palestra de pouco mais de duas horas. Como é possível?

O que dita a dinâmica do mercado é a relação entre a oferta e a procura, ou seja, se existir um desequilíbrio entre essas variantes os preços também poderão ser desequilibrados. Entretanto, estou longe de criticar quem esteja disposto a investir qualquer valor, que não coloque em risco o seu bem-estar, na “melhoria” do seu eu, pois este investimento tem garantia de retorno, assumindo que a palestra esteja a ser administrada por profissionais certificados e competentes, bem como os conhecimentos adquiridos sejam a posterior postos em prática.

A palavra “líder” ganhou novos contornos com o “coach”, muito para lá da concepção política. É normal

haver tantas palestras sobre liderança, como se de uma “fábrica” de líder se tratasse? Essa liderança pode também incluir o “subordinado feliz”?

A existência de várias palestras sobre liderança apenas demonstra a disponibilidade e o interesse por parte dos angolanos sobre este tema. Ademais, o tema da liderança é sempre um tema muito actual, pois temos líderes desde o tempo da monarquia, da tirania, tanto nos tempos da democracia, os líderes no mundo profissional, em casa, nos desportos, ou seja, a liderança está presente em tudo quanto é lugar. Agora, quando me questiona se a liderança também inclui o “subordinado feliz”, deixe-me esclarecer que a liderança não depende da função que desempenhamos: ser líder não é um cargo.

Qual a fiabilidade de que o que se aprende é perfeitamente aplicável e funcional?

A fiabilidade de as técnicas do “coaching” serem perfeitamente aplicáveis e funcionais no dia-a-dia é de 100 por cento, salvaguardando que o processo seja aplicado por um profissional certificado e comprometido com a ética e a deontologia profissional. É sem sombra de dúvidas uma carreira promissora que trata do desenvolvimento de pessoas com o fim de ampliar as suas conquistas pessoais e profissionais – ou ainda que contribui para que as organizações maximizem os seus resultados, aumentando o desempenho e catalisando o engajamento do capital humano. Deste modo, afirmo que não é uma profissão caracterizada pelo va-

zio e modo mecânico das relações socio-profissionais, mas, pelo contrário, vem ajudar as pessoas a preencherem este vazio.

Parece que tarde ou cedo os “coaches” serão indispensáveis, por prestarem também assessoria pessoal em assuntos que vão da vida íntima (gerir e salvar casamentos) à luta profissional. É uma profissão dos tempos pós-modernos, caracterizados pelo vazio e modo mecânico das relações socioprofissionais?

A beleza da vida está em conseguirmos montar o seu puzzle, utilizando tudo aquilo que é posto ao nosso dispor, logo o “coaching” não traz nada de melhor que a música, que a literatura e, muito menos, que o cristianismo, mas, sim, adiciona uma perspectiva diferente de encarmos os desafios da vida.

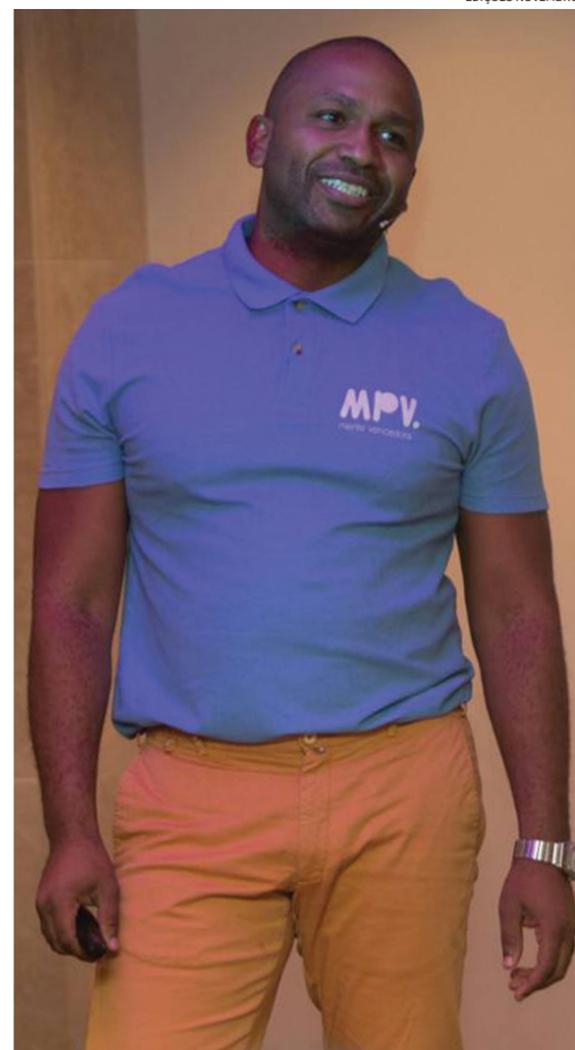
É possível que um “coach” financeiro seja pobre ou um “coach” de relações conjugais viva um desastre amoroso? Ou seja, vocês também aplicam o conhecimento que vendem?

O processo a que se refere é denominado auto-“coaching”, que passa por 6 etapas: 1. Avaliação da situação actual (auto-desempenho); 2. Definição de objectivos; 3. Identificação de recursos necessários para a realização destes objectivos; 4. Desenho de plano de acção; 5. Acção e 6. Monitoramento de resultado. Logo, como qualquer outro usuário deste processo, se a entrega do “coach” financeiro ou do “coach” de relações conjugais for total, a probabilidade de ele ser pobre ou de viver um desastre amoroso é quase nula.

Quem é quem

Marco Patrice Victor nasceu em Luanda, aos 22 de Fevereiro de 1981. Mas considera-se originário de Massango (Malanje) e Golungo Alto (Cuanza-Norte), por serem as terras de origem dos seus pais. É licenciado em Gestão e tem um MBA em Fi-

nanças e Negócios Internacionais. Tem diversas certificações na área de “coaching”: “Coaching” Pessoal, Profissional, para Executivos e Negócios e Desportivo. Tem também formação em Programação Neuro-Linguística (PNL).



MINHA VERDADE

Nzoij derradeiro

Soberano Kanyanga

- **Me larga.** Ó mana, me larga só. Tira a mão da minha camisa, pode rasgar. Estou a falar mbora a minha verdade. Não te fiz nada de mau. Não te devo dinheiro, nunca te maldisse, nunca entrei na tua casa... por que me persegues e me prejudicas, ó mana desgraça? - A música expelida pelos altifalantes soava alta. Os munícipes, que já se acotovelavam para passar naquele beco estreito, que leva os Kalulenses ao Bairro Azul, tinham de se esforçar ao máximo para perceberem outras conversas sobre a última chuva de Abril que tinha arrasado a aldeia de Musafu. Na phela (palácio) do soba, nas abscissas das ruas apertadas, no arreió-arreió (mercado de rua) e até nos leitões mais íntimos das casas era a sobre última chuva e sobre a chegada do filho do dono do carro arrastado que se comentava.

A vila de Kalulu vivia um dia anormal. Matadidi, o mecânico, tinha perdido o carro dum cliente, arrastado pela fúria da água que desceu da kamunda (montanha) ao riacho Kambuku, levando tudo o que encontrara pelo trajeto. Nela dos Prazeres, a mulher mais encaixotada

do Musafu, teve de se pôr a nado para salvar os filhos e o televisor que engoliam já litros de água, enquanto ela e o amante navegavam entre prazer e mar chuvoso.

Entre o antigo cinema e a casa que já foi comité municipal do MPLA, hoje conservatória dos registos civis, ficava a minha casa. O quintal era amplo, asseado e com muitos visitantes. Uns parentes e outros negociantes que procuravam curtos refúgios do sol ou para dar de mamar as crianças acossadas pela sede e fome.

A rua dianteira, a que nos leva ao Kwame Nkrumah, estava muito cheia. Parecia uma rua de Luanda, com adolescentes que iam e vinham do Instituto, carros e mulheres kitandeiras (vendedeiras) a preencherem os passeios com magoga (sanduíche), bujingas (artigos) de vestir e despir roto. Até apitos para o próximo carnaval estavam à venda.

Era também no meu quintal que muitos vizinhos da rua de trás, a do Miguel Neto, passavam para atingir a rua principal. Eu era já um idoso, sessenta anos mais ou menos. Não tinha mais a rabujice de hoje. Era pacífico e passivo. Ao pé de mim estava um homem a ascender à casa dos quarenta. Cheio de vida e

voz firme a pôr ordem na casa. Tinha chegado de visita com uma carrinha carregada de coisas ainda por ver.

Enquanto eu sorria para as pessoas que passavam pelo quintal, umas cumprimentando ou se desculpando por transpor o quintal e outras não fazendo caso disso, ele fervia por todos os poros, reclamando do abuso de fazerem da casa do seu pai um desfiladeiro.

- A vida aqui é assim, filho. Todo mundo é família. Acalma-te. Vai conhecendo as pessoas, ou pelo menos os kandenges (crianças) que choram pelo quintal. Serão os que te vão oferecer a carne fresca quando tiveres a minha idade. - Aconselhei ao que me deu ouvidos. Tinha inteligência para tal.

- Está bem, pai. Vou cuidar das crias e da hortaliça. Pegou sementes e lançou-os na sua horta. Pegou milho e distribuiu-o aos patos, gansos, galinhas e pombos. Estávamos todos em véspera de festa.

Com MMC tinha chegado o meu neto primogénito que começava a ganhar fama de engatato (namoradeiro). Na grande cidade onde moravam as coisas eram feitas precocemente. Aqui não. Há até os precoces, mas tomam juízo e comem a broa

do seu trabalho.

- Kutimbe! - Chamei pelo neto.

- Papá!

Fingi não ter ouvido. Davam-banga (prazer) ser tratado por vó e repeti a dose.

- Kutimbe?!

- Já vou, vó.

- Meu neto! A vida é boa, mas é melhor quando vivida por etapas. Etapas programadas ao detalhe. Olha aqui o teu vó. Careca, dentes incompletos na boca, casa grande, viúvo, quase inválido, mas todo mundo que passa faz vénia, já viste?

- Sim vó. O chará é Grande na sua pequena vila. Mas eu quero que me ensine a ser grande numa grande cidade.

- Pois bem. Presta então atenção. Tenho umas palavras que te queria dizer no dia do teu aniversário mas antecipaste as coisas. Estava para preparar viagem na semana que vem, quando o mecânico me entregou o jeep. Ouve bem, meu neto: até aos dezoito anos, somos ainda um ovo que não tem vida própria, embora já fora da galinha. Depois disso o pintainho aprende a andar, a fugir, a seguir os conselhos dos progenitores e se vai autonomizando. O melhor é que esse período chegasse aos trinta. Você deve trabalhar e gozar sem chatices de

ninguém, tirando o vinho para o vovó. Dos trinta aos sessenta é o período de trabalhar a dobrar, construir um património que não será teu, porque será dela e deles, e depois virão outros anos incógnitos, de velhice e cansaça e de desfrute e luta pela vida. A segunda e a terceira etapa da vida têm de ser de grande responsabilidade para que tenhas uma casa e um quintal grande como o meu. Ouviste? É esse o percurso. É esse o caminho que te mostro. Só espero que o encontres.

- Ouvi e vou satisfazer a sua vontade, vó. Obrigado pelo conselho e nunca deixe que o meu comboio descarrile, enquanto estiver vivo.

MMC não era homem de muitas palavras. Era mais conhecido pelo seu pragmatismo. Era de dizer e fazer. Era por isso que a vila toda estava em alvoroço. A fama deixada nos tempos em que fora militar naquelas paragens ainda se mantinha viva e intacta, mesmo entre a geração que nem sequer o conhece pela fotografia.

Avisado pelos mais atentos, o mestre Matadidi pegou um cabrito ainda sem chifres e foi à vila, à casa do cliente que ficou com o carro inunadado, desculpar-se e buscar entendimento.

- Pai, bom dia, meu ki-

lamba (senhor). Soube da chegada do mano MMC e vim explicar-lhe o sucedido, desculpar-me e prometer que em quinze dias meto a máquina a roncar como no antigamente.

Peguei-o no ombro e trocamos sorrisos. Mostrei-lhe o MMC, todo calmo e a cuidar da horta e das galinhas. MMC abraçou-o de forma inesperada e dentre muitas coisas que lhe disse ouviu-se o "Vim apenas ver o Velho e comer uma galinha".

O Cabrito ficou amarrado junto à goiabeira e o mecânico juntou-se aos preparativos do que viria a acontecer.

Alertados pela miudagem curiosa que circundava a Power Glic, avó e neto dirigimo-nos à carrinha que gemia a cada quilo que perdia. Estava empanturrada de comidas e bebidas. O resto da família chegaria horas depois para a festa do Kutimbe programada para a casa do avó.

Um pássaro que festejava o raiar do rei sol cantou à janela. Despertei. Uma luzita invadia meu quarto. Olhei para o relógio: seis e meia da manhã. Foi apenas um nzoij (sonho). Somente o décimo sétimo aniversário do meu primogénito tinha sido real.

COMER EM CASA



Pudim de peixe com pimentos

Ingredientes:

- Sobras de peixe;
- 1 dl de molho bechamel;
- 1 pimento verde e 1 pimento vermelho;
- 3 ovos;
- 2 dl de molho de tomate;
- sal, pimenta e queijo ralado qb;

Preparação

Apuram-se as sobras de peixe. Retiram-se as espinhas e peles e põe-se no liquidificador. Depois ponha os pimentos em água quente e asse-os para retirar a pele. Junta-lhe o peixe liquefeito com molho bechamel e mexe-se bem, mas fora do lume, com a pimenta vermelha. Adiciona-se as gemas e depois as claras, batidas em castelo. Colocar tudo numa forma, untada com margarina, e levar ao forno, em banho-maria, destapado, parta tostar simultaneamente. Quando estiver pronto desinformar e regar com o molho de tomate. Enfeita-se com tirinhas de pimento verde.



Bifes aninhas

Ingredientes:

- 4 bifes de vaca;
- 2 cebolas médias;
- 1 dente de alho;
- piri-piri qb;
- 1 ramo de salsa;
- 50 gr de margarina;
- 3 colheres de sopa de óleo;
- 2 tomates;
- sal e pimenta qb;

Preparação

Deitam-se no fundo do tacho as gorduras e a cebola picada. Limpa-se o tomate e pica-se também, assim como a salsa e o dente de alho. Junta-se o piri-piri e misturam-se os temperos todos. Adicionam-se os bifes ao tempero e polvilham-se com sal e pimenta q.b. Deve repousar meia hora para entrar o tempero. Por no lume por 20-30 minutos, conforme a dureza dos bifes. Manter o molho. Servem-se os bifes acompanhados com batatas fritas.



Carne de porco com ameixas

Ingredientes:

- 500 gr de ameixas;
- 3 dl de vinho tinto;
- 6 bifes de carne de porco com um dedo de espessura;
- sal;
- pimenta;
- 50 gr de manteiga;
- 200 gr de natas;
- 1 colher de geleia de groselha;

Preparação

Um dia antes deixam-se as ameixas de molho no vinho. Depois coze-as no vinho durante meia hora. Polvilhar a carne com sal e pimenta e fritar na manteiga. Retire a carne e no mesmo recipiente coloque o molho de cozer as ameixas. Deixe ferver e junte as natas e a geleia. Passe a carne neste molho até ferver. Coloque a carne na travessa com o molho e decore com ameixas e agrião.

ORIGINÁRIOS DA ÁFRICA DO SUL

Sabores vinícolas apreciados em Luanda

Principais marcas de vinhos sul-africanos e mundial foram apresentados aos especialistas na capital do país numa cerimónia especial, na qual até alguns segredos foram partilhados.

Ferraz Neto

Cores, paladares e aromas de vinhos das mais diferentes marcas, de produção sul-africana, foram apreciados num emblemático restaurante localizado no Morro Bento, em Luanda, numa iniciativa conjunta da Sociedade de Vinhos da África do Sul (Wines of South Africa), Bayede Wines e da Casa Mandela.

Numa mistura de iguarias angolanas e sabores vinícolas sul-africanos, o jantar-conferência que juntou mais de 70 convidados, com realce para empresários, jornalistas e especialistas

em vinhos do país, teve como mote a apresentação e degustação do que é produzido pelos sul-africanos.

Além da degustação e apresentação das marcas, houve momentos para algumas histórias sobre os vinhos originários das "Terras de Mandela"

Matome Mbatha, gestor de marketing da Wosa, fez as

honras da casa, descrevendo ao pormenor as vantagens e os encantos vinícolas das terras de Nelson Mandela.

Para lá da degustação e apresentação das diversas marcas de vinhos, houve também momentos para algumas histórias sobre o consumo do vinho de parte de figuras emblemáticas da África do Sul. Lindiwe Mosthaba, representante da marca de vinhos House of Mandela (Casa de Mandela) chegou mesmo a partilhar alguns segredos.

O tilintar das taças prometia ser intenso e à plateia, constituída, na sua maioria, por empresários, jornalistas

e apreciadores de bons vinhos, juntou-se Chris Whelpton, "embaixador" de uma das principais marcas de vinhos sul-africanos e mundial, a Bayede Wines, propriedade do rei zulu, Goodwill Zwelithini.

Chris Whelpton fez as honras da casa e partilhou alguns detalhes com que se fazem os vinhos preferidos do rei Goodwill Zwelithini. Foram aproximadamente 16 provas, comandadas por figuras conhecidas das castas sul-africanas, com destaque para Matome Mbatha, Lindiwe Mosthaba e Lindiwe Mosthaba.



CEDIDA PELOS ORGANIZADORES



CEDIDA PELOS ORGANIZADORES

centrooptico[®]
Você nunca viu nada assim



DESCONTOS
ATÉ

50%

NAS GRANDES
MARCAS

* Campanha válida até 30 Junho 2018.

**PREÇOS
LOUCOS**

4^o aniversário
CENTROOPTICO

923 400 300

/centroopticoangola

VENHA VISITAR-NOS NAS NOSSAS LOJAS:

ZÉ PIRÃO | GOLFE 2 | SAMBA | AEROPORTO | NOVA VIDA | VIANA | CACUACO | GAMEK | MUTAMBA

✉ geral@centroopticoangola.com ⓘ www.centroopticoangola.com

(400.030e)



ASSEMBLEIA-GERAL EXTRAORDINÁRIA

CONVOCATÓRIA

Convocam-se todos os accionistas e membros participantes, de acordo os Estatutos da sociedade Pólo de Desenvolvimento Industrial da Catumbela, S.A.R.L, para Assembleia-Geral a ter lugar na sua Sede Social, no Município da Catumbela, no dia 28 de Maio de 2018, pelas 11h00, com a seguinte, **Ordem de Trabalhos:**

- I. Análise Prévia das Contas de 2017.
- II. Análise do Programa de Actividades para 2018
- III. Remuneração dos Membros dos Corpos Sociais.

Luanda, aos 2 de Maio de 2018

O Presidente da Assembleia-Geral
Luís Manuel Dias Ribeiro

(6979)



REPÚBLICA DE ANGOLA
MINISTÉRIO DA JUSTIÇA E DOS DIREITOS HUMANOS
TRIBUNAL PROVINCIAL DE LUANDA
3.ª SECÇÃO DA SALA DE FAMÍLIA

ANÚNCIO

1ª PUBLICAÇÃO

==Pelo Tribunal Provincial de Luanda, Terceira Secção da Sala de Família, e nos autos de Inventário de Partilha de Bens, sob n.º 1491/17-D, que corre seus termos nesta Secção, em que é Autora **ZÉLIA MOREIRA BASTOS DE PAIVA**, e Réu **LUÍS ROBERTO CARDOSO DE PAIVA**, é este citado, para no prazo de 30 (trinta) dias, com a dilação de 30 (trinta) dias, a contar da segunda e última publicação deste anúncio, contestar, querendo, o pedido formulado pela Autora, e que a falta de contestação, não importa a confissão dos factos articulados na petição inicial, cujo duplicado se encontra na Secretaria deste Tribunal, para lhe ser entregue.==

Luanda, 19 de Abril de 2018.=====

A JUÍZA DE DIREITO
DRª EUNICE TIRZA JÚNIOR SEBASTIÃO DIOGO
A ESCRIVÃ DE DIREITO
SUZANA I. M. ROBERTO

(7057)



Polícia Nacional

Em caso de emergência disque o terminal telefónico 113

A Polícia Nacional estará à sua inteira disposição



O NOSSO LEITINHO TEM TODOS OS SEGREDOS PARA NÓS CRESCERMOS SAUDÁVEIS



REPÚBLICA DE ANGOLA
DIRECÇÃO PROVINCIAL DE SAÚDE DE LUANDA
PROGRAMA PROVINCIAL DE SAÚDE DE LUANDA





NOITE DO PENTA DO INTERNATIONAL DAY JAZZ

Tic-Tac de Anabela Aya encanta plateia

A apoteose das celebrações do Dia Internacional do Jazz em Angola aconteceu na sala Angola, no Epic Sana Hotel, a “Catedral do Jazz”, de acordo com o organizador. O primeiro dia da semana de trabalho, véspera de feriado, foi bem aproveitado para residentes da capital e não só, celebrarem o Jazz e a sua linguagem universal de paz

Analtino Santos

Ndaka yo Wiñi, Etokeko Jazz Quarteto, Multikulti Quartet de Portugal e a surpresa na noite Anabela Aya estiveram à altura e corresponderam às expectativas dos mais de 700 espectadores.

Anabela Aya subiu ao palco, na altura que Etokeko Jazz Quarteto, a segunda atracção do cartaz, encerrava a apresentação dos seus números. A vencedora do “Grande Prémio Canção de Luanda”, edição de 2017, e uma das participantes no Festival de Fado, mais uma, fez recurso à sua experiência como actriz para uma actuação, com um perfeito enquadramento entre a voz e a expressão corporal. Brindou inicialmente com um tema do seu álbum de estréia “Kuameleli”. A versão de “Tia”, de Artur Nunes, não ficou de fora. Um dos momentos marcantes foi quando interpretou um standard do Jazz, “Cry me a river” imortalizado por Ella Fitzgerald. Mas, para os presentes, faltava o hit da Diva da Música, o Tic-Tac, tema em que a cantora exala toda a sua sensualidade em palco. Neste tema, que aborda o amor proibido ao som das batidas do relógio, teve um toque diferente, apenas com o acompanhamento de Kris Kasinjombela, ao contrário das anteriores, com o Etokeko Jazz Quarteto.

Etokeko Jazz Quarteto trouxe um outro “ouvir” do jazz executado pelos angolanos. Com a liderança do respeitado produtor e tecla-

disto Nino Jazz e um dos baixistas mais solicitados da nossa praça, Kris Kasinjombela, dois adolescentes não passaram despercebidos: Mário Gomes, na guitarra solo, e Jack “Batera” Costa, na bateria. O alinhamento musical teve clássicos de mestres do Jazz como “Equinox”, de John Coltrane, “Chant”, do embaixador Herbie Hancock e uma viagem à Miles Davis, antes da era de fusão, onde o jovem Jack Batera encarnou Tony Williams, o baterista que aos 18 anos se juntou a esta grande estrela da música mundial. Mário Gomes, que esbanjou nos solos, tem progredido muito. Depois da sua estréia no ano passado com Totó ST num concerto na Trienal de Luanda, passou a ser a aposta de Nino Jazz para o acompanhamento quer em estúdio quer em concertos. “Etokeku” fez jus ao seu significado, em língua nacional umbundu “conexão, ligação”, que foi interessante, e pretende levar esta sonoridade, acrescentando elementos angolanos para outras paragens.

Ndakayo Wiñi mostrou originalidade, numa actuação onde o canto nos remetia a uma viagem às embalas. Como primeiro artista a pisar o palco, conseguiu levar a protecção dos ancestrais para a noite dedicada ao ritmo de uma música que liberta almas. Foi com uma canção dedicada aos caçadores “Oci-sungu Cukongo” que deu as boas-vindas, com a cumplicidade de Nsangu-Zanza, na guitarra solo, e Jackson Nsaka, na percussão, que também emprestavam as

vozes nos coros. A romântica “Lombolola” e a canção dedicada à paz “Ombembwa” foram outras que prenderam os presentes, deixando arrepiados os elementos da Banda Multikulti e alguns cidadãos estrangeiros que estão presos à música mais mediática. O escritor angolano Sousa Jamba, residente nos Estados Unidos da América, também entrou no roll daqueles que ficaram enfeitiçados, como jovem que bebe o líquido ainda não revelado da cabaça.

Para fechar as actuações da noite e fazer a ponte para uma tour pelas casas noturnas para um after-party para as celebrações do Dia Internacional do Jazz, o guitarrista português Pedro Madaleno e sua banda Multikulti trouxeram um Jazz com muitas fusões. Madaleno que viveu parte da sua infância em Luanda, trouxe uma onda psicadélica do Rock, com a inclusão de elementos de música de outras partes do mundo, como “grooves” dançáveis de África, Índia, música do leste europeu e latina. Provou porque, a par dos companheiros, são reconhecidos como estando na chamada linha da frente do “world music” no país do Fado. Carregando uma boa energia para a plateia em “Grand Prix”, “French Love”, “Santa Maria”, “Multikulti”, “All Blues”, “Spiritual Call” e “Codona”, Ricardo Pinto (trompete), Miguel Amado (baixo eléctrico) e Luís Candeias (bateria) conquistaram os presentes, que apenas não deixaram os assentos, para manter a “postura de classe”

do tradicional do público que assiste os nossos concertos.

Pedro Madaleno, o líder do Multikulti, foi considerado o melhor músico de jazz na Europa. Madaleno é director pedagógico da JBJAZZ, considerada a escola alternativa em termos de qualidade ao Hot Club, onde é professor de várias disciplinas desde 2006. Apresentou recentemente um novo trabalho discográfico. Foi professor na escola de Jazz do Hot Club de Portugal, de 1992 a 2005, onde leccionou as disciplinas de Harmonia, Composição, Guitarra Jazz Eléctrico, etc. Mais de metade da nova geração de músicos de jazz portugueses foi formada por Pedro Madaleno. Tocou com Karl Berger no Festival de Jazz de Lisboa, 1990, e com Lee Ko-

nitz, no Hot Club, em Abril de 1991. Esteve com os seus projectos em quase todos os Festivais de Jazz nacionais.

Importa salientar que, pelo quinto ano consecutivo, Angola entra na rota da festa global do Jazz e este ano com um sabor diferente, pois o embaixador da Boa Vontade da Unesco, Herbie Hancock, enviou uma carta de encorajamento a Jerónimo Belo, da promotora JJ Jazz. Luanda constituiu entre as cidades de 190 países, que realizaram uma série de eventos, que teve São Petersburgo (Federação Russa) no epicentro das actividades globais. Na cidade anfitriã global, houve um extraordinário concerto de estrelas no histórico Teatro Mariinsky, um evento que foi transmitido ao vivo para

tudo o mundo. O pianista de Jazz Herbie Hancock (EUA) e o renomado saxofonista Igor Butman (Rússia) foram os co-directores artísticos do concerto All-Star e John Beasley (EUA), o director musical da noite. O concerto contou com apresentações de uma lista internacional de artistas, designadamente músicos e cantores dos Estados Unidos, de África, de Cuba, da China e Japão e de muitos países europeus.

O 30 de Abril é celebrado como Dia Internacional do Jazz, por decisão da Unesco e dos seus Estados-membros, onde se encontra Angola, decisão adoptada na sua Assembleia Geral, em 2011, na cidade de Paris. A iniciativa começou a ser posta em prática em 2012. Angola começou em 2014.



Música

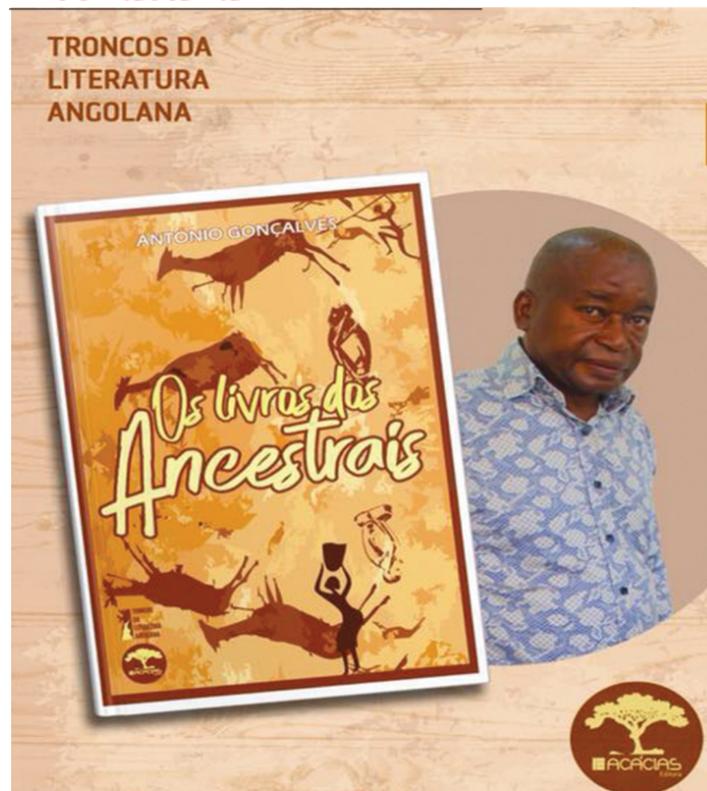


Érika Nelumba em concerto

Érika Nelumba, cantora e compositora, tem encontro marcado com os seus admiradores na próxima sexta-feira. Ela que tem como referências inspiradoras da sua música as grandes divas norte-americanas de Soul e R&B, convidou especialmente para estarem com ela no palco os colegas Walter Ananás, Selda e Mago de Sousa. A artista, que nasceu em Luanda em 1983, iniciou o seu percurso musical em 2001, através da participação em concursos. Em 2003 lançou o seu primeiro CD, "Pensando em Ti", e, em 2008, o segundo, "Agora Sim". Em 2002, conquistou o Prémio "Voz Revelação" e em 2003 foi vencedora do "Top Rádio Luanda".

Camões/Centro Cultural Português
11 de Maio

Literatura



Livros dos Ancestrais

O escritor António Gonçalves é o terceiro autor a ser publicado na colecção "Troncos da Literatura Angolana" da Editora Acácias, depois de José Luís Mendonça e Luís Kandjambu. O livro, com data de lançamento acertada para a próxima quarta-feira, é o poemário "Os Livros dos Ancestrais". Gonçalves é dos poetas mais consagrados da actualidade em Angola, com obras publicadas em várias línguas um pouco por todo o mundo. Foi secretário-geral da União dos Escritores Angolanos.

Camões/Centro Cultural Português
Quarta-feira

Artes plásticas

Exposição "Vidrul Fotografia"

Está patente na Galeria de Exposições do Memorial Dr. António Agostinho Neto, desde a última sexta-feira, a exposição colectiva da 7ª Edição da plataforma de fotografia experimental "Vidrul Fotografia", com obras dos fotógrafos angolanos Albano Cardoso, Céus, Sebastião Vemba e Toty Sa´Med. Trata-se de uma colaboração com a Produtora AM-Arte. Como refere o produtor e curador Domínick Tanner, trata-se de "4 propostas aparentemente muito diferentes em técnica e mesmo em narrativa, mas que, seguramente, revelam uma memória visual que retrata, re-significa e recontextualiza a acção social do olhar de cada". A mostra fica disponível para fruição do público até ao fim deste mês..

Memorial Dr. António Agostinho Neto
Até 30 de Maio



Olhar sobre a cidade

A Galeria MOV´ART apresenta a exposição "A Luta Continua", do fotógrafo angolano Ngoi Salucombo. Trata-se do registo de imagens feito nos últimos cinco anos em diferentes zonas da cidade de Luanda. "A Luta Continua", conforme escreveu o escritor Ondjaki, é um registo sobre pessoas que habitam a cidade e não só. "Uma cidade é, de certo modo, a extensão de quem a habita. Devia caber, portanto, às pessoas, a decisão de 'como vestir a sua cidade'. Mas poucas vezes é assim. A luta de quem 'vive' a cidade em pleno (até porque precisa dela) é diferente da indiferença de quem decide (politicamente) como vestir a cidade. Este desencontro entre quem 'é da cidade' e quem 'manda na cidade', pode também ser objecto de um olhar artístico. fotográfico (...)"

Galeria MOV´ART
Até 13 de Junho

Histórias com Adivinhas

A obra infantil "Histórias com Adivinhas", da escritora Cremilda de Lima, editada pela Texto Editores, com ilustrações de Ana Valente, é lançada amanhã no Centro Cultural Português. A apresentação de "Histórias com Adivinhas" terá momentos teatrais com a Companhia Infantil Tuzolana e com os alunos do Colégio Palanquinhas, que vão interpretar "O Balaio de Milho", uma das histórias da obra. Haverá também um concurso de adivinhas, em kimbundu e português, com os alunos do Colégio Kambas. No final haverá lanche para os pequenos. O escritor Lopito Feijó é o convidado para fazer a apresentação. Segundo a autora, o seu novo rebento literário é "um livro perfeito para crianças e adultos, juntos, passarem horas maravilhosas e com vontade de aprender mais".

Camões/Centro Cultural Português
Amanhã

Cinema Em Estreia

Guardiões do Túmulo

Estreia - 11 maio
Actores: Bingbing Li, Kelsey Grammer, Kellan Lutz
Ano: 2018
Argumento: Gary Hamilton, Jonathan Scanlon
Género: Acção
Realizador: Kimble Rendall
Sinopse
Numa missão de salvamento e em busca do irmão, Jia (Li Bingbing) descobre o túmulo subterrâneo de um antigo imperador chinês, que viveu uma vida invulgarmente longa. Ao explorar o túmulo, Jia e os companheiros descobrem não apenas o segredo da longevidade de vida do imperador, mas também a razão da sua morte...



Perseguição explosiva

Estreia - 11 de Maio
Actores: Orlando Bloom, Simon Yam, Lynn Hung
Ano: 2018
Argumento: Kevin Bernhardt
Género: Acção
Realizador: Charles Martin
Sinopse
O filme conta a história de Danny Stratton (Orlando Bloom), um agente de segurança privada caído em desgraça. Quando lhe é dada a rara oportunidade de escoltar uma valiosa antiguidade chinesa para fora de Xangai, ele é vítima de uma emboscada. Com a sua reputação e a segurança da mulher que ama em jogo, Danny terá de trabalhar com a sua equipa de especialistas em segurança, conhecida como S.M.A.R.T., para as salvar. Ao mesmo tempo que isto acontece, uma sinistra conspiração começa a desenrolar-se.



Deadpool 2

Estreia - 18 Maio
Actores: Morena Baccarin, Josh Brolin, Ryan Reynolds
Ano: 2018
Argumento: Fabian Nicieza, Rob Liefeld
Género: Comédia, Acção
Realizador: David Leitch
Sinopse
Depois de sobreviver a um ataque bovino quase fatal, um chef pasteleiro desfigurado (Wade Wilson) luta para cumprir o sonho de se tornar o barman mais sexy de Mayberry, enquanto tenta sobreviver com a sua total falta de gosto. Procurando recuperar os prazeres da vida, e também a "máquina do tempo", Wade terá de lutar contra ninjas, os yakuza e uma matilha de cães sexualmente agressivos, enquanto viaja pelo mundo para descobrir a importância da família, da amizade e dos sabores, ganhando um novo gosto pela aventura e a caneca de café mais cobiçada, com o título de Melhor Amante do Mundo.



Novelas



ORGULHO E PAIXÃO
Elisabeta e Darcy beijam-se

Felisberto incentiva Elisabeta a correr atrás dos seus sonhos em São Paulo, e Ofélia acaba por concordar com o marido. Ema decide ir para São Paulo com Elisabeta, Ernesto, Darcy e os seus amigos. Susana propõe unir-se a Xavier contra Julieta. Elisabeta e Darcy beijam-se. Julieta provoca Aurélio e o Barão. Jane afirma a Camilo que prefere morar no cortiço a viver dos favores de amigos. Rômulo revela a Cecília a história sobre a morte de Josephine, e Fani ouve. Camilo declara o seu amor por Jane e decide viver no cortiço. Januário e Ernesto apoiam Camilo. Darcy e Elisabeta beijam-se.

TV GLOBO, todos os dias



O OUTRO LADO DO PARAÍSO
Sophia conversa com Maurício sobre Xodó

Clara liga a Renato. Gael afirma a Clara que tem um plano para resgatar Tomaz. Samuel e Suzy divorciam-se. Zé Victor ameaça contra a vida de Caetana, mas Zildete, Maíra e as outras mulheres expulsam-no do bordel. Desirée desconfia do desaparecimento de Juvenal. Desirée decide voltar a trabalhar no bordel, mas Caetana alerta-a. Adinéia pede perdão a Cido e insiste para que o genro fique na sua casa com Samuel. Gael revela a Clara, Patrick, Lívia e Bruno o seu plano para resgatar Tomaz. Bruno permite que Gael use as barras de ouro ilegais de Sophia para enganar Renato. Sophia conversa com Maurício sobre Xodó e pede que o advogado afaste Clara do seu caminho.

TV GLOBO, todos os dias



ONDE NASCEM OS FORTES
Pedro presta queixa contra Maria na esquadra

Cássia expulsa Pedro e fica preocupada ao ver que a filha fugiu. Pedro aceita que Aurora saia com Plínio. Cássia pede para ter uma reunião com Orlando. Simplício e Maria pressionam Agripino Gogó sobre Nonato, mas Gilvânia e Orestes socorrem-no. Pedro presta queixa contra Maria na esquadra. Samir recusa-se a fazer um acordo com Ramiro. Pedro oferece recompensa pela captura de Maria. Cássia decide ajudar os sertanejos a encontrar água, em troca de notícias de Nonato. Simplício ajuda Maria a fugir. Maria não consegue esquecer Hermano. Pedro questiona Plínio sobre a escuta no telefone de Hermano.

TV Globo, todos os dias

Filmes

Elementos Secretos



A incrível história de Katherine Johnson, Dorothy Vaughn e Mary Jackson - brilhantes mulheres afro-americanas que trabalham na NASA e que foram os cérebros por detrás de uma das operações históricas: o lançamento do astronauta John Glenn para o espaço sideral.

TVC1
Domingo
05h55



Churchill

Um filme que segue os dias que antecederam a Batalha da Normandia, em 1944. Enquanto discute os primeiros planos da invasão aliada a França com Roosevelt, Churchill sente-se perdido e conta com o apoio da esposa para ultrapassar os seus medos.

Domingo
21h30
TVC1



Snowden

Quando Edward J. Snowden desvendou o programa secreto de vigilância mundial da NSA, simultaneamente abriu os olhos do mundo e fechou as portas do seu próprio futuro - desistindo da sua carreira, da sua namorada de longa data, e da sua terra natal.

Domingo
09h40
TVC4



Os Caçadores

Uma família de arqueólogos procura artefactos de histórias de encantar, que terão sido escondidos à volta do mundo.

Domingo
06h00
TVC4

Mais pequenos



Dora a Exploradora

Dora é uma menina que adora explorar o mundo à sua volta. Adora ar livre, é curiosa e gosta de aprender coisas novas e tem um primo chamado Diogo.

Domingo, às 10h00



Chica Vampiro

Daisy é uma rapariga comum que sonha com uma carreira de cantora de comédia musical ... Ou quase comum! Porque os seus pais são vampiros. Quando faz 17 anos, ela decide ficar humana para viver ao lado de seu amor, Max, o seu vizinho e colega na escola.



Domingo, às 12h27



O Mundo da Imaginação

O grupo dos pequenos, acompanha o Mick, my hokey pokey time, que dia maravilhoso, a pequena Lola visita a quinta, estúdios babytv, caminhos divertidos.



Domingo, às 12h30



As Poderosas Magiespadas

As Poderosas Magiespadas conta as aventuras de dois irmãos guerreiros de aluguer enquanto cumprem missões e colecionam Poderosas Magiespadas.



Domingo, às 18h55



O Grande Príncipe da Floresta

Bambi cresceu e reúne-se com o pai, o Grande Príncipe, que terá agora de criar o jovem cervo e ensinar-lhe as leis da floresta. Mas, como tudo na vida, o orgulhoso pai descobre que também pode aprender algo com seu energético filho.

Domingo, às 13h23

Jogo da Semana

Petro de Luanda - Interclube



O Petro de Luanda e o Interclube disputam hoje, às 16h00, no Estádio Nacional 11 de Novembro, em Luanda, o desafio de realce da 14.ª jornada do Campeonato Nacional de Futebol da I Divisão, Girabola. Os tricolores estão no sétimo lugar da tabela classificativa, com 15 pontos, enquanto a formação da Polícia Nacional encontra-se na liderança, com 23. Com estes ingredientes, aguarda-se por uma excelente partida e óptima exibição dos atletas.

Transmissão: ZAP TV
Hora: 16h00
Loça: Estádio Nacional 11 de Novembro

Séries

I'm Dying Up Here T2



Na célebre (e mal reputada) cena do 'stand-up' na LA dos anos 70, onde nasceram muitas das estrelas do mundo da comédia, mergulha-se nas danificadas e inspiradoras mentes dos que conseguem estar completamente sós perante uma audiência e fazê-la rir.

Terça-feira
22h30
TVSeries

Elementar



Sherlock é procurado por Michael, um antigo amigo e também viciado em drogas, que acaba por tornar-se noutro pilar, a par de Watson. No entanto, o aparecimento misterioso dele pode significar mais complicações para a vida já atribulada de Holmes.

Terça-feira
21h00
TVSeries