

Villas & Golfe®

Angola Edition

Entrevistas

CORNÉLIO CALEY
LUÍS BERNARDINO
ARMANDO MACHADO
JACQUES DOS SANTOS
EDSON CHAGAS

Viagem Indonésia

Carro Maserati

Barco Benetti

O MELHOR DE DOIS MUNDOS

Entre Angola e Portugal há muito mar e muito mundo, mas basta um pequeno passo, um breve telefonema, um curto email para estabelecer uma ponte firme e confiável.

Qualquer que seja o sentido da viagem, existe a certeza de chegar a porto seguro, de ser recebido com afeto, de encontrar alguém que cuida de si e do que é seu. Na verdade, o que conta é sentir-se em casa, onde quer que esteja.

Crescemos juntos.

EDITORIAL

Orgulhosa de Si

Mais uma vez chegamos às suas mãos para lhe desvendar, ou simplesmente recordar, esta Angola orgulhosa de si, das suas gentes, do seu desenvolvimento, das suas paisagens, das suas tradições, da sua alegria, da sua cultura.

Nesta edição, e porque a verdadeira riqueza humana é a sabedoria e a cultura dos povos, levamo-lo a descobrir o que pensam algumas personalidades do mundo da cultura, as iniciativas que levam o nome do país mais longe, a arte, nas suas manifestações mais populares ou mais eruditas, e algumas tradições que se querem perpetuar no tempo, porque são elas a alma e a identidade do povo angolano; porque são elas que melhor permitem conhecer o presente para preparar o futuro.

Conversámos com Cornélio Caley, Secretário de Estado da Cultura; com Jacques dos Santos, fundador e presidente da associação cultural Chá de Caxinde; com Ana Silva, uma pintora Angolana que nos explica, entre outras coisas, a motivação para a sua última exposição *Frágil*; com Edson Chagas, fotógrafo angolano que venceu a Bienal de Veneza em 2013; com Luís Bernardino, co-fundador do Hospital Pediátrico David Bernardino, que, entre muitas batalhas em mão, tem lutado contra a proliferação da anemia falciforme.

Entre neste nosso mundo de bem-estar e *glamour*, para se inteirar de todas as conversas e de todos os motivos para que Angola se sinta cada vez mais orgulhosa. Atravessaremos fronteiras por instantes, para lhe dar a conhecer o que de melhor há noutras paragens, para alargar horizontes... e o regresso a casa será, com certeza, um ponto alto da viagem, porque Angola tem ainda mais encanto depois de se conhecer a saudade...

Proud of Itself

Once again we reach your hands to reveal to you, or simply to remember, this Angola, a country proud of itself, of its people, of its development, of its landscapes, of its traditions, of its happiness, of its culture.

In this issue, and because true human wealth lies in the wisdom and culture of the people, we help you discover the thoughts of some personalities from the world of culture, the initiatives taking the name of the country farther afield, art, in its more popular or erudite forms, and some traditions that show no signs of disappearing, because they are the soul and identity of the Angolan people; because they are the ones that give the best understanding of the present to prepare the future.

We talk to Cornélio Caley, Secretary of State for Culture; to Jacques dos Santos, founder and president of the *Chá de Caxinde* cultural association; to Ana Silva, an Angolan painter who, among other things, reveals to us the motivation for her latest exhibition *Frágil*; to Angolan photographer Edson Chagas, who won the Venice Biennale in 2013; to Luís Bernardino, cofounder of the David Bernardino Paediatric Hospital, who, among many battles at hand, has fought against the spread of sickle cell anaemia.

Enter this world of wellness and glamour, to take in all these conversations and all the reasons behind Angola's swelling pride.

We cross borders for a few moments, to inform you of the best things in other destinations, to broaden horizons... and your homecoming will certainly be a highlight of the trip, because Angola has even more charm after you've had the change to miss it...

MARIA AMÉLIA PIRES

A Villas&Golfe® é propriedade da PM Media | www.villasegolfe.com | ÁFRICA \ \ ANGOLA: Rua Arsénio Pompílio Pompeu do Carpo, 46, Município de Rangel, Vila Alice, Luanda, Angola - T: +244 935545893 | EUROPA \ \ Portugal: Centro Empresarial Lionesa G19, Rua da Lionesa, 446, 4465-671 Leça do Balio, Matosinhos, Porto, Portugal - T: +351 229069530 | ÁFRICA \ \ MOÇAMBIQUE, Maputo | Presidente ADM: Paulo Martins paulomartins@pmmmediacorporate.com | Directora: Maria Amélia Pires | Redacção: Carolina Xavier e Sousa (editora), Andreia Barros Ferreira, Estela Ataíde, Filomena Abreu | Revisão: Maria Amélia Pires | Tradução: Algarvemedial | Fotografia de capa: Manuel Teixeira | Produção: Sérgio Martins (coordenação), Laura Martins, Sérgio Teixeira | Produção/Materiais: Sílvia Fernandes | Depart. Financeiro: Elisabete Alves | Periodicidade: Bimestral | Impressão: Orgal, Lda. | Publicação registada no Ministério da Comunicação Social de ANGOLA com o número MCS-605/B/2011 | ISSN N: 1645 - 2798

Villas&Golfe® marca registada. Todos os direitos reservados. Interdita a reprodução, mesmo que parcial, de textos, fotografias ou ilustrações sob quaisquer meios e para quaisquer fins, inclusive comerciais. Os anúncios publicitários e artigos de opinião, os seus conteúdos e o impacto que deles advier são da total responsabilidade dos seus autores.

Publicidade e assinaturas: info@pmmmediacorporate.com



A NOSSA É PARA TODAS AS EMPRESAS

A NOSSA Companhia de Seguros, acredita que todas as empresas precisam de sentir segurança para que possam desenvolver-se e crescer de forma sustentada. Para tal, a NOSSA criou uma vasta oferta de soluções empresariais pensadas exclusivamente para promover o seu bem-estar, e de todos os colaboradores da sua empresa.

A NOSSA, é uma empresa socialmente responsável, que promove activamente a sustentabilidade, a integridade e a conduta ética, princípios orientadores da nossa missão enquanto elemento activo da sociedade Angolana.

Mude para uma companhia melhor, mude para a NOSSA e descubra porque somos a seguradora mais profissional do mercado.



NOSSA
SEGUROS

32

ART & CULTURE
CARNAVAL

Folia e Tradição em Luanda
Revelry and Tradition in Luanda



18

MAJOR INTERVIEW

CORNÉLIO CALEY

A cultura «é o motor...»
Culture «is the driving force...»



60

ART & CULTURE

ANA SILVA

Da Fragilidade à Expressão Artística
From Fragility to Artistic Expression



26

HEALTH & WELLNESS

LUÍS BERNARDINO

«A fundação do hospital pediátrico...»
«Founding the paediatric hospital...»



88

INSPIRING PLACES

INDONÉSIA

Ilhas, Templos e Vulcões
Islands, Temples and Volcanoes



38

ART & CULTURE

JACQUES DOS SANTOS

«A Chá de Caxinde é uma marca...»
«Chá de Caxinde is a brand...»



144

LUXURY & STYLE

BENETTI PANTHERA

Beleza Felina
Feline Beauty

cartier.com

Cartier



**BOUTIQUE
DOS RELÓGIOS PLUS**
LUANDA

Edifício Escom - Rua Marechal Brós Tito, 35/37 Piso 2
Tel.: 933 862 590

Collection TANK ANGLAISE



ROLLS-ROYCE GHOST V-SPECIFICATION

Anunciado recentemente, o *Ghost V-Specification* é uma série limitada dos modelos *Ghost* e *Ghost Extended Wheelbase*, que estará disponível até Junho de 2014.

Torsten Müller-Ötvös, director executivo da Rolls-Royce Motor Cars, explica que esta edição limitada celebra o requintado motor Rolls-Royce V12 6,6 litros, uma das características distintivas do *Ghost*, conferindo-lhe um aumento de potência de 30 cv que lhe permite ir dos 0 aos 97 km/h em apenas 4,7 segundos.

O *Ghost V-Specification* está disponível nas opções de pintura *Graphite*, *Black Sapphire*, *Black Kirsch*, *Arctic White* e *Infinity Black*.

Recently announced, the *Ghost V-Specification* is a limited series of *Ghost* and *Ghost Extended Wheelbase* models, which will be available until June 2014.

Torsten Müller-Ötvös, chief executive of Rolls-Royce Motor Cars, explains that this limited edition celebrates the exquisite 6.6 litre Rolls-Royce V12 engine, one of the *Ghost's* defining characteristics, giving it a power increase of 30 bhp, which allows the car to accelerate from 0 to 60 mph in just 4.7 seconds.

The *Ghost V-Specification* is available in a palette of paint options, including: *Graphite*, *Black Sapphire*, *Black Kirsch*, *Arctic White* and *Black Infinity*.

CARTÃO DE EMBARQUE.



BÓNUS
3.000 MILHAS*
NA CAMPANHA DE
LANÇAMENTO

* Válido pela adesão até 31 de Março de 2014.

Caixa Totta TAP Gold

Apresentamos-lhe o 1º cartão Visa em Angola que lhe dá milhas para viajar.

O Caixa Totta e a TAP Portugal juntaram-se para lhe oferecer o 1º cartão Visa nacional que lhe dá milhas no Programa TAP Victoria. Com o novo Caixa Totta TAP Gold, por cada 1.000 AKZ em compras efectuadas, acumula 5 milhas com o seu cartão. As suas milhas podem ser trocadas por viagens ou upgrades de classe em qualquer companhia da Star Alliance.

Embarque já nesta viagem única. Visite uma agência Caixa Totta.

Um Banco Local. Uma Rede Global.





ANGOLA E MOÇAMBIQUE VÃO FICAR LIGADOS POR COMBOIO

Angola e Moçambique vão ficar ligados por caminho-de-ferro. Quando o projecto estiver concluído, a zona austral de África vai passar a ter uma linha ferroviária a ligar o Oceano Atlântico (Angola) ao Índico (Moçambique).

A construção desta linha-férrea estava dependente da construção de uma linha na Zâmbia, que já foi avançada pelo Governo daquele país, e que se divide em duas fases: uma que se estende desde Chingola até às minas de Kansanshi, Lumwana e Kalumbila (uma via de 290 quilómetros) e outra que vai ligar à linha de Benguela na fronteira da Zâmbia com Angola, perto de Jimbe. O objectivo é abrir um corredor directo até ao Lobito para permitir que a Zâmbia, um país sem saída para o mar, importe produtos como o petróleo directamente de Angola.

Do lado angolano, o comboio chega ao Luau, na fronteira com a República Democrática do Congo, desde Dezembro de 2013, como resultado de um processo de reabilitação e modernização do Caminho-de-Ferro de Benguela.

Angola and Mozambique are to be connected by rail. When the project is completed, the southern part of Africa will have a railway line connecting the Atlantic Ocean (Angola) to the Indian Ocean (Mozambique).

The construction of this railway line was dependent on the construction of a line in Zambia, which has already been advanced by the government of that country, which is divided into two phases: one that stretches from Chingola to the mines Kansanshi, Lumwana and Kalumbila (one track of 290 kilometres) and another that will connect to the Benguela railway line at Angola's border with Zambia, near Jimbe. The aim is to open a direct corridor to Lobito to allow Zambia, a country with no outlet to the sea, to import products such as oil directly from Angola.

On the Angolan side, the train has reached Luau, on the border with the Democratic Republic of Congo, since December 2013, as a result of a process of renovation and modernisation of the Benguela Railway.



XII EDIÇÃO \PRÉMIO ENSA \arte

PINTURA_ ESCULTURA_
17 Abril-18 Maio 2014

SIEXPO_
SALÃO INTERNACIONAL DE EXPOSIÇÕES
MUSEU NACIONAL DE HISTÓRIA NATURAL
RUA NOSSA SENHORA DA MUXIMA, 47
LUANDA\ANGOLA



Ao Encontro das Artes Plásticas



ENSA - SEGUROS DE ANGOLA, S.A.
Av. 4 de Fevereiro 93 - Caixa Postal 5778 - Luanda-Angola
Telm: +244 - 222 671 690 / Call Center: +244 - 222 892 500
Fax: +244 - 222 671 672 / 671 674
geral@ensa.co.ao
www.ensa.co.ao



VILLAS & GOLFE MOÇAMBIQUE

Impulsionada pelo sucesso das edições Europa e Angola, a **Villas & Golfe** chegou finalmente a Moçambique. A primeira edição da **Villas & Golfe Moçambique** foi oficialmente lançada num *cocktail* privado que teve lugar no Polana Serena Hotel, em Maputo, no passado dia 13 de Fevereiro, e que contou com a presença das mais relevantes personalidades do país. Mantendo uma periodicidade bimestral, a edição Moçambique desvenda o melhor de um dos mais apaixonantes países do mundo, a par dos mais exclusivos conteúdos internacionais.

Driven by the success of its Europe and Angola editions, **Villas & Golfe** has finally arrived in Mozambique. The first issue of **Villas & Golfe Moçambique** was officially launched at a private cocktail party held at the Polana Serena Hotel in Maputo last February 13, and was attended by the leading names of the country. Published every two months, the Mozambique edition reveals the very best of one of the most fascinating countries in the world, alongside the most exclusive international content.



FUSÃO ENTRE BANCO PRIVADO ATLÂNTICO E VTB ÁFRICA

O Banco Privado Atlântico e o Banco VTB África anunciaram no final de Fevereiro a decisão de fundar as suas operações em Angola, no âmbito do reforço e consolidação dos seus objectivos para os mercados estratégicos da África Sub-Sahariana.

Mantendo a denominação «ATLANTICO», o banco resultante da fusão continuará a disponibilizar os produtos e serviços anteriormente oferecidos pelas instituições fusionadas, permitindo simultaneamente potenciar a atracção de investimento estrangeiro em Angola e no continente africano.

Banco Privado Atlântico and Banco VTB África announced at the end of February the decision to merge their operations in Angola, with the aim of strengthening and consolidating their goals for the strategic markets of sub-Saharan Africa.

Keeping the name «ATLANTICO», the bank resulting from the merger will continue to offer the products and services previously offered by the merged institutions, while boosting the attraction of foreign investment both in Angola and on the African continent.



ENSA ARTE

A exposição *Agenda Angola*, que inclui obras da Coleção ENSA Arte e marcou presença na 55.ª Bienal de Veneza (em 2013), esteve no Museu Nazionale Preistorico Etnografico «Luigi Pigorini», em Roma, Itália, de 22 de Janeiro a 22 de Fevereiro de 2014. Rosa Cruz e Silva, Ministra da Cultura de Angola, presidiu à abertura da inauguração, que contou com a presença de Florêncio Almeida, embaixador de Angola em Itália, de Augusto Tito Mateus, representante da ENSA, membros da imprensa, críticos de arte, apreciadores, entre outros.

A XII.ª edição do Prémio ENSA Arte, galardão atribuído há 22 anos pela seguradora angolana, realiza-se no dia 17 de Abril de 2014 no Museu Nacional de História Natural, em Luanda. A exposição estará aberta ao público até ao dia 18 de Maio.

The exhibition *Agenda Angola*, which includes works from the ENSA Arte collection and which was present at the 55th Venice Biennale (in 2013), has been on show at the *Museo Nazionale Preistorico Etnografico «Luigi Pigorini»*, in Rome, Italy, between January 22 and February 22, 2014. Rosa Cruz e Silva, Minister for Culture of Angola, presided over the opening of the show, which was attended by Florêncio Almeida, Angolan Ambassador in Italy, by Augusto Tito Mateus, representing ENSA, members of the press, art critics, and art lovers, among others.

The 22nd edition of the *Prémio ENSA Arte*, an award presented for the last 22 years by the Angolan insurance company, takes place on April 17, 2014 at the National Museum of Natural History, in Luanda. The exhibition will be open to the public until May 18.

MULHER ANGOLANA

Símbolo de Luta, Resistência e Sabedoria Symbol of Struggle, Endurance and Wisdom

TEXT: ANDREIA BARROS FERREIRA \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY 1, 2, 5, 7, 8, 9, 10 © MANUEL TEIXEIRA; 3 © PEDRO SOARES, 4 © JOÃO BESSONE; 6 © LEONEL PEDRO; 11, 12, 13 © MIGUEL COSTA

Quando se fala na força da mulher angolana, o primeiro nome a ser pronunciado é o da Rainha Ginga Mbandi, símbolo maior da resistência contra a ocupação colonial portuguesa em Angola. Contudo, os exemplos de mulheres ímpares em Angola não se ficam por aquela figura histórica, mas estendem-se a todos os quadrantes da sociedade, do político ao económico, do público ao privado. Ana Paula Godinho, Paulina Semedo, Arlette Jardim, Albina Assis Africano, Maria Luísa Abrantes, Fátima Jardim, Alexandrina Simeão, Esperança Costa e Nadir Tati são apenas algumas das figuras públicas que têm vencido nas diversas áreas em que actuam. São exemplos vivos da força, resistência e sabedoria angolanas. Sem elas o país não seria o mesmo.

When speaking about the strength of Angolan women, the first name that should be mentioned is that Queen Ginga Mbandi, greatest symbol of resistance against Portuguese colonial rule in Angola. However, the examples of unique women in Angola do not stop with that historical figure, and instead extend to all parts of society, from political or economic arenas, to public and private circles. Ana Paula Godinho, Paulina Semedo, Arlette Jardim, Albina Assis Africano, Maria Luísa Abrantes, Fátima Jardim, Alexandrina Simeão, Esperança Costa and Nadir Tati are just some of the public figures who have succeeded in the various fields in which they operate. They are living examples of Angolan strength, endurance and wisdom. Without them the country would not be the same.



ANA PAULA GODINHO



PAULINA SEMEDO



ARLETTE JARDIM

Mas existem muitas outras, figuras anónimas que diariamente saem de casa com cestos de fruta, peixes ou outros alimentos e objectos à cabeça. Sem queixumes, percorrem cidades, vilas e aldeias para arranjam sustento para a sua família. Na maioria das vezes levam consigo os filhos às costas ou pelo braço. São guerreiras, lutadoras e resistentes, como sempre foram as mulheres angolanas.

É por elas, pelas conhecidas e pelas anónimas, que a 2 de Março se celebra o Dia da Mulher Angolana, numa efeméride que pretende reconhecer e homenagear o seu papel na sociedade de hoje, de antes e de sempre.

But there are many other unsung heroines who leave their homes each day with baskets of fruit, fish or other foods, and objects on their heads. Without complaining, they pass through the cities, towns and villages to ensure the livelihood of their families. Most of the time they take their children with them, on their backs or in their arms. They are warriors, fighters and tough, as Angolan women have always been.

It is for them, whether they are known or anonymous, that March 02 marks the Day of Angolan Women, in a date which aims to recognise and pay tribute to her role in society today, in the past and forever.



ALBINA ASSIS AFRICANO



MARIA LUÍSA ABRANTES



FÁTIMA JARDIM



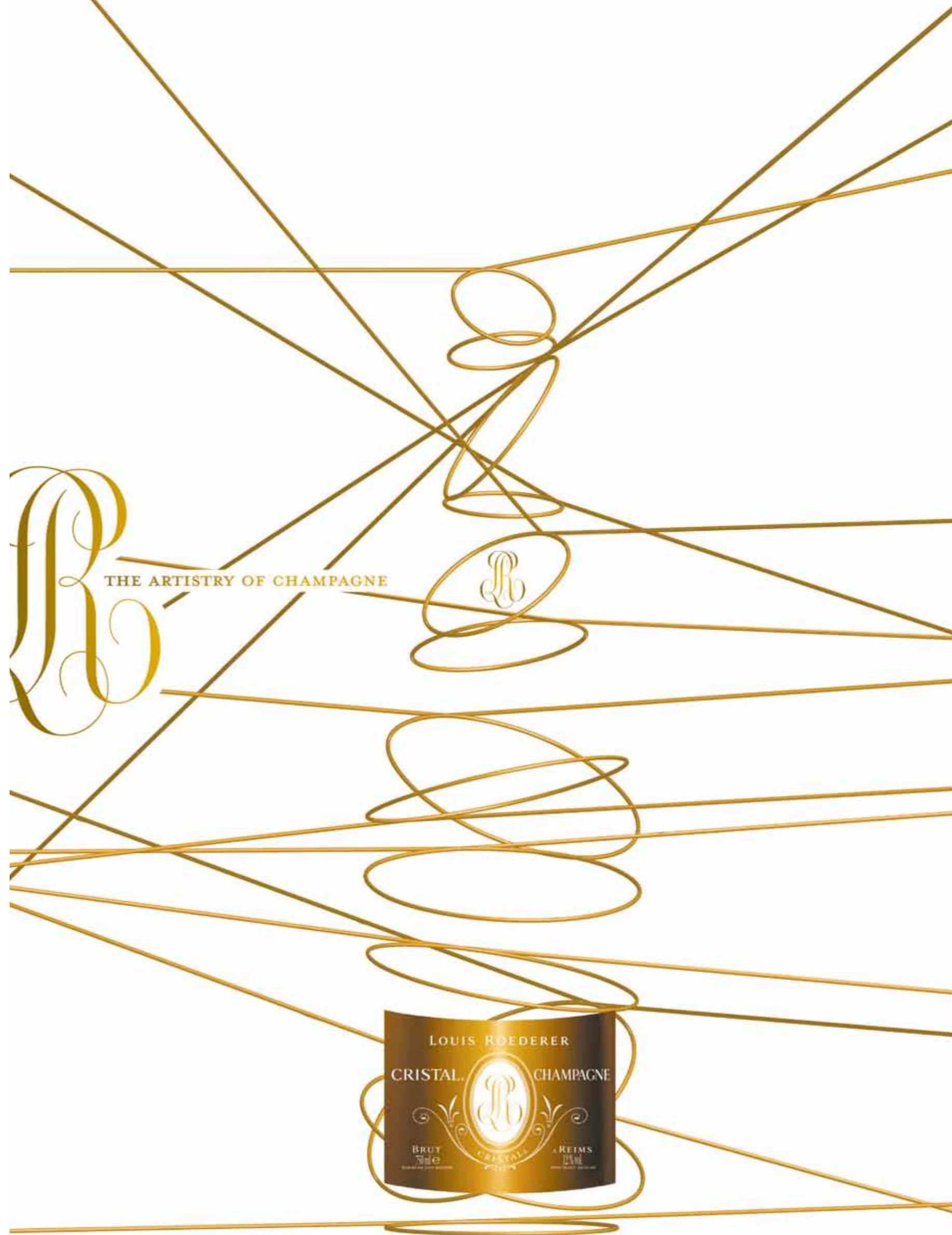
ALEXANDRINA SIMEÃO



ESPERANÇA COSTA



NADIR TATI





GRANDE ENTREVISTA \ \ MAJOR INTERVIEW

CORNÉLIO CALEY

A cultura «é o motor do desenvolvimento do país» \ \ Culture «is the driving force behind the country's development»

Estudioso da cultura angolana, das suas línguas e etnias, autor de artigos científicos, contos e reflexões, o actual Secretário de Estado da Cultura dedica-se, desde sempre, à identidade angolana nas suas mais diversas vertentes. Defensor da preservação activa da cultura nacional, Cornélio Caley acredita que cada angolano deve fazer parte do trabalho conjunto para conferir à cultura do país a dignidade merecida. Confiante de ter chegado «o momento de a cultura angolana conviver com as outras culturas do mundo», o Secretário de Estado apela a cada cidadão para que a estude, a compreenda e a preserve, por ser ela o barro que «molda a identidade nacional»

Scholar of Angolan culture, its languages and ethnicities, author of scientific articles, stories and reflections, the current Secretary of State for Culture has always been dedicated to the Angolan identity and its many facets. Supporter of the active preservation of national culture, Cornélio Caley believes every Angolan should share in working together to give the culture of the country the dignity it deserves. Confident that «the moment for Angolan culture to mingle with other cultures of the world» has arrived, the Secretary of State appeals to every citizen to study it, to understand it and to preserve it, because it is the clay that «shapes the national identity».

TEXTO TEXT ESTELA ATAÍDE \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY JOSÉ ROLLO

Comemorou-se a 21 de Fevereiro o Dia Internacional da Língua Materna. Qual é o papel das línguas nacionais na preservação da cultura angolana?

É enorme. No desenvolvimento da cultura, no fazer a cultura angolana e na acção do angolano em sociedade. A língua materna é o repertório de tudo quanto cada um é, o que faz e o que de melhor poderá fazer. Consideramos que a língua materna em Angola coloca o cidadão em pé de igualdade com falantes de outras línguas. Por isso, une em vez de desunir, como alguns pensam. Dada a sua importância na cultura, o Executivo Angolano está empenhado em introduzir as línguas maternas nas escolas, pois a língua materna facilita a aprendizagem de outras línguas. É um meio privilegiado para o desenvolvimento do país. Veja, por exemplo, o papel que a língua materna tem desempenhado no desenvolvimento da música angolana.

O que tem sido feito para fomentar as línguas nacionais?

Temos um Instituto das Línguas Nacionais (ILN) que tem como missão principal pesquisar as diversas línguas existentes no país, esboçar políticas para o seu desenvolvimento, estabelecer parcerias com outras instituições congéneres de outros países, para troca de experiências. Como sabe, o nosso país é vasto, com diversas línguas. Há que marchar por fases. Tivemos um conflito armado que dificultou avanços nesta área. Porém, desde o alcance da paz, temos praticamente estudadas sete línguas e está em marcha a sua harmonização ortográfica.

Como se encontra o projecto de padronização e uniformização do alfabeto das línguas nacionais?

Foram já elaborados os alfabetos das seguintes línguas nacionais: Kikongo, Kimbundu, Cokwe, Umbundu, Mbunda, Tchikwayama. E, em parceria com o Centro de Estudos Avançados de Sociedades Africanas (CASAS), da África do Sul, temos vindo a trabalhar na harmonização ortográfica das línguas nacionais. Estamos a terminar a harmonização das línguas bantu e concluiremos com a harmonização das línguas Khoisans.

Angola não adoptou o Acordo Ortográfico. Acredita que a cultura linguística do país pode sair prejudicada com este acordo?

Entendo que Angola não ratificou, ainda, o Acordo Ortográfico porque o mesmo deverá conter algumas contribuições provenientes das diversas línguas nacionais do nosso país, fruto da convivência secular com a língua portuguesa.

February 21 marked the celebration of International Mother Tongue Day. What is the role of national languages in the preservation of national culture?

It is huge; in the development of culture, in making Angolan culture and in the action of the Angolan in society. The mother tongue is the repertoire of everything someone is, what they do and of the best that might be done. We believe that the mother tongue in Angola places citizens on an equal footing with speakers of other languages. And so it unites rather than dividing, as some think. Given its importance in culture, the Angolan government is committed to introducing the mother tongues in schools, because native languages facilitate the learning of other languages. It is a privileged mean for the country's development. Take, for example, the role that the mother tongue has played in the development of Angolan music.

What has been done to promote the nation's languages?

We have an Institute of National Languages (ILN), the main mission of which is researching the various languages that exist in the country, outlining policies for their development, establishing partnerships with other similar institutions in other countries, to exchange experiences. As you know, our country is vast, with many languages. We have to do things in stages. We had an armed conflict that hindered progress in this area. However, since the achievement of peace, we have practically studied seven languages and their orthographic harmonisation is now underway.

At what stage is the project for the standardisation of the alphabet of the nation's languages?

The alphabets for the following national languages have already been prepared: Kikongo, Kimbundu, Cokwe, Umbundu, Mbunda, and Tchikwayama. And, in partnership with the Centre for Advanced Studies of African Society (CASAS), in South Africa, we have been working on the orthographic harmonisation of national languages. We are finishing the harmonisation of Bantu languages and will conclude the harmonisation of Khoisan languages.

Angola has not adopted the Portuguese Language Orthographic Agreement. Do you believe that the linguistic culture of the country may end up harmed by this agreement?

I understand that Angola has not yet ratified the Orthographic Agreement because this should contain some contributions from the various national languages of

A língua materna «é um meio privilegiado para o desenvolvimento do país»
\\ The mother tongue «is a privileged mean for the country's development»



Foi adido cultural da Embaixada de Angola nos Estados Unidos da América. Que percepção existe no estrangeiro da cultura angolana?

Fui adido cultural por pouco tempo, nove meses. Não tive tempo de captar o que existe de Angola nos Estados Unidos da América, mas deu para entender que os americanos, sobretudo os académicos negros, estão empenhados em encontrar as suas raízes no continente africano e Angola é um dos lugares de pesquisa privilegiados. A minha estadia coincidiu, também, com a descoberta de sítios onde os escravos angolanos foram os principais fundadores. Este projecto de estudo destes lugares, que envolve académicos angolanos e americanos, continua, prometendo resultados bastante animadores nos próximos tempos. Como resultado de tudo isto, a cultura angolana nos Estados Unidos da América já não é estranha.

Quais são os grandes projectos culturais para o país?

Depois de aprovada pelo Conselho de Ministros, a Política Cultural de Angola, instrumento importante para acção, o sector tem em carteira e em implementação vários projectos que vão desde a pesquisa, preservação, conservação do Património Cultural (material e imaterial) de todo o país, pesquisa, padronização e harmonização das Línguas Nacionais, ao estudo e compreensão do Fenómeno Religioso em Angola e à difusão das actividades culturais em todo o país. Para o efeito, temos em vista a criação de centros culturais pelos Governos Provinciais, sob

our country, resulting from the age-old coexistence with the Portuguese language.

You were the cultural attaché of the Embassy of Angola in the United States. What is the perception abroad of Angolan culture?

I was cultural attaché for a short time, nine months. I did not have the time to grasp what exists of Angola in the United States of America, but you get the idea that Americans, especially black academics, are committed to finding their roots in Africa, and Angola is one of the favoured places for research. My time there also coincided with the discovery of sites where Angolan slaves were the principal founders. This study project of these places, involving Angolan and American scholars, continues, and promises very exciting results in the near future. As a result of all this, Angolan culture in the United States is no longer unheard of.

What are the major cultural projects for the country?

Once Angola's Cultural Policy was approved by the Council of Minister, this important instrument for action, the sector has several projects in the pipeline and underway, ranging from the research into, preservation of, and conservation of cultural heritage (tangible and intangible) across the country, or research into and the standardisation and harmonisation of National Languages, to the study and understanding of the Religious Phenomenon

orientação metodológica do Ministério da Cultura. No estrangeiro, trabalhamos com as nossas embaixadas espalhadas pelo mundo para internacionalizarmos a cultura angolana, pois pretendemos que sejamos conhecidos por outros povos, depois de um período bastante longo de conflito armado que se seguiu à independência. Chegou o momento de a cultura angolana conviver com as outras culturas do mundo.

Ver os projectos candidatos a Património Mundial da UNESCO (Mbanza Congo, Tchitundo-Hulu e Corredor do Kwanza) aceites é importante para o reconhecimento internacional do património cultural de Angola?

Será para Angola um momento importante, visto que por motivos já indicados não temos nenhum bem inscrito no património mundial. A intenção é de inscrever os três que citou, mas, a intenção maior é de priorizar a inscrição de Mbanza Kongo nos próximos dois anos. Os trabalhos vão bastante avançados e os técnicos estão bastante animados. Pensamos que os países amigos poderão

in Angola and promotion of cultural activities across the country. To this end, we aim to create cultural centres by provincial governments, under the methodological guidance of the Ministry of Culture. Abroad, we work with our embassies all around the world to internationalise Angolan culture, because we want other people to know about us, after a fairly long period of armed conflict that followed independence. The moment for Angolan culture to mingle with other cultures of the world has arrived.

Is seeing the UNESCO World Heritage Site application projects (Mbanza Congo, Tchitundo-Hulu and the Kwanza Corridor) accepted important for the international recognition of Angola's cultural heritage?

It will be an important moment for Angola, since, for reasons already mentioned, we have no property inscribed as a world heritage site. The intention is to enter the three that you quoted, but, the greatest intention is to prioritise the inclusion of Mbanza Kongo within the next two years. The work for this is quite advanced and the technicians are

«Levaremos a cultura angolana aos patamares que ela merece» \\ «We will lift Angolan culture to the heights it deserves»

compreender a nossa ansiedade e deverão, por isso mesmo, associar-se a nós no momento de inscrição. Contamos com ajuda de todos.

Foi aprovado em Fevereiro o regulamento para a Lei do Mecenato. Qual a importância desta aprovação para os artistas angolanos e a cultura nacional no geral?

Nesta fase e futura, regulamentada que foi a Lei do Mecenato, será possível envolver a sociedade angolana para acções da cultura. Sabe que o Estado não pode fazer tudo. Precisa de parceiros. Angola está em crescimento económico e os empresários poderão, desta forma, envolver-se com a cultura, através dos instrumentos jurídicos ora regulamentados. Poderemos avançar em conjunto, colocar as actividades da cultura em acção, de modo a chegarem a todos os cantos do país. Enfim, levaremos a cultura angolana aos patamares que ela merece e com ela levaremos o país ao desenvolvimento.

Angola assinou recentemente acordos de cooperação com a Rússia, nomeadamente no domínio da cultura. Que efeitos se esperam desta colaboração?

Esperamos os mesmos efeitos que temos tido com os países com os quais temos assinados acordos similares. Não vemos diferença com a Rússia. Entendemos que cada país do mundo tem algo a oferecer ao outro país. Nem a distância, nem a língua ou hábitos e costumes constituem impedimento na cultura. Aliás, como sabe, a Rússia é nosso parceiro histórico, muitos quadros foram e têm sido formados na Rússia. É, portanto, lógico que haja um Acordo da Cultura entre os dois países.

As infra-estruturas culturais em Angola ainda são insuficientes. O que está a ser feito para colmatar esse vazio?

O país está em reconstrução numa rapidez ímpar. As infra-estruturas da cultura estão incluídas nos programas de reconstrução do país. Não vemos nisto um impedimento da acção da cultura. Sentimos sim um incentivo para avançar para o futuro, pois temos consciência do pouco que fora construído durante o sistema colonial e temos consciência de que esse pouco ficou praticamente destruído durante o conflito armado. Vamos avançar na reconstrução das infra-estruturas e a cultura vai encontrar o seu digno lugar.

Já disse que o Turismo e a Cultura são áreas que se complementam. Quais são as vantagens desta ligação?

São muitas e têm sido permanentemente analisadas nos fóruns dos dois sectores. Angola, em termos turísticos,

very excited. We believe that our nation friends will understand our anxiety and should, therefore, join us at the time of inscription. We hope to have help from everyone.

The regulation for the Law of Patronage was approved in February. How important is this approval for Angolan artists and national culture in general?

At this stage and in the future, now the Patronage Law has been regulated, it will be possible to involve Angolan society in cultural actions. Of course the State cannot do everything. We need partners. Angola is going through economic growth and businesspeople could thus become engaged in culture, through the legal instruments regulated herein. We can move forward together, putting cultural activities in action, so as to reach all corners of the country. Finally, we will lift Angolan culture to the heights it deserves and with it we will take the country towards development.

Angola recently signed cooperation agreements with Russia, particularly in the field of culture. What effects are expected from this collaboration?

We expect the same effects that we have had with the countries with which we have signed similar agreements. We see no difference with Russia. We understand that every country in the world has something to offer to another country. Neither distance nor the language or customs and habits constitute any impediment in culture. Incidentally, as you know, Russia is an historic partner of ours; many senior professionals have been trained in Russia. It is therefore logical that there is a Cultural Agreement between the two countries.

Cultural facilities in Angola are still insufficient. What is being done to fill this gap?

The country is being rebuilt at unmatched speeds. Cultural facilities are included in the country's reconstruction programmes. We do not see this as an impediment to cultural action. We feel rather an incentive to move forward towards the future, because we are aware of how little had been built during the colonial system and we are aware that what little there was, was practically destroyed during the armed conflict. We are going to move forward in rebuilding of facilities and culture will be given its worthy place.

You have said that Tourism and Culture are areas that complement each other. What are the advantages of this connection?



tem sítios e monumentos culturais ainda por descobrir. Há razões históricas para esta afirmação. Estamos a atravessar, hoje, momentos áureos da nossa história. Para os angolanos nunca houve momentos iguais. Há locais que não conhecíamos nem mesmo pela geografia, pois o colonial interessou-se apenas pelo que lhe servia. Agora, temos oportunidade para tocar tudo o que é do interesse do nosso povo.

Dedicou a sua tese de mestrado à «Problemática do Petróleo em Angola», lançou um livro sobre petróleo e passou pela Sonangol. Como acontece esta ligação de um homem da cultura com o petróleo?

Por definição do conceito cultura, nada nos é estranho, pois onde há homens, há cultura. Encontrei na Sonangol áreas de cultura onde trabalhei e, até hoje, sou ainda Secretário Executivo do Grande Prémio Sonangol de Literatura, de que fui membro fundador. Convém, contudo, referir que jogou um papel importante para entrar na Sonangol o meu amigo Sr. Jaime Freitas que, na altura, desempenhava as funções de Director Geral Adjunto para Administração e Finanças. Sobre a tese de mestrado, tratou-se de uma matéria ousada no momento (1996). Tive um professor de nobre espírito de missão, o falecido Prof. Dr. Mário Murteira, que me introduziu na matéria que podemos designar por Sociologia do Desenvolvimento. Tentei questionar o papel do petróleo no desenvolvimento de um país em vias de desenvolvimento como Angola.

Qual é o papel das novas gerações na preservação da cultura?

Estudá-la. Compreendê-la. Preservá-la. Ela é o motor do desenvolvimento do país, porque é ela que molda a identidade nacional que, em última análise, dá lugar à Nação Angolana. Ter em conta que ela não surgiu ontem. Ela vem de um passado remoto ou da ancestralidade. Foi o motor de resistência contra o sistema colonial, de luta de libertação nacional e, hoje, de reconstrução nacional. A catana ou a arma serviram, apenas, como instrumentos para acção. O motor da acção foi, e será sempre, a cultura, como escreveu Amílcar Cabral.

Preservar e fomentar a cultura nacional é um dever de cada cidadão?

É, para sermos verdadeiros cidadãos.

There are many and they have been continuously analysed in both sectors. Angola, in terms of tourism, has cultural sites and monuments yet to be discovered. There are historical reasons for this assertion. Today we are going through golden moments in our history. For Angolans there have never been moments equal to these. There are places we did not know about, even for their geography, because the colonial was interested only in what served him. Now we have the opportunity to embrace whatever is in the interest of our people.

You dedicated your master's thesis to «Problems of Oil in Angola», you published a book on oil and you have worked for Sonangol. Where does this connection with oil come about in a man of culture?

By definition, anything can be included in the concept of culture, because where there are men, there is culture. I found areas of culture in Sonangol where I worked, and to this day, I am still the Executive Secretary of the Sonangol Literature Grand Prix, of which I was a founding member. It should however be noted that my friend Jaime Freitas played an important role in my entering Sonangol, who at the time held the post of Deputy Managing Director for Administration and Finance. As for my master's thesis, this was a daring subject at the time (1996). I had a teacher with a noble spirit of mission, the late Prof. Dr. Mário Murteira, who introduced me to the field that you might call Sociology of Development. I tried to question the role of oil in the development of a developing country like Angola.

What is the role of new generations in the preservation of culture?

To study it. To understand it. To preserve it. It is the driving force behind the development of the country, because this is what shapes the national identity, which, ultimately gives rise to the Angolan nation. Taking into account that it did not come about only yesterday. It comes from a remote past or ancestry. It was the engine of resistance against the colonial system, of the struggle for national liberation, and today, of the nation's reconstruction. The machete or gun served only as instruments for action. The driving force of the action was, and always will be, culture, as Amílcar Cabral once wrote.

Is preserving and promoting the nation's culture a duty of every citizen?

It is, if we want to be true citizens.

«Onde há homens, há cultura» \\ \\
«Where there are men, there
is culture»

As for my master's thesis, this was a daring subject at the time (1996). I had a teacher

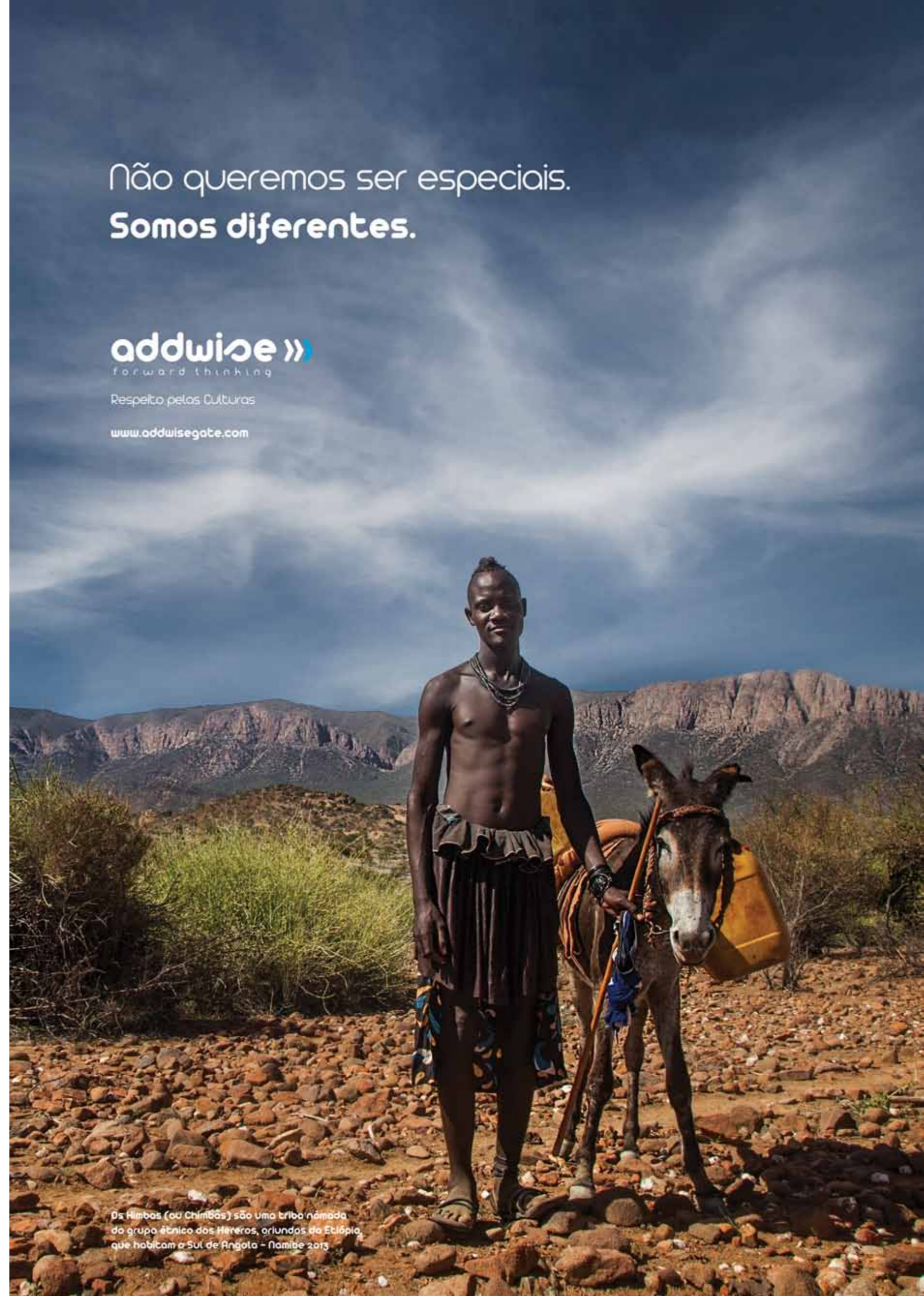
with a noble spirit of mission, the late Prof. Dr. Mário Murteira, who introduced me to the field that you might call Sociology of Development. I tried to question the role of oil in the development of a developing country like Angola.

Não queremos ser especiais.
Somos diferentes.

addwise »
forward thinking

Respeito pelas Culturas

www.addwisegate.com



Os Hamar (ou Chimbós) são uma tribo nómada do grupo étnico dos Hereros, oriundos da Etiópia, que habitam o Sul de Angola - Namibe 2013



HEALTH & WELLNESS

LUÍS BERNARDINO

«A fundação do hospital pediátrico foi o cometimento de que mais me orgulho» //
«Founding the paediatric hospital was my proudest undertaking»

Irmão do reconhecido clínico David Bernardino, Luís Bernardino, co-fundador do Hospital Pediátrico David Bernardino, em Luanda, trabalha diariamente para diminuir a mortalidade infantil em Angola. Tal como o seu irmão defendia, Luís Bernardino acredita que a aposta na saúde deverá ser mais descentralizada, em cuidados primários de saúde, criação de postos de saúde e na medicina preventiva. O combate à anemia falciforme é outra das suas grandes batalhas.

Brother of respected clinician David Bernardino, Luís Bernardino, cofounder of the David Bernardino Paediatric Hospital, in Luanda, works daily to reduce child mortality in Angola. Just as his brother believed, Luís Bernardino believes that investment in health should be more decentralised, in primary health care, in health post creation, and in preventive medicine. The fight against sickle cell anaemia is another of his great battles.

TEXTO TEXT ANDREIA BARROS FERREIRA \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY MANUEL TEIXEIRA

A diminuição da mortalidade infantil é um dos principais objectivos do Hospital Pediátrico David Bernardino, bem como do Executivo Angolano. Os números têm melhorado, mas continuam preocupantes. Porquê?

Em Angola, 100 crianças nascidas não atingem os 12 meses, e 150 não chegam aos cinco anos, o que pode atribuir-se à pobreza de uma grande parte da população e à política da saúde, que tem passado sobretudo pelo investimento a nível central (grandes hospitais, faculdades de medicina), em lugar de priorizar um investimento mais barato, mas muito mais eficaz a curto prazo, nos cuidados primários de saúde, postos de saúde, medicina preventiva.

O Hospital Pediátrico de Luanda, sendo uma estrutura terciária, tem uma contribuição limitada e indirecta na baixa da mortalidade infantil, tratando as doenças mais graves, formando quadros médios e superiores e fazendo estudos epidemiológicos e laboratoriais que possam fundamentar decisões clínicas e políticas de saúde. Por exemplo, foram os estudos microbiológicos feitos no hospital com a ajuda do Instituto Ricardo Jorge, em Lisboa, que permitiram evidenciar o *Hemophilus influenzae* como o principal agente de meningite nas crianças angolanas, dando respaldo à decisão de incluir a vacina Hib no Programa de Vacinação Angola (PAV) há 5 anos. Isto teve efeitos visíveis: os internamentos por meningite desceram de cerca

Reducing infant mortality is one of the main objectives of the David Bernardino Paediatric Hospital and the Angolan government. The numbers have improved, but are still cause for concern. Why?

In Angola, 100 children do not reach the age of 12 months, and 150 do not reach the age of five, which can be attributed to the poverty of a large proportion of the population and to health policy, which has mainly involved investment at central level (large hospital, medical schools), instead of prioritising a less expensive investment, but much more effective in the short term, in primary health care, health posts, preventive medicine.

The Paediatric Hospital of Luanda, as a tertiary structure, has a limited and indirect contribution to lowering infant mortality, by treating more serious illnesses, training middle and senior management, and undertaking epidemiological and laboratory research that can support clinical decisions and health policies. For example, the microbiological research done in the hospital with the help of the Ricardo Jorge Institute, in Lisbon, which allowed us to prove *Hemophilus influenzae* to be as the main agent of meningitis in Angolan children, supporting to the decision to include the Hib vaccine in the Angola Vaccination Programme (PAV) five years ago. This has had visible effects: hospitalisations for meningitis have fallen from





de mil por ano para menos de 300. O segundo agente, agora primeiro de Meningite – o Pneumococo está desde 1 de Junho do ano passado a ser combatido com a inclusão da respectiva vacina no PAV.

O fim da guerra, a construção de estradas e o aumento da produção agrícola têm contribuído, nos últimos 12 anos, para diminuir a pobreza. O reforço do PAV é imprescindível para a diminuição das doenças infecto-contagiosas, mas só uma maior implantação de postos e centros de saúde assegurará a base material para o cumprimento do calendário de vacinação. O hospital tem procurado contribuir para uma política de sectorização e hierarquização

about a thousand a year to less than 300. The second agent, now the main agent of Meningitis, Pneumococcus, is being fought since June 1st, with the inclusion of the respective vaccine in the PAV.

The end of the war, the construction of roads, and the increase in agricultural production have contributed, in the past 12 years, to reducing poverty. Boosting the VAP is essential for the reduction of infectious diseases, but only the more widespread creation of health posts and health centres will ensure the material foundation to meet the vaccination schedule. The hospital has sought to contribute to a policy of sectoring and prioritisation of health care

dos cuidados de saúde na província de Luanda e tem feito, embora irregularmente, acções de formação em hospitais provinciais, nomeadamente em Cabinda, Huíla, Benguela e Malange.

in the province of Luanda and has held training initiatives, though irregularly, in provincial hospitals, particularly in Cabinda, Huíla, Benguela and Malanje.

O combate à anemia falciforme é uma das vossas principais batalhas. Que doença é esta, quais os níveis de incidência em Angola e como se pode prevenir?

Em praticamente todo o território angolano, 20% da população tem um gene para a anemia de células falciformes (não manifesta a doença, por ter outro gene normal, que domina o gene doente). Se esse portador tiver filhos com outro portador, a probabilidade de haver filhos com os dois genes da doença (e portanto com a doença) é de 25%. Um cálculo tendo em vista a fertilidade actual em Angola aponta para o nascimento de dez mil crianças por ano com a doença. Só o nosso hospital em Luanda capta anualmente cerca de 1500 novos doentes por ano. E nós temos desde 1977 uma grande clínica dedicada a esta doença que funciona diariamente. A doença é incapacitante, causa um grande sofrimento às crianças, e calcula-se que em África mais de metade não atinja a adolescência.

The fight against sickle cell anaemia is one of your major battles. What is this disease, how common is it in Angola and how can it be prevented?

In virtually the whole of Angola, 20% of the population has the sickle cell anaemia gene (the disease doesn't appear, as there is another normal gene, which dominates the disease gene). If someone with this gene has children with another carrier, the probability of children with two disease genes (and hence the disease) is 25%. Calculations taking into account current fertility rates in Angola point to the birth of ten thousand children each year with the disease. Our hospital in Luanda alone annually treats about 1500 new patients per year. And since 1977 we have had a major clinic dedicated to this disease which operates daily. The disease is debilitating, causes great suffering to children and it is estimated that in Africa more than half do not reach adolescence.

A prevenção da doença pode fazer-se evitando o casamento de portadores, pela educação da juventude, encorajando-os a conhecer a sua condição a este respeito, de forma que possam, em devido tempo, tomar as decisões

Disease prevention can be achieved by ensuring carriers do not marry, through educating the youth, encouraging them to recognise their condition in this respect, so that they can, in due course, take the appropriate decisions. It can also be done with a prenatal diagnosis when





apropriadas. Pode fazer-se também com um diagnóstico pré-natal quando ambos os membros do casal são portadores, e fazendo a terminação precoce da gravidez nos embriões SS.

Recentemente, o hospital tem albergado uma equipa da Baylor University de Houston, que executa, com financiamento da Chevron, um programa de diagnóstico neonatal nas maternidades, de forma a que os doentes possam beneficiar de assistência desde o primeiro dia de vida. Estes programas, aplicados na Jamaica e nos Estados Unidos, têm permitido aumentar a longevidade dos doentes, e aproximá-la da das crianças sãs.

Entregámos, em Maio de 2013, um plano de controlo nacional da doença, prevendo a instalação de um centro especializado (clínica e laboratório) em cada província angolana ou por cada milhão de habitantes. Era um projecto para três anos, de três milhões de dólares, mas não tenho conhecimento se foi incluído no orçamento de 2014.

Qual tem sido o seu percurso enquanto pediatra?

Comecei a gostar de pediatria quando, recém-formado, trabalhei num Centro de Saúde em Argel, com uma clientela sobretudo de mulheres e mães que só dominam a língua árabe local, pelo que eu fazia as consultas com um intérprete para francês. A pediatria baseia-se mais em sinais do que em sintomas. Para além disso, as crianças, com a sua frontalidade, mas ao mesmo tempo, ingenuidade e fragilidade, suscitam os nossos sentimentos de empatia e protecção. Portanto, não foi só uma escolha de circunstância, foi também de coração. Por isso, treinei-me como pediatra no Reino Unido e em 1974 voltei a Angola para fazer assistência e docência em pediatria. Fui durante alguns anos Chefe do Departamento de Pediatria da Faculdade de Medicina da Universidade Agostinho Neto e Director do Hospital Pediátrico desde a sua fundação, em 1998, até Dezembro de 2012. A fundação do hospital, juntamente com a actual Directora, Dra. Vitória Espírito Santo, foi o cometimento de que mais me orgulho.

both members of a couple are carriers, and terminating the pregnancy in sickle cell embryos.

Recently, the hospital welcomed a team from Baylor University in Houston, which carries out, with funding from Chevron, a neonatal screening programme in maternity hospitals, so that patients can benefit from assistance from the first day of life. These programmes, implemented in Jamaica and the United States, have ensured an increase in the lifespan of sufferers, bringing it closer to that of healthy children.

In May 2013 we submitted a national control plan for the disease, including the installation of a specialised centre (clinic and laboratory) in every province in Angola, or per million inhabitants. It was a project for three years, costing three million dollars, but I am not aware if it has been included in the 2014 budget.

What has your career involved as a paediatrician?

I started to like paediatrics when, recently graduated, I worked at a health centre in Algiers, with a clientele of mostly women and mothers, who only spoke the local Arabic language, so I performed consultations with a French interpreter. Paediatrics is based more on signs than symptoms. In addition to this, children with their directness, and at the same time, naivety and fragility, arouse feelings of empathy and protection in you. Therefore, it was not only a choice of circumstance, but also one of the heart. So, I trained as a paediatrician in the UK and in 1974 I returned to Angola to work and teach in paediatrics. For some years I was Head of the Department of Paediatrics in the School of Medicine of Agostinho Neto University and Director of the Paediatric Hospital since its foundation in 1998, until December 2012. Founding the hospital, along with the current Director, Dr. Vitória Espírito Santo, was my proudest undertaking.



MEDICINA DENTÁRIA

VERDADEIRA NUTRIÇÃO

DERMOESTÉTICA

REABILITAÇÃO ORAL COMPLEXA

OSTEOPATIA

EMAGRECIMENTO NÃO INVASIVO

PSICOLOGIA CLÍNICA

WHITE CLINIC™

Abrimos o primeiro SPA Dentário® em 1999, crescemos e criamos o conceito "Life Design". Através do **método e filosofia únicos e exclusivos da WHITE™ CLINIC, criamos soluções feitas à medida de cada pessoa**, nestas áreas da medicina de bem-estar. Dr. Miguel Stanley, sua equipa e laboratório de longa data, combinam esforços e experiência clínica há mais de uma década para diagnosticar e tratar os casos mais complexos da forma mais rápida, previsível e segura. Os nossos clientes viajam dos 4 cantos do mundo porque procuram a excelência, descrição e rapidez dos nossos serviços médicos reconhecidos por colegas e equipas em todo o mundo.

O Dr. Miguel Stanley foi o primeiro português a integrar a prestigiada Dental XP e as suas palestras e cursos há muitos anos que contribuem para a formação de milhares de médicos dentistas em mais de 20 países.

É também responsável por criar o conceito de **invisible DENTISTRY™** e **Engineered NutritionSM** nos EUA e Escandinávia.

O Dr. Miguel Stanley é médico dentista convidado na célebre série da CBS, "The Doctors" **Doctors** gravada nos E.U.A., DR. WHITE - 🌐, Dr. Preciso de Ajuda - 📺, e criador da linha dentária **sapo.pt**



Os preparativos para a maior festa popular do país tinham começado há meses e culminaram no fecho ao trânsito da nova marginal de Luanda, local escolhido para o evento, e onde foram instaladas tribunas com capacidade para mais de cinco mil pessoas. Na oficial haveria de sentar-se o Presidente da República de Angola, José Eduardo dos Santos, e a Primeira-Dama, Ana Paula dos Santos, que

Preparations for the largest popular festival in the country had started months ago and culminated in closing to traffic the new Luanda waterfront road, the venue chosen for the event, and where stands with room for more than five thousand people were set up. The official stand welcomed the President of Angola, José Eduardo dos Santos, and the First Lady, Ana Paula dos Santos, who watched the

ART & CULTURE

CARNAVAL

Folia e Tradição em Luanda Revelry and Tradition in Luanda

O União Sagrada Esperança foi o grupo vencedor da Classe A da edição 2014 do Carnaval de Luanda. Com um desfile cheio de cor e muita alegria, o União Sagrada Esperança foi um dos 12 grupos a desfilar na nova marginal de Luanda, dentro da sua categoria. Oito deles contaram com o olhar atento do Presidente da República de Angola, José Eduardo dos Santos, que se fez acompanhar pela Primeira-Dama, Ana Paula dos Santos.

The União Sagrada Esperança was the winning group of the A Class of the 2014 edition of the Carnival of Luanda. With a parade packed with colour and plenty of good cheer, the União Sagrada Esperança was one of the 12 groups parading along Luanda's new waterfront, within their category. Eight of them enjoyed the watchful eye of the President of Angola, José Eduardo dos Santos, who was accompanied by the First Lady, Ana Paula dos Santos.

TEXTO TEXT ANDREIA BARROS FERREIRA \\\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY MIDAN STUDIO





assistiram ao desfile de oito grupos da Classe A no desfile central do Carnaval de Luanda.

A folia carnavalesca começou no sábado, dia 1 de Março, com o desfile infantil, e prolongou-se até terça-feira seguinte, dia em que desfilaram os grupos da Classe A, 12 no total. A assistir estavam mais de 40 mil foliões, que acompanharam de perto a prestação dos artistas. O União Sagrada Esperança, do distrito urbano de Rangel, levou o troféu de melhor grupo 2014 para casa. Em segundo lugar ficou o União Njinga, que tinha vencido a edição 2013, e o terceiro lugar foi atribuído aos Jovens da Cacimba. Para fechar com chave de ouro houve música e

Com já 36 anos de existência, o Carnaval continua a ser a maior festa popular angolana. \ \ With 36 years of existence, the carnival remains the largest popular festival in Angola.

parade of eight A Class groups in the central parade of the Carnival of Luanda.

The carnival revelry began on Saturday, March 01, with the children's parade, and lasted until the following Tuesday, the day on which the Class A groups paraded, 12 in total. Watching them, more than 40,000 revellers, who closely followed the performance of the parading artists. The União Sagrada Esperança, from the urban district of Rangel, took home the award for the best group, 2014. In second place was the União Njinga, which had won at the 2013 edition, while third place was awarded to the Jovens da Cacimba. To close the event in style there was



fogo-de-artifício, que já tinha sido disparado na abertura dos desfiles.

Com já 36 anos de existência, o Carnaval continua a ser a maior festa popular angolana, vivendo actualmente o seu expoente máximo. Numa época em que os carnavais de todo o mundo são cada vez mais aculturados, o Carnaval de Luanda continua a preservar a tradição, os trajes e as danças típicas, numa tentativa de manter viva a cultura de Angola, não esquecendo de reflectir sobre a actualidade.

music and fireworks, which had already been let off at the opening of the parades.

With 36 years of existence, the carnival remains the largest popular festival in Angola, and is currently enjoying its peak. At a time in which carnivals around the world are increasingly influenced by other cultures, the Carnival of Luanda continues to preserve the tradition, the costumes and typical dances in an attempt to keep alive the culture of Angola, while not forgetting to reflect on today's world.

JACQUES DOS SANTOS

«A Chá de Caxinde é uma marca que se espalhou por Angola e pelo estrangeiro» \\
«Chá de Caxinde is a brand that has spread throughout Angola and abroad»

Ao comemorar 25 anos de existência, a associação cultural angolana Chá de Caxinde faz, na voz do seu fundador e presidente, Jacques dos Santos, um balanço positivo. Desde a sua criação que o grande objectivo da associação se baseia na preservação e exaltação dos valores culturais angolanos. Algo que Jacques dos Santos assegura ter sido alcançado até ao momento, e pelo qual se continuará a lutar. Nesta entrevista ficamos a conhecer não só o processo que conduziu à criação da emblemática associação, como também o percurso de vida do seu mentor.

As Angolan cultural association *Chá de Caxinde* celebrates 25 years of existence, its founder and president, Jacques dos Santos, makes a favourable assessment. The main objective of the association, ever since its creation, has been based on the preservation and promotion of Angolan cultural values. Something that Jacques dos Santos assures us has been achieved thus far, and for which it will continue to fight. In this interview we get to know not only the process that led to the creation of the iconic association, but also the life path of its mentor.

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY MANUEL TEIXEIRA



Pertence a uma grande família.

Considero os valores morais e cívicos as coisas mais importantes da vida. Somos conhecidos, eu e os meus irmãos, por defendermos aquilo que é justo e que é correcto, e por isso nos metemos em organizações como esta, que é a Chá de Caxinde, que eu presido há 25 anos. Portanto se isto vale alguma coisa somos de facto uma grande família. Uma família importante, digamo-nos assim.

E teve a sorte de ter uma vida preenchida.

70 anos de vida bem vividos. Seis filhos, seis netos, já três bisnetos. Mas sobretudo uma experiência feita de um passado em que tudo iniciou muito cedo. Eu comecei a trabalhar no comércio ainda era muito jovem. E isto fez-me tornar homem muito cedo. Aos 18 anos fui para o Dundo, quando os acontecimentos do 4 de Fevereiro de 1961 se desencadearam. Foi um momento triste porque comecei a perder pessoas queridas. Perdi amigos e aconteceram coisas que passados tantos anos ainda me trazem muita

You belong to a large family.

I consider moral and civic values to be the most important things in life. We are known, my brothers and I, because we defend what is just and what is correct, and so we get involved in organisations like this, *Chá de Caxinde*, of which I have been president for 25 years. So if this is worth anything, we really are one big family. An important family; let's put it that way.

And you've been lucky enough to have a full life.

70 years of life well lived. Six children, six grandchildren, and three great-grandchildren already. But above all an experience made of a past in which everything started very early. I started working in commerce when I was still very young. And that made a man of me very early. At 18 I went to Dundo, when the events of February 4th, 1961 unfolded. It was a sad moment because I started losing loved ones. I lost friends and things happened that after so many years still cause me a lot of heartache. I ended up joining

mágoa. Acabei por integrar a tropa portuguesa e depois de cumprido o serviço militar voltei para o Dundo. Foi nessa altura que revelei a minha habilidade para o futebol. Só não dei um Eusébio porque o físico não ajudava muito. E foi graças ao futebol que vim para Luanda.

E a escrita começou quando?

Depois da guerra pensei que tinha chegado a altura de fazer qualquer coisa para resgatar e perpetuar algumas pessoas e alguns acontecimentos. Não seria bom que os guardasse só para mim. Foi essa ideia que me levou a escrever o meu primeiro livro. Sem eu saber estava a nascer ali o escritor Jacques dos Santos. E hoje já tenho seis livros publicados.

Quando surge a associação?

A Chá de Caxinde surge quando o país está no auge da guerra civil e quando o mundo começa de facto a viver mudanças consideráveis como a Guerra Fria e a queda do muro de Berlim... Viviam-se momentos marcantes na vida mundial. Nós cá sentíamos que a guerra nunca mais acabava e no aspecto lúdico não tínhamos nada para fazer. Chegava-se às seis horas e ia-se para casa. Ou então íamos a uma festa antes das nove da noite e tínhamos de ficar lá até às seis da manhã, por causa do recolher obrigatório. E foi neste contexto que eu e mais nove pessoas, num belo dia de domingo, no dia 28 de Janeiro de 1989, fomos para os arredores de Luanda, para o restaurante de um velho amigo, Vieira Lopes, e criámos a base da associação Chá de Caxinde.

Porqué a escolha do nome Chá de Caxinde?

É o chá de uma planta que abunda pelo país inteiro. Mas também existe noutros continentes. Dessa planta faz-se um chá aromático, bom e que tem grandes propriedades: acalma as pessoas e é um símbolo de união dos angolanos, porque todos os angolanos bebem chá de caxinde. A ideia que parecia estapafúrdia criou raízes e hoje é uma marca que se espalhou por Angola e pelo estrangeiro.

Na altura criámos esta associação que nem sequer tinha sede, a secretaria era na minha casa. Nos cinco anos seguintes andámos a saltitar daqui para ali. Nesse tempo o

the Portuguese troops and after fulfilling my military service I went back to Dundo. It was then that I revealed my football skills. I just didn't manage a Eusébio, as my physique didn't help much. And it was through football that I came to Luanda.

And when did you start to write?

After the war I thought it was about time to do something to rescue and perpetuate some people and some events. It wouldn't have been good to keep them just for myself. It was this idea that led me to write my first book. Without me realising it the writer Jacques dos Santos was being born then. And today I have now six published books.

When did the association come about?

The *Chá de Caxinde* came about when the country was in the throes of civil war, and when the world was really going through major changes, such as the Cold War and the fall of the Berlin Wall... Defining moments were happening in the life of the world. Here we felt that the war would never end and in recreational terms we had nothing to do. It would get to six o'clock and you would go straight home. Or you would go to a party before nine in the evening and have to stay there until six in the morning, because of the curfew. And it was in this context that I and nine other people, on a beautiful Sunday, the 28th of January 1989,

went to the outskirts of Luanda, to the restaurant of an old friend, Vieira Lopes, and created the basis of the *Chá de Caxinde* association.

Why choose the name Chá de Caxinde (Lemongrass tea)?

This is a tea of a plant that can be found all over the country. But it also exists in other continents. You can make a good, aromatic tea from this plant, which has great properties: it calms people and is a symbol of union for Angolans because all Angolans drink lemongrass tea. The idea that seemed outlandish has taken root and today it is a brand that has spread throughout Angola and abroad.

At the time we created this association, which didn't even have a home, our office was in my house. Over the

«O Luandino Vieira criou a bandeira da Chá de Caxinde, assim como o Pepetela a frase que é o lema da associação: Unir pela Cultura» \\ \\ «Luandino Vieira created the *Chá de Caxinde* banner, while Pepetela came up with the phrase that is the motto of the association: *Unir pela Cultura* (Uniting for Culture)»

Luandino Vieira criou a bandeira da Chá de Caxinde, assim como o Pepetela a frase que é o lema da associação: Unir pela Cultura. Andámos cinco anos à deriva até que nos surgiu este teatro. E por deferência do Ministério da Cultura somos guardiães desta relíquia do património cultural e histórico há 20 anos. Com a promessa de que iríamos fazer tudo para o recuperar e devolver à cidade de Luanda, e foi o que fizemos. Com alguma dificuldade porque somos uma associação de carácter não lucrativo. Vivemos das quotas dos associados e da boa vontade de empresários e amigos que se revêem no projecto. E é assim que, a pouco e pouco, temos recuperado, ora as cadeiras, ora o palco... E desde há seis anos para cá que conseguimos com que se façam espectáculos aqui, apesar das enormes dificuldades que ainda enfrentamos.

Quanto à sua sucessão?

Sou presidente há 25 anos mas não sou apologista de estar muito tempo no poder. Sou democrata e apoio a rotatividade, mas as pessoas dizem: Jacques sais e isso vai morrer. Eu assusto-me. Tenho amor a isto e uma responsabilidade por ter arrastado gente atrás de mim. E é isso que às vezes me obriga a dizer que temos de continuar até termos a pessoa certa a quem entregar isto.

E o Carnaval?

Todo o angolano considera o Carnaval como a festa maior do país. Acabámos por ser obrigados, pela nossa massa associativa, a criar o nosso grupo de Carnaval. Alguns contestatários aproveitaram para nos acusar de estarmos a desvirtuar a cultura angolana porque estávamos a querer abraçá-la. É errado. Nós entendemos que devemos preservar os nossos valores ancestrais, mas nunca deixando de olhar para a modernidade. Para a evolução que a sociedade leva. Basta olhar para esta cidade, cheia de edifícios novos.

Este ano vamos fazer aqui uma grande festa de Carnaval, à nossa maneira, com bonecos que estão a ser fabricados com a minha caricatura, do Pepetela, porque Angola merece esse esforço.

O que ainda falta fazer?

Eu diria que hoje fazemos um balanço do que foi feito nestes 25 anos. Mas também paramos para perguntar o que vai ser a Chá de Caxinde daqui para a frente. E o que me ocor-

next five years we moved around, from here to there. At that time Luandino Vieira created the *Chá de Caxinde* banner, while Pepetela came up with the phrase that is the motto of the association: *Unir pela Cultura* (Uniting for Culture). We floated adrift for five years until we came across this theatre. And through the kindness of the Ministry of Culture we have been the guardians of this relic of cultural and historical heritage for 20 years. With the promise that we would do all we could to renovate it and return it to the city of Luanda; and that's what we did. And it wasn't easy, as we are a non-profit association. We survive on the membership fees and from the good will of businesspeople and friends, who relate to the project. And that's how, little by little, we have renovated it, first the stalls, then the stage... And for six years now we have managed to put on shows here, in spite of the great difficulties we still face.

What about your successor?

I have been president for 25 years but I am not a defender of being too long in power. I'm a democrat and I support turnover, but people say: if you go Jacques, this thing will die. This scares me. I love this and I have a responsibility for dragging people along with me. And it is this that sometimes requires me to say that we have to continue until we find the right person to hand it over to.

And Carnival?

Every Angolan considers Carnival to the country's biggest festival. We ended up being forced by our supporters to create our Carnival group. Some protesters took the opportunity to accuse us of misrepresenting Angolan culture because we were trying to make it more Brazilian. They're wrong. We understand that we must preserve our ancestral values; while never ceasing to look to modernity; to the evolution society makes. You just need to look at this city, full of new buildings.

This year we do a big Carnival celebration here, in our way, with puppets made with my caricature, and that of Pepetela, because Angola deserves this effort.

What is there left to be done?

I would say that today we are taking stock of what has been done in these 25 years. But we have also stopped to ask what will *Chá de Caxinde* be from here on. And what occurs to me right now is that we should not depart from

«Nós entendemos que devemos preservar os nossos valores ancestrais, mas nunca deixando de olhar para a modernidade» \\ «We understand that we must preserve our ancestral values; while never ceasing to look to modernity»



re de momento é que não nos devemos afastar dos nossos propósitos principais, que é a elevação da cultura angolana. Mas fazer tudo com mais qualidade, com excelência.

Como vê Angola actualmente?

Com orgulho e alguma satisfação. É um país a desenvolver-se e a ser catapultado para a crítica económica internacional como um dos países que mais cresceu no mundo na última década. É evidente que não está tudo bem. Mas há, por parte do governo angolano, um trabalho louvável.

our main purpose, that of promoting Angolan culture. Rather, do it all with greater quality, and with excellence.

How do you view Angola currently?

With pride and some satisfaction. It is a developing country and being catapulted under the international economic spotlight as one of the fastest growing countries in the world in the last decade. Clearly all is not well. But there is commendable work being done by the Angolan government.



ART & CULTURE

COURO

O Artesanato como Herança de Família Craft as Family Heritage

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY MANUEL TEIXEIRA

Construir com as mãos o trabalho que ajuda outros a fazer caminho. Este podia ser o lema de vida de Manuel Veleira. Dele e dos dez funcionários, que na pequena oficina do centro de Luanda trabalham para ganhar a vida.

Mané é o dono. É porque há 13 anos herdou do tio a loja onde hoje funciona a *Magia do Couro*. Um estabelecimento a partir do qual cada trabalhador confecciona sandálias, chinelas, carteiras, cintos, coldres, e tudo aquilo que a matéria-prima e duas mãos permitem moldar.

Nascido em Luanda, foi em Benguela que o proprietário aprendeu a arte de trabalhar o couro. Um processo metódico e exigente. Para além dos moldes dos tamanhos já existentes, tudo o resto é pura imaginação de cada par de

Creating with your hands the work that helps others to make their way. This could be the life motto of Manuel Veleira. His, and that of his ten employees, who make their living in a small workshop in the centre of Luanda.

Mané is the owner. This is because 13 years ago he inherited from his uncle the shop from which *Magia do Couro* (Magic of Leather) now operates. An establishment in which each worker makes sandals, flip flops, bags, belts, holsters, and anything that the raw material and two hands can fashion.

Born in Luanda, it was in Benguela that the owner learned the art of working leather. A methodical and exacting process. In addition to the existing sizing moulds,

mãos. Embora aconteça receberem encomendas específicas de clientes que querem um modelo igual, ou muito parecido, ao que conceberam na sua imaginação. Mas a maioria dos compradores vai ao encontro dos modelos criados pelos artífices, que buscam inspiração nas ruas da cidade de Luanda.

A arte de trabalhar o couro exige alguns requisitos: minúcia, perfeição e concentração. Os acabamentos têm de ser perfeitos, por isso um par de sandálias pode demorar até três horas a estar concluído. Tudo feito à mão. Por mãos angolanas que trabalham couro nacional, vindo de Benguela.

Para Mané este é um dom, um ganha-pão e um divertimento. «Se gosto? Este é um trabalho que eu amo! As pessoas estão aqui porque gostam da arte e então procuramos levá-la mais além».

everything else is down to the pure imagination of each pair of hands. Although it can happen that they receive specific orders from customers who want a model the same as, or very similar to, what they had created in their imagination.

But most buyers choose the models created by craftsmen, who seek their inspiration in the streets of Luanda.

The art of working leather demands some requirements: meticulousness, perfection and concentration. The finishes have to be perfect, so a pair of sandals may take up to three hours to complete. Entirely handcrafted.

By Angolan hands working national leather, sourced from Benguela.

For Mané this is a gift, a livelihood and fun.

«Do I like it? This is a job I love! These people are here because they like the art, and so we try to take it further».

A arte de trabalhar o couro exige alguns requisitos: minúcia, perfeição e concentração. \\ The art of working leather demands some requirements: meticulousness, perfection and concentration.





O artesão relembra ainda o momento em que surgiu a oportunidade de mostrar o seu trabalho no estrangeiro: «Há alguns anos atrás tive a chance de viajar até Portugal, onde passei algumas semanas, para participar numa feira internacional de artesanato. Foi um sucesso! Toda a gente apreciou o meu trabalho».

O amor pela profissão acaba por se reflectir não só no aumento do número de vendas do artesanato, como também no ambiente tranquilo que espera cada cliente, no interior da loja *Magia do Couro*. E esses são mais dois bons motivos para que Mané se sinta realizado profissionalmente.

The craftsman also recalls the moment when the opportunity to show his work abroad came about: «A few years ago I had the chance to travel to Portugal, where I spent a few weeks, to take part in an international craft fair. It was a success! Everyone liked my work».

His love for his profession ends up being reflected not only in increasing sales of handicrafts, but also in the peaceful environment that awaits every customer, in the *Magia do Couro* shop. And these are two more great reasons for Mané to feel professionally fulfilled.

www.vidrul-ao.com



Somos um presente activo de Angola para um futuro que promete ser extraordinário.



ARMANDO MACHADO

«Conseguí dar à Federação Angolana de Futebol saúde financeira» \ \ «I managed to make the Angolan Football Federation financially stable»

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY MANUEL TEIXEIRA

Armando Machado é uma lenda viva no mundo do desporto em Angola. A sua história remonta ao seu avô, homem da região de Trás-os-Montes, Portugal. O patriarca visionário inculcou em toda a família o gosto pela prática desportiva. Mas de todos os seus descendentes, o nosso entrevistado foi o que mais feitos colecionou enquanto dirigente desportivo. Conhecido como Pavarotti angolano, é responsável por ter entoado a força do desporto angolano aos quatro cantos do mundo, nas mais altas competições. E ninguém diria que toda a sua fama começaria numa piscina...

Comecemos então pela piscina...

Os meus avós sonhavam em ter um clube. Isto porque, na altura, havia apenas uma piscina onde indivíduos de cor escura, quer fossem mestiços ou negros, podiam tomar banho. O meu avô transformou-se num fabricante de sabão, e na sua fábrica construiu uma grande piscina, que se chamava a Piscina dos Machados, hoje Granja Pôr-do-Sol. Era lá que reuníamos todo o pessoal que não era branco para tomarmos banho. Mas depois dos grandes confrontos em Angola o meu pai colocou tudo à disposição da Sonangol.

Porquê à Sonangol?

Porque eles tinham um clube chamado Atlético Clube Nova Lisboa, que tinha duas cores, preto e branco. E nós dizíamos: «onde estava o preto e o branco, o mulato tinha de estar!». Esse clube chegou a ser campeão de basquetebol de Angola e tinha uma boa equipa de futebol. Quando se dá a independência de Angola eu crio o clube Petro Atlântico do Huambo, mantendo o mesmo equipamento, como forma de demonstrar integração e união.

Armando Machado is a living legend in Angola's sporting world. His history goes back to his grandfather, who came from Portugal's Trás-os-Montes region. The visionary patriarch instilled a taste for sport in the entire family. But of all his descendants, our interviewee proved to be the one who collected the most sporting deeds, while a sports manager. Known as the Angolan Pavarotti, he is responsible for having extolled the virtues of Angolan sport to the four corners of the world, in the highest competitive levels. And no one would have thought that his fame would begin in a swimming pool...

Let's start with the swimming pool...

My grandparents dreamed of having a club. This is because at the time there was only one swimming pool where dark-skinned individuals, whether they were black or of mixed race, could bathe. My grandfather became a soap maker, and at his factory he built a large swimming pool, which was called the 'Machados Swimming Pool', now the Granja Pôr-do-Sol. It was there that all the non-white staff would meet to bathe. But after the major conflict in Angola my father put it at the disposal of Sonangol.

Why Sonangol?

Because they had a club known as the Atlético Clube Nova Lisboa, which had two colours, black and white. And we said: «were there was black and white, there had to be mulatto too!». This club became basketball champion of Angola and had a good football team. When Angola gained its independence, I created the Petro Atlântico do Huambo club, keeping the same equipment, as a way to demonstrate integration and unity.





Foi nesse clube que jogou?

Foi nesse clube que joguei e onde, muito cedo, me transformei em dirigente desportivo. Juntei-o à Sonangol porque ela tinha dinheiro e o clube tinha povo. Então o povo junto com o dinheiro fez um clube bonito.

Mas não respirava só futebol nessa altura?

Não. Eu fui o homem que fez o inventário de tudo quanto os portugueses abandonaram em Huambo, a favor do Estado. E depois, não satisfeito com isso, fiz um inventário a tudo o que era meu e entreguei à Republica da Angola. A actual empresa COSAL; o Petro Atlético de Huambo; e o Afro, o hotel que era dos meus pais. Deixei de ser empresário e tornei-me dirigente desportivo. Depois vim viver para Luanda, ainda ligado à Sonangol. E fui para o Petro Atlético de Luanda porque o director geral da Sonangol me disse que eu tinha de dar o meu contributo desportivo ao Petro de Luanda.

E aí passou a ser o quê?

Vice-presidente da direcção. Deram-me meios para governar aquele clube, e assim conseguimos ganhar cinco títulos da primeira divisão, cinco de juvenis, cinco juniores, duas Taças, três Super Taças, em cinco anos. Ao fim desse tempo deixei a Sonangol. Voltei para a COSAL, empresa que refiz. Mas a população de Huambo não me largava. E nas primeiras eleições livres deste país resolvi candidatar-me à Federação Angolana de Futebol e ganhei.

Was this the club you played for?

This was the club I played for and where, very early, I became a sports manager. I joined it to Sonangol, because it had money and the club had people. So people together with money made a great club.

But football wasn't your only interest at that time?

No. I was the man who took stock of all that the Portuguese left in Huambo, in favour of the state. And then, not satisfied at just that, I made an inventory of everything that was mine and handed it over to the Republic of Angola. The company that is now COSAL; Petro Atlético do Huambo; and the Afro, the hotel that belonged to my parents. I quit being an entrepreneur and became a sports manager. Then I came to live in Luanda, keeping my links with Sonangol. And I went to the Petro Atlético de Luanda because the CEO of Sonangol told me I had to give my sporting contribution to Petro de Luanda.

And what did you become there?

Vice-chairman of the board. They gave me the means to govern the club, and so we managed to win five first division titles, five juvenile titles, five junior titles, two *Taças*, and three *Super Taças* in five years. At the end of that time I left Sonangol. I went back to COSAL, the company that I remade. But the population of Huambo would not let me go. And in the first free elections in this country I decided to run for the Angolan Football Federation and I won. There

Havia muito trabalho a fazer porque a Federação não tinha dinheiro. Então, muito calmamente, fiz um grande trabalho na Federação Angolana de Futebol durante dez anos. Construí o hotel Palanca Negra, construí a sede da Federação, e Angola foi às cinco primeiras competições internacionais. Consegui dar à Federação Angolana de Futebol saúde financeira. Por isso todo o mundo africano do futebol me respeita.

Privou com muita gente do desporto: Pelé, Eusébio... Fale-nos desses momentos.

O Pelé tinha amigos aqui em Angola, entre eles um dirigente da minha Federação. Por isso, sempre que ele vinha a Angola, estávamos juntos. Eu, o Pelé, o Eusébio, que também vinha, e tomávamos banho aqui na minha piscina. Fizemos aqui vários almoços, passámos bons domingos. Convivi com muita gente, o Platini, o Blatter, o João Havelange. Conheci muita gente no desporto. Foi precisamente o futebol que me tornou um homem público. Tão grande, tão grande, que depois começaram a chamar-me Pavarotti.

E a sua amizade com o Presidente da República já dura há muito tempo?

Vem desde que a filha mais velha era pequena. Esta história demonstra a beleza do coração do nosso presidente. Um dia o presidente foi ao Huambo participar numa reunião, acompanhado de dois elementos, um secretário da Federação e um elemento da equipa de arbitragem. E eu disse: «Presidente, antes de irmos, aguarde aqui em minha casa que eu vou primeiro ver se o terreno está limpo». Porque o Huambo não era do MPLA. Na altura, estava a decorrer a última feira industrial do Huambo e o meu pai queria ir, assim como a minha mãe, a minha mulher e até a minha filha, que ainda era pequena. Enquanto esperavam, foram, e levaram também o camarada presidente. E ele foi à feira. E andou com a minha filha mais velha, a Andrea, ao colo.

Há alguma coisa de que se arrependa de não ter feito?

Arrependo-me de não me ter formado. Mas o curso da vida ensinou-me muito. Estive no exército português cerca de cinco anos, durante a guerra do ultramar, e isso marcou-me. Para além de tudo que fiz, de tudo o que consegui realizar, que está à vista de toda a gente. E é com muito orgulho que eu sinto este meu país, esta minha Angola, cada vez a crescer mais. Cada vez mais bonita. Cada vez mais bem governada, que tem tanto ainda para desenvolver e para dar ao seu povo.

was much work to be done because the federation had no money. Then, very calmly, I did a great job in the Angolan Football Federation for ten years. I built the Palanca Negra hotel, I built the headquarters of the federation, and Angola participated in its first five international competitions. I managed to make the Angolan Football Federation financially stable. As a result, the entire African football world respects me.

You have spent time with many sporting names: Pelé, Eusébio... Tell us about these times.

Pelé had friends here in Angola, including a manager of my federation. So whenever he came to Angola, we spent time together. Pelé, Eusébio, who also came, and I, would bathe here in my swimming pool. We enjoyed several lunches here, spent some good Sundays. I have spent time with a lot of people, Platini, Blatter, João Havalange. I have met a lot of people in sport. It was precisely football that made me a public figure. So big, that then they started calling me Pavarotti.

And have you been friends with the President of the Republic for long?

As far back as when my eldest daughter was still little. This story demonstrates the beauty of the heart of our president. One day the president came to Huambo to attend a meeting, accompanied by two people, a secretary from the federation,

and a member of the refereeing team. And I said, «President, before we go, wait here in my house and I'll go first to see if the ground is clear». Because Huambo was not of the MPLA party. At that time, the last Huambo trade fair was taking place and my father wanted to go, as did my mother, my wife and also my daughter, who was still small. While they were waiting for me, they went, and also took comrade president with them. And he went to the fair. And walked with my eldest daughter, Andrea, in his arms.

Is there anything that you regret not having done?

I regret not having studied. But the course of my life has taught me a lot. I was in the Portuguese army for about five years during the Colonial War, and this marked me. In addition to everything I've done, everything that I have accomplished, which is there for everyone to see. And it is with great pride that I feel that my country, my Angola, is growing more and more. More and more beautiful. More and more well-governed; that it has so much still to develop and to give to its people.



É um homem realizado com a sua vida profissional e pessoal?

Não tenho dúvidas nenhuma. Sou angolano. Um verdadeiro angolano. Um angolano que quando era presidente da Federação entrava no balneário, dava as mãos a todos os jogadores e gritava: «Angola Angola!», e eles respondiam: «Angola!». E repetíamos. E eu dizia: «Angola vai ganhar!», e eles respondiam: «Vai ganhar!». Um dia fomos jogar à África do Sul. E o treinador de Angola pediu-me para ir dar esse grito na entrada do campo aos jogadores. Eu estava acompanhado do presidente da Federação de África do Sul. Ele não sabia uma palavra de português. E eu disse que ia até à cabine, e ele, gentilmente, acompanhou-me. Quando chegámos lá eu disse: «dêem as mãos». E ele também deu as mãos. E eu disse: «Vamos ganhar este jogo! Não há sul-africano nenhum que passe. Viva Angola!», e ele também dizia: «Viva Angola!» (risos). Repetiu tudo o que eu disse. E Angola ganhou 1-0 (risos). Com as palavras do presidente da Federação Sul-Africana de Futebol.

Are you an accomplished man, professionally and personally?

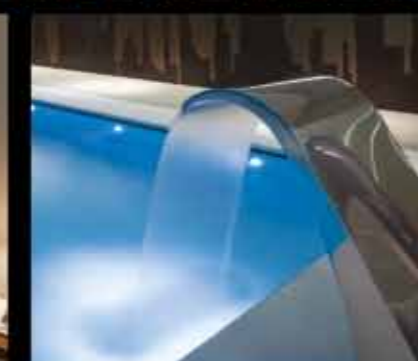
I do not have any doubts. I am Angolan. A true Angolan. An Angolan, who, when I was president of the federation I would enter the dressing room, shake hands with all players and shout: «Angola Angola!», and they would reply: «Angola!» And we would repeat it. And I would say: «Angola will win!» And they would reply: «It will win!» One day we went to play South Africa. And the Angola manager asked me to let out that cry when the players come on to the pitch. I was accompanied by the president of the South African Football Federation. He did not know a word of Portuguese. And I said I was going up to the changing room, and he kindly accompanied me. When we got there I said: «shake their hands». And he also shook their hands. And I said: «We're going to win this game! No South African is going to get through. Viva Angola!», and he also said: «Viva Angola!» (laughter). He repeated everything I said. And Angola won 1-0 (laughter). With the words of the president of the South African Football Association.

EPIC  SANA
★★★★★ Lisboa

FICAR EM LISBOA É BOM.
FICAR NO CENTRO É ÓPTIMO.
FICAR NO CENTRO DE LISBOA É EPIC.

O novo EPIC SANA Lisboa reúne o melhor de vários mundos: uma localização estratégica junto ao Marquês de Pombal; **proximidade das principais vias de acesso e das melhores e mais luxuosas zonas comerciais de Lisboa**; um serviço personalizado e sofisticado; e uma **oferta diversificada para lazer, negócios e eventos**.

Descubra a dimensão EPIC.



ART & CULTURE

EDSON CHAGAS

«Estou interessado em linguagens corporais e em *performances* citadinas»

«I am interested in body language and urban performances»

Começou a fotografar quase por acidente quando um professor de um curso de vídeo que estava a tirar só falava de fotografia. Nasceu, assim, uma paixão que levou Edson Chagas a vencer a Bienal de Veneza em 2013, uma das mais conceituadas exposições de arte do mundo. Graças à projecção internacional que recebeu, Edson Chagas foi contactado de locais tão emblemáticos como o Guggenheim e o Museu de Seattle. Não nos adiantou se havia já exposições marcadas para algum destes locais, garantiu-nos apenas que continuará a trabalhar como até agora, na procura da compreensão de linguagens corporais e *performances* citadinas, tentando satisfazer a sua quase insaciável curiosidade acerca do mundo que o rodeia.

He started taking pictures almost by accident, when a teacher of a video course that he was taking only spoke about photography. A passion was thus born in him that would lead to Edson Chagas winning at the Venice Biennale in 2013, one of the most prestigious art shows in the world. Thanks to the international attention he received, Edson Chagas has been contacted by such emblematic places as the Guggenheim and Seattle Museum. He hasn't said whether any exhibition has been booked for these venues, and just assured us that he will continue to work as he has until now, searching for an understanding of body language and urban performances, trying to satisfy his almost insatiable curiosity in the world that surrounds him.

TEXTO TEXT ANDREIA BARROS FERREIRA \\\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY MANUEL TEIXEIRA



Vencer a Bienal de Veneza foi uma surpresa?

Sim, foi uma surpresa não só para mim, mas para os curadores. Esforçamo-nos muito para fazer o melhor e o esforço compensou.

Alguma coisa mudou na sua vida?

Há mais interesse e propostas. Eu era mais conhecido num círculo de língua portuguesa, mais africano, mas em termos mundiais, não. Agora mudou. Recebi contactos de muitos locais, desde o Guggenheim ao Museu de Seattle.

Esta vitória em Veneza trará alguma coisa de diferente às artes plásticas angolanas?

Espero que sim. Acho que há uma grande oportunidade para os decisores angolanos, sejam empresários ou outros, que deveriam ter mais atenção ao que se tem feito. Precisamos de mais plataformas, mais galerias e museus. Não basta dar dinheiro, atribuir um prémio todos os anos; há que criar plataformas onde as pessoas possam expor o seu trabalho, escolas de arte, cursos.

Was winning the Venice Biennale a surprise?

Yes, it was a surprise, not only for me but also for the curators. We made great efforts to do our best and the effort paid off.

Has anything changed in your life?

There is more interest and offers. I was better known in Portuguese language circles, more African, but in global terms, I wasn't. Now this has changed. I have been contacted by many venues, from the Guggenheim to Seattle Museum.

Will this victory in Venice bring something different to the Angolan arts?

I hope so. I think there is a great opportunity for Angolan decision makers, whether they are businesspeople or others, who should have paid more attention to what has been done. We need more platforms, more galleries and museums. Giving money, awarding a prize every year is not enough; platforms, where people can exhibit their work, art schools, courses, all need be created.

«Recebi contactos de muitos locais, desde o Guggenheim ao Museu de Seattle» \\ \\ «I have been contacted by many venues, from the Guggenheim to Seattle Museum»





O que procura com o seu trabalho?

Eu sou muito curioso, o meu trabalho surge do dia-a-dia, de uma conversa, de contradições. O trabalho dos objectos surgiu do seguinte: às vezes passas na rua, tens uma rota e estás sempre a ver a mesma pessoa, então pensas, «por que não nos conhecemos?». Neste caso, o desejo de estabelecer comunicação foi com objectos. Fiz um outro trabalho com máscaras, em casa de um amigo que é coleccionador de máscaras africanas. Pus uma máscara na cara e alguém disse: tens que tirar a máscara, vais morrer, é feitiço. Isso ficou-me na cabeça e comecei a desenvolver um trabalho. Às vezes também surge por interagir com a televisão, de coisas que me criam uma certa ansiedade. Faço trabalhos que têm a ver com o social, é mais ou menos isso.

O que pretende fazer no futuro?

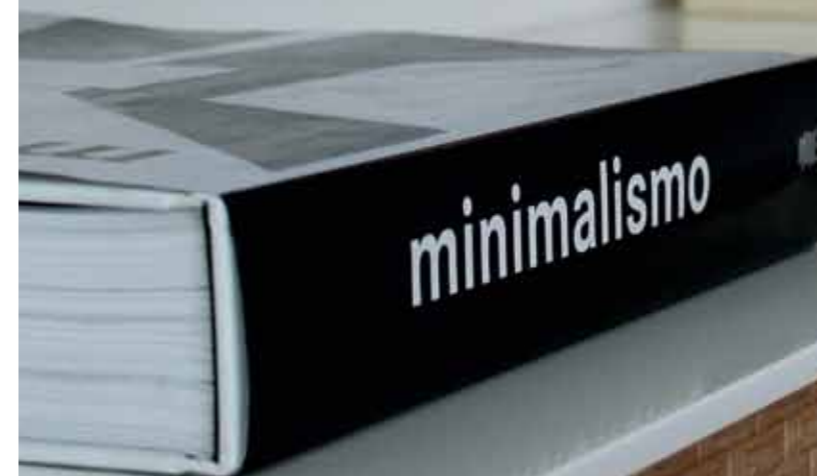
Pretendo acabar o trabalho tipo passe, das máscaras, quero desenvolver mais os aspectos da memória não fotografada e transmiti-la num espaço de exposição. Estou interessado em linguagens corporais, em *performances* cidadinas.

What is your aim with your work?

I'm very curious; my work comes from the day-to-day, from a conversation, from contradictions. The work on objects came about from the following: sometimes you walk along the street, you have a set route and you're always seeing the same person, and so you think, «why don't we know each other?». In this case, the desire to establish communication was with objects. I did another work with masks, at the home of a friend who collects African masks. I put a mask on my face and someone said: you have to take the mask off, you'll die, it has a spell on it. That stuck in my mind and I began to develop a work. Sometimes it also comes about from interaction with the television, from things that make me feel anxious. I do pieces that have to do with the social world; that's more or less it.

What do you intend to do in the future?

I intend to finish the passport photo piece, of the masks; I want to further develop aspects of memory that has not been photographed and transmit it in an exhibition venue. I am interested in body language, in urban performances.



Acompanhando sempre as tendências da actualidade mas mantendo uma imagem distinta e intemporal, a Formicasa trabalha para os clientes mais exigentes em contínua avaliação dos seus desejos e necessidades.

Posicionando-se no segmento alto, actua também na área da hotelaria e nos espaços públicos, apresentando soluções inovadoras e de carácter funcional, acompanhadas pelas mais conceituadas marcas de mobiliário do mercado nacional e internacional.



ART & CULTURE

ANA SILVA

Da Fragilidade à Expressão Artística
From Fragility to Artistic Expression

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY MANUEL TEIXEIRA



Ana Silva sente-se hoje completa enquanto artista, mulher e mãe. Mas para explicar a sua última exposição, *Frágil*, temos de recuar a um momento difícil da sua história: quando deu ao mundo uma nova vida. Ester nasceu prematura, com cinco meses, quando a mãe atingia a lucidez plena enquanto artista.

A luta pela vida da filha mudou-lhe a visão dos dias. Durante muito tempo a artista teve apenas consciência de ter sido mãe e mulher. Daqui nasceu *Frágil*. O trabalho

Ana Silva now feels complete as an artist, woman and mother. But to explain his latest exhibition, *Frágil*, we have to return to a difficult moment in her history: when she gave a new life to the world. Ester was born prematurely, at just five months, when her mother reached full lucidity as an artist.

Her daughter's struggle for life changed her view of things. For a long time the artist was only aware of being mother and woman. This is where *Frágil* was born. The



que esteve patente no Centro Cultural Português/Instituto Camões, em Luanda. Os quadros falavam do coração de uma mulher fragilizada. Sensível no seu papel de mãe.

Sem reservas, a pintora angolana percebeu que tinha mudado enquanto pessoa e enquanto artista. E garante que, mesmo antes de receber as críticas de *Frágil*, já achava que a experiência da dor a tinha convertido em alguém mais ponderado e concentrado emocionalmente. Por isso compreende o porquê do seu trabalho ter sido tão acarinhado pelo público.

Mas a sua vida artística começou um pouco antes. Nascida no Calulo, na província do Kwanza Sul, desde pequena que se procurou construir enquanto artista. Começou por modificar roupa e sapatos, e por transformar objectos banais em peças decorativas. Quando a idade permitiu ver com mais clareza qual a sua verdadeira paixão, rumou a Paris para aprofundar os seus conhecimentos de pintura e de escultura. Mas foi em Lisboa, há dez anos atrás, que conseguiu preencher os espaços vazios do seu lado artístico. Adquirida a técnica de desenho e pintura de que necessitava, na escola de arte independente AR.CO, obteve o equilíbrio perfeito entre o lado emocional e o lado técnico.

O tempo ajudou a ganhar a maturidade necessária para

work that was on show at the *Centro Cultural Português/ Instituto Camões* in Luanda. The paintings spoke from the heart of a weakened woman. Sensitive in her role as mother.

Unreservedly, the Angolan painter realised that she had changed as a person and as an artist. And she ensures us that, even before receiving any critique for *Frágil*, she already thought that the experience of pain had turned her into someone more level-headed and emotionally concentrated. She thus understands why her work has been so cherished by the public.

But her artistic life began a little earlier. Born in Calulo, in the province of Kwanza Sul, ever since she was small she had sought to grow as an artist. She started by altering clothing and shoes, and by transforming mundane objects into decorative pieces. When she reached the age to be able to

see more clearly what her true passion was, she set off for Paris, to broaden her knowledge of painting and sculpture. But it was in Lisbon, ten years ago, that she managed to fill the empty spaces of her artistic patchwork. Once she had acquired the technique of drawing and painting that she needed, at the AR.CO. independent art school, she achieved the perfect balance between the emotional side and the technical side.

Os temas base de todos os seus trabalhos são a mulher na sociedade, a maternidade e o nascimento. \\ The themes underlying all of her work are woman in society, motherhood and birth.



separar a pintura da escultura. O mesmo tempo também a ajudou a refinar aqueles que, ainda hoje, são os temas base de todos os seus trabalhos: a mulher na sociedade, a maternidade e o nascimento.

De Angola, a terra que tanto ama, diz haver um esforço, social e institucional, para que os artistas nacionais desenvolvam mais, e cada vez melhor, os seus trabalhos, o que é visível na crescente compra de arte angolana. «Uma evolução económica associada ao desenvolvimento do próprio país, que resulta na mudança dos olhares».

Do seu futuro enquanto artista sabe apenas que as portas estão abertas. Foi convidada pelo JAANGO, Movimento de Jovens Artistas Angolanos, a fazer uma residência artística em Luanda para a criação de peças para exposição. E tem prevista uma colaboração com a Academia BAI, mas ainda sem data para a exposição, que deverá apresentar-se sob a forma de escultura.

Time helped her gain the maturity necessary for separating painting from sculpture. The same time also helped her to refine what remain to this day the themes underlying all of her work: woman in society, motherhood and birth.

Of Angola, the land she loves so much, she says there is a social and institutional effort to help national artists develop their works more, and to a better standard, which can be seen in the growing sales of Angolan art. «An economic evolution associated with the development of the country itself, which results in changing looks».

As to her future as an artist all she knows is that the doors are open. She has been invited by JAANGO, *Movement of Young Angolan Artists*, to do an artist residency in Luanda to create exhibition pieces. And she plans to collaborate with the BAI Academy, but as yet there is no fixed date for the exhibition, which will take the form of sculpture.



ART & CULTURE

BENIAMINO LEVI

«Sinto-me feliz e honrado por ter conhecido Dalí»

«I am pleased and honoured to have met Dalí»

Beniamino Levi é hoje proprietário de uma das maiores e mais representativas colecções de arte do planeta. Passados mais de 40 anos desde o dia em que rumou a Paris para conhecer pessoalmente Salvador Dalí, Beniamino Levi deu já a conhecer a obra do mestre do surrealismo a mais de dez milhões de pessoas em todo o mundo. Trazer a exposição *Dalí Universe* a Luanda é um dos sonhos que ainda gostaria de concretizar.

Beniamino Levi is now the owner of one of the largest and most significant art collections on the planet. More than 40 years after the encounter that changed his life, Beniamino Levi has brought the work of the master of surrealism to more than ten million people around the globe. Bringing the *Dalí Universe* exhibition to Luanda is one of the dreams he would like to make true.

TEXTO TEXT CAROLINA XAVIER E SOUSA (COM A COLABORAÇÃO DE TIAGO FEIJÓO) \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY THE STRATTON FOUNDATION



Findavam os anos 60 quando Beniamino Levi organizava uma exposição sobre o surrealismo na galeria de arte que então possuía em Milão. Tinha já reunidas peças de Ernst, Lam, Matta, Magritte, e tantos outros, mas faltava-lhe Dalí. Foi então que rumou a Paris para se encontrar com o génio no hotel Maurice. A este extraordinário encontro, que viria a mudar a sua vida para sempre, outros tantos se seguiram, ora em Paris ora em Espanha. Certo dia, Levi ficou encantado com umas esculturas que viu no estúdio de Dalí e foi então que se decidiu a colecionar obras tridimensionais do mestre, encorajando-o, com a ajuda de Gala (mulher de Dalí), a conceber novas peças.

Hoje, fazem parte da extensa coleção de Beniamino Levi inúmeras obras que espelham todo o universo,

The 60s were coming to an end when Beniamino Levi organised an exhibition on surrealism in the art gallery that he then owned in Milan. He had already assembled pieces by Ernst, Lam, Matta, Magritte, and many others, but he didn't have a Dalí. It was then that he set off to Paris to meet the genius at the hotel Maurice. This extraordinary encounter, which would change his life forever, was followed by many others, either in Paris or in Spain. One day, Levi was enchanted by some sculptures he saw in Dalí's studio and it was then that he decided to collect three-dimensional works by the master, encouraging him, with the help of Gala (Dalí's wife), to create new pieces.

Today, many works reflecting the entire universe, symbolism and creative genius of Dalí feature in Beniamino

simbolismo e génio criativo de Dalí. Mais de 300 estão em exposição permanente no Espace Dalí, na capital francesa, mas a coleção levou já o trabalho tridimensional do mestre do surrealismo a quatro continentes. «Como presidente da Fundação Stratton já organizei mais de 80 exposições de Dalí em museus e locais prestigiados em todo o mundo», afirma Levi. «Estas exposições têm sido aclamadas tanto pela crítica como pelo público e já foram vistas por mais de dez milhões de pessoas nos últimos 25 anos», acrescenta o curador das exposições *Dalí Universe*.

Apesar do notável contributo que Beniamino Levi tem dado para a divulgação deste que é um dos maiores artistas do século XX, as suas ambições não se ficam por aqui, sendo um dos seus sonhos levar a exposição *Dalí Universe*

Levi's extensive collection. More than 300 are on permanent display at the Espace Dalí, in the French capital, but the collection has already taken the three-dimensional work of the master of surrealism to four continents. «As president of the Stratton Foundation, I have organised more than 80 Dalí exhibitions in museums and prestigious venues around the world,» says Levi. «These exhibitions have been acclaimed by critics and the public alike, and have been seen by more than ten million people during the last 25 years,» the curator of the *Dalí Universe* exhibitions adds. Despite the outstanding contribution Beniamino Levi has made to promoting one of the greatest artists of the 20th century, his ambitions don't stop there: one of his dreams is to take the *Dalí Universe* exhibition to Luanda. The idea



a Luanda. A ideia passa por trazer à capital angolana o formato que a Fundação Stratton vem dinamizando com sucesso ao longo das últimas décadas no Espace Dalí, com o intuito de dar a conhecer o fascinante mundo do mestre do surrealismo às crianças por meio de exposições e workshops. «Este poderia ser o projecto mais interessante da minha vida até agora», reconhece Levi, confessando-se um apaixonado pelo continente africano e um colecionador da arte que cá se faz.

involves bringing to the Angolan capital the format that the Stratton Foundation has successfully developed over the decades in the Espace Dalí, with the aim of introducing the fascinating world of the master of surrealism to children through exhibitions and workshops. «This could be the most exciting project of my life so far.» Levi acknowledges, confessing that he is passionate about the African continent and a collector of art created here.



SERVIÇO EXCLUSIVO E ATENDIMENTO PERSONALIZADO
PERSONALISED AND EXCLUSIVE SERVICE

PROGRAMA COMPLETO DE EXAMES
FULL COMPLEMENTARY DIAGNOSTIC TESTS

EXAMES, RESULTADOS E CONSULTA MÉDICA NO PRÓPRIO DIA
TESTS, RESULTS AND MEDICAL CONSULTATION ON THE SAME DAY

24H Urgência · 24 Hour Emergency
Ambulâncias Privadas · Private Ambulances
Bloco Operatório · Operating Theatre
Internamento · In-Patient Department
Cuidados Intensivos · Intensive Care Unit
Urgência Pediátrica · Pediatric Emergency
Maternidade · Maternity (Faro)
Oncologia · Oncology
Hemodiálise · Hemodialysis
Medicina Dentária · Dentistry



+351 966 087 868 | +351 916 265 714

www.hpalg.com | marketing@hpalg.com

Hospital Particular do Algarve	Hospital São Camilo	Hospital Particular do Algarve	Clínica Particular do Algarve	Clínica Medchique	International Health Centres	Clínica Particular de Vilamoura	Clínica Particular de VRSA
Alvor	Portimão	Gambelas (Faro)	AlgarveShopping	Monchique	Albufeira	Vilamoura	Vila Real Stº António

Acordos com a maioria das Seguradoras de Saúde e de Viagens Internacionais · Work directly with most Health Insurance Companies and International Tour Operators

ART & CULTURE

PESCA ARTESANAL

Apostar na Tradição \ \ Focusing on Tradition

TEXTO TEXT ANDREIA BARROS FERREIRA \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY MANUEL TEIXEIRA





A prática é ancestral e envolve uma grande parte da população angolana, que por necessidades nutricionais foi encontrando na pesca artesanal uma forma de alimentar a família. Enquanto os homens iam para o mar, as mulheres e as crianças mantinham-se, alegres, na praia, à espera que eles regressassem com os seus pequenos barcos cheios de peixe, em número suficiente para as próximas refeições, mas também, se a sorte ajudasse, para vender aos vizinhos.

Hoje, nas praias angolanas continua a assistir-se a esta forma de ganhar a vida. Manhã cedo, barcos repletos de homens chegam à costa, onde os esperam mulheres prontas a apanhar o peixe e crianças que vão aproveitando para brincar na areia. É um ambiente quase familiar que o Executivo Angolano, através do Ministério das Pescas, gostaria de manter, apostando, simultaneamente, no desenvolvimento da actividade, de forma a produzir benefícios socio-económicos significativos, que proporcionem segurança alimentar e emprego às comunidades. Para isso, está a ser feita uma aposta na construção de infra-estruturas de apoio à actividade e na formação das populações. O objectivo é aumentar os níveis de pescada – em algumas províncias, como a Huíla, este aumento já é palpável – e diminuir a pobreza em Angola. Uma prova de que a tradição poderá ser o caminho...

The practice is ancient and involves a major portion of the Angolan population, which, for nutritional needs has found a way to feed their family in artisan fishing. While the men went to sea, women and children stayed behind, happily, on the beach, waiting for them to return with their small boats full of fish, enough for the coming meals, but, if luck was on their side, to sell to their neighbours.

Today, Angola's beaches remain the scene of this way of making a living. Early in the morning, boats full of men reach the coast, where women await them, ready to gut the fish and children take full advantage to play in the sand. It's almost a family atmosphere, which the Angolan government, through the Ministry of Fisheries, would like to keep up, focusing simultaneously on the development of the activity, in order to produce significant socio-economic benefits, which provide food security and employment for communities. For this, an investment is being made in the construction of support facilities for the activity and in training the people. The aim is to increase the levels of fishing – in some provinces, such as Huíla, this increase is already palpable – and to reduce poverty in Angola. This is proof that tradition may be the way...



\\ BUSINESS BRIEFS



AFRICAN LIONS

Angola e Moçambique são os que mais vão crescer Angola and Mozambique are the ones that will grow the most

O Relatório *African Lions*, da consultora Business Monitor, diz que Angola e Moçambique são os países da África Austral que mais vão crescer na próxima década, numa lista com as dez nações mais promissoras da região. No documento, os consultores britânicos estimam que o Produto Interno Bruto da África subsaariana cresça, em termos reais, a uma média de 5,5% ao ano até 2023, destacando-se dos 5,4% da Ásia e do Pacífico, excluindo o Japão, os 4,3% do Médio Oriente e Norte de África, os 3,9% da América Latina e os 3,5% dos países emergentes na Europa. Os dez países escolhidos, ordenados pelo nível de crescimento previsto para a próxima década, são: Angola, Moçambique, Tanzânia, Costa do Marfim, Uganda, Nigéria, Zâmbia, Gana, Quênia e Etiópia.

The *African Lions* Report, by the Business Monitor consultancy firm, says that Angola and Mozambique are the countries in southern Africa that will grow the most over the next decade, on a list of the ten most promising nations in the region. In the document, the British consultants estimate that the GDP of sub-Saharan Africa will grow, in real terms, at an average of 5.5% per year until 2023, outperforming the 5.4% of Asia and of the Pacific, excluding Japan, the 4.3% of the Middle East and North Africa, the 3.9% of Latin America and the 3.5% of emerging countries in Europe. The ten countries selected, in order of the level of growth expected over the next decade, are: Angola, Mozambique, Tanzania, Ivory Coast, Uganda, Nigeria, Zambia, Ghana, Kenya and Ethiopia.

BAÍA DA LUANDA

A terceira fase da baía está prestes a avançar The third phase of the bay about to go ahead

Os primeiros 25 edifícios da terceira fase de requalificação do projecto Baía de Luanda deverão começar a ser erguidos em breve, num investimento avaliado em 150 mil milhões de kwanzas, segundo uma notícia avançada pela Sociedade Baía de Luanda.

Os edifícios terão cerca de 27 andares e resultam de investimentos de empresas nacionais e estrangeiras. Vão erguer-se numa área de 494 mil metros quadrados, nas imediações do Porto de Luanda.

O conjunto imobiliário Baía de Luanda compreenderá espaço habitacional, escritórios, comércio e serviços, hotelaria, espaços verdes, ciclovias e vias pedonais. Os promotores querem torná-lo numa referência urbana em África e no mundo.

Esta primeira fase do projecto imobiliário da Baía de Luanda cobre apenas 30% do espaço disponível para investimento. O objectivo é tornar esta zona no primeiro centro financeiro de Luanda.

The first 25 buildings in the third phase of the Bay of Luanda Bay redevelopment project should start being constructed soon, in an investment valued at 150 billion Kwanzas, according to a news release from the Sociedade Baía de Luanda.

The buildings will feature about 27 floors and result from investments made by national and foreign companies. They will be built in an area of 494 thousand square metres, close to the Port of Luanda.

The Bay of Luanda building complex will contain housing, office, retail and services, hotels, green spaces, cycle paths and footpaths. The developers hope to make it into an urban landmark in Africa and the world.

This first phase of the Bay of Luanda building project covers only 30% of the space available for investment. The aim is to turn this area into Luanda's first financial centre.



JÁ IMAGINOU TUDO ISTO...



3 MESES DEPOIS

IDADE 54 ANOS
GORDURA -12,7%
 COSTAS -14,1 cm
 ABDÓMEN INFERIOR -19 cm
 FLANCOS -15,5 cm



3 MESES DEPOIS

IDADE 38 ANOS
GORDURA -9%
 COXA INTERNA SUPERIOR -9 cm
 COXA INTERNA INFERIOR -8 cm
 JOELHOS -7 cm



3 MESES DEPOIS

IDADE 60 ANOS
GORDURA -19,2%
 COSTAS -26,5 cm
 CULOTE -25,5 cm
 ABDÓMEN INFERIOR -27,5 cm



3 MESES DEPOIS

IDADE 58 ANOS
GORDURA -21%
 ABDÓMEN SUPERIOR -16,5 cm
 ABDÓMEN INFERIOR -15 cm
 FLANCOS -23,5 cm



3 MESES DEPOIS

IDADE 59 ANOS
GORDURA -9,7%
 COSTAS -9 cm
 FLANCOS -16 cm
 BRAÇOS -3 cm



3 MESES DEPOIS

IDADE 55 ANOS
GORDURA -12,7%
 COSTAS -11 cm
 FLANCOS -13 cm
 BRAÇOS -6 cm

SEM ANESTESIA, SEM CORTES, SEM TEMPO DE RECUPERAÇÃO



3 MESES DEPOIS

IDADE 55 ANOS
GORDURA -12,7%
 ABDÓMEN SUPERIOR -13 cm
 ABDÓMEN INFERIOR -14,5 cm
 FLANCOS -15 cm



3 MESES DEPOIS

IDADE 58 ANOS
GORDURA -19,3%
 COSTAS -28 cm
 FLANCOS -29 cm
 BRAÇOS -6 cm



3 MESES DEPOIS

IDADE 40 ANOS
GORDURA -13,6%
 ABDÓMEN SUPERIOR -13 cm
 ABDÓMEN INFERIOR -16 cm
 FLANCOS -5 cm



3 MESES DEPOIS

IDADE 48 ANOS
GORDURA -15,5%
 CULOTE -13 cm
 COXA INTERNA SUPERIOR -8 cm
 COXA INTERNA INFERIOR -7 cm



3 MESES DEPOIS

IDADE 40 ANOS
GORDURA -9,8%
 ABDÓMEN SUPERIOR -13 cm
 ABDÓMEN INFERIOR -14 cm
 FLANCOS -11 cm



3 MESES DEPOIS

IDADE 46 ANOS
GORDURA -14%
 ABDÓMEN SUPERIOR -21 cm
 ABDÓMEN INFERIOR -17 cm
 FLANCOS -20 cm

LÍDER MUNDIAL EM "LIPOASPIRAÇÃO" NÃO-INVASIVA

clínica do tempo®
 DR. HUMBERTO BARBOSA



LIPOSHAPER® MAX E LIPOSHAPER® REV

ELIMINA 100% DO EXCESSO DE GORDURA E ATÉ 20 CM EM QUALQUER ZONA DO CORPO
 REGISTO FOTOGRÁFICO DE MAIS DE 40.000 PESSOAS PROVENIENTES DE TODO O MUNDO
 TRATADAS COM SUCESSO COM ESTA TECNOLOGIA EXCLUSIVA DA CLÍNICA DO TEMPO®
 ESTAS FOTOGRAFIAS SÃO IMAGENS REAIS DE CLIENTES DA CLÍNICA DO TEMPO®

PAREDE • LISBOA • PORTO • LUANDA
 CALL CENTER INTERNACIONAL (+351) 21 458 85 00
 info@clinicadotempo.pt • www.clinicadotempo.com

PROCURE-NOS NO FACEBOOK.com/clinicadotempo

FACILIDADES DE PAGAMENTO



ECONOMY & BUSINESS

E TUDO COMEÇOU ASSIM

DIVA MARQUES

«Quis trazer o conceito da decoração provençal para as minhas festas» \\ «I wanted to bring the concept of *provençal* décor to my parties»

Depois de anos ligada à moda, primeiro como modelo e maquilhadora, e depois como jornalista, quer televisiva, quer da imprensa escrita, Diva Marques, uma figura incontornável do panorama social angolano, decidiu abrir o seu próprio negócio. «E tudo começou assim» foi o nome escolhido pela antiga modelo para dar vida ao seu sonho, hoje tornado realidade: o de ter uma empresa própria, ligada ao ramo da organização de eventos. Requite, bom gosto e profissionalismo são os ingredientes chave do sucesso da empresária. A crescente carteira de clientes só vem comprovar que a marca de Diva Marques veio para ficar.

After years working in fashion, first as a model and make-up artist, and later as a journalist, either in television or in printed media, Diva Marques, an unavoidable figure in Angola's social scene, decided to open her own business. *E tudo começou assim* (And that's how it all started) was the name chosen by the former model to bring her dream to life: that of having her own business, within the event organisation industry. Refinement, good taste and professionalism are the key ingredients behind the businesswoman's success. Her growing clientele only confirms that the Diva Marques brand is here to stay.

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY MANUEL TEIXEIRA

Como surgiu a ideia de criar a empresa «E tudo começou assim»?

Estive muitos anos ligada à imprensa escrita e quase não conseguia respirar outra coisa. Por isso houve uma determinada altura em que decidi sair e realizar um sonho, abrir a minha empresa. A ideia concreta para o projecto partiu do facto de eu ter sempre que chamar uma decoradora para organizar as festas de aniversário da minha filha. O problema é que achava que nunca ficavam exactamente como eu queria. Foi assim até ao dia em que decidi ser eu a organizar a festa dela. A partir daí toda a gente me começou a perguntar por que é que eu não fazia o mesmo trabalho para outras pessoas. «E tudo começou assim» nasceu.

Fale-nos um pouco do conceito que costuma imprimir em cada festa.

É um conceito baseado na decoração *vintage*, a que no Brasil se dá o nome de *provençal*, por ter origem no estilo monárquico francês. Como sou uma apaixonada pela Maria Antonieta e pela monarquia francesa quis trazer este conceito para as minhas festas. Inicialmente só organizava festas infantis. Mas depois, como este estilo romântico passou a estar muito em voga, acabei por começar a organizar também festas para adultos. No Brasil estes eventos são autênticos contos de fada. E era exactamente essa ideia que eu queria transmitir às crianças, mas também aos adultos: que era possível terem a festa dos seus sonhos, um dia mágico. Passei a querer criar festas que fossem autênticos contos de fada, que era possível criar contos de fada.

Qual aquele que, para si, é o ponto de partida na decoração de cada festa?

O *design* do bolo, que eu tenho de acompanhar de perto, porque o bolo é a peça chave da festa. Os restantes objectos decorativos têm de combinar com ele. E têm de ser trabalhos muito artísticos e perfeitos.

Quais os tipos de festas que mais organiza?

Baptizados e aniversários. Mas também casamentos. Embora, nestes casos, eu tenha uma preferência por *mini weddings* e não propriamente por casamentos tradicionais, o que em Angola é quase impossível. Em Angola as famílias são muito grandes, por isso a minha primeira tentativa para realizar um *mini wedding* contou com 300 pessoas (risos). Neste momento estou a tentar baixar

How did the idea of creating «E tudo começou assim» come about?

I was involved for many years with written media and it had almost taken over my life. So there was a time in which I decided to get out and fulfil a dream, to start my own business. The specific idea for the project came from the fact that I always have to call a decorator to organise my daughter's birthday parties. The problem is that I felt that they were never exactly how I wanted them. It was like that until the day that I decided that I would organise her party. From then on everyone started asking me why I didn't do the same work for other people. «E tudo começou assim» was born.

Tell us a little of the concept that you usually impart in each party.

It is a concept based on vintage décor, which in Brazil is referred to as *provençal*, as it originates from the French monarchical style. As I am passionate about Marie Antoinette and the French monarchy I wanted to bring this concept to my parties. Initially I only organised children's parties. But then, when this romantic style became very fashionable, I ended up starting to organise parties for adults too. In Brazil these events are like real fairy tales. And this was precisely the idea that I wanted to convey to children and to adults too: that it was possible to have the party of your dreams, a magical day. I started to want to create parties that were authentic fairy tales, that it was possible to create fairy tales.

What do you see as the starting point in the decoration of each party?

The design of the cake, which I have to monitor closely, because the cake is the cornerstone of the party. The other decorative objects have to match it. And they have to be very artistic, perfect works.

What kinds of parties do you organise most?

Christenings and birthdays. But also weddings. Although, in these cases, I have a preference for 'mini weddings' and not exactly traditional weddings, which is almost impossible in Angola. In Angola families are very large, so my first attempt to hold a 'mini wedding' involved 300 guests (she laughs). At the moment I am trying to considerably lower the number, to put on 'mini weddings' for 50 or 60 guests.

«Gosto de novos desafios, como temas que me permitam criar e dar asas à minha imaginação» \\ «I like new challenges, such as themes that allow me to create and to give free rein to my imagination»





consideravelmente o número para pôr os *mini weddings* com 50 ou 60 pessoas.

Quanto aos temas, quais os mais pedidos?

Em relação aos temas das festas é muito relativo. Eu gosto de novos desafios, como temas que me permitam criar e dar asas à minha imaginação. Contudo, a maior parte dos temas que trabalho nas festas são os mais comerciais, como desenhos animados, pois os clientes já têm um conceito criado, ou alguma ideia tirada da Internet. Nesse caso o que eu faço é adapta-los ao meu estilo. Mas também acontece ter clientes que pedem algo novo, e aí eu posso sugerir entre o tema de um filme antigo, uma cidade, ou ainda abordar alguma marca de renome, que se identifique com a pessoa em questão.

Como classifica a adesão das pessoas à sua empresa?

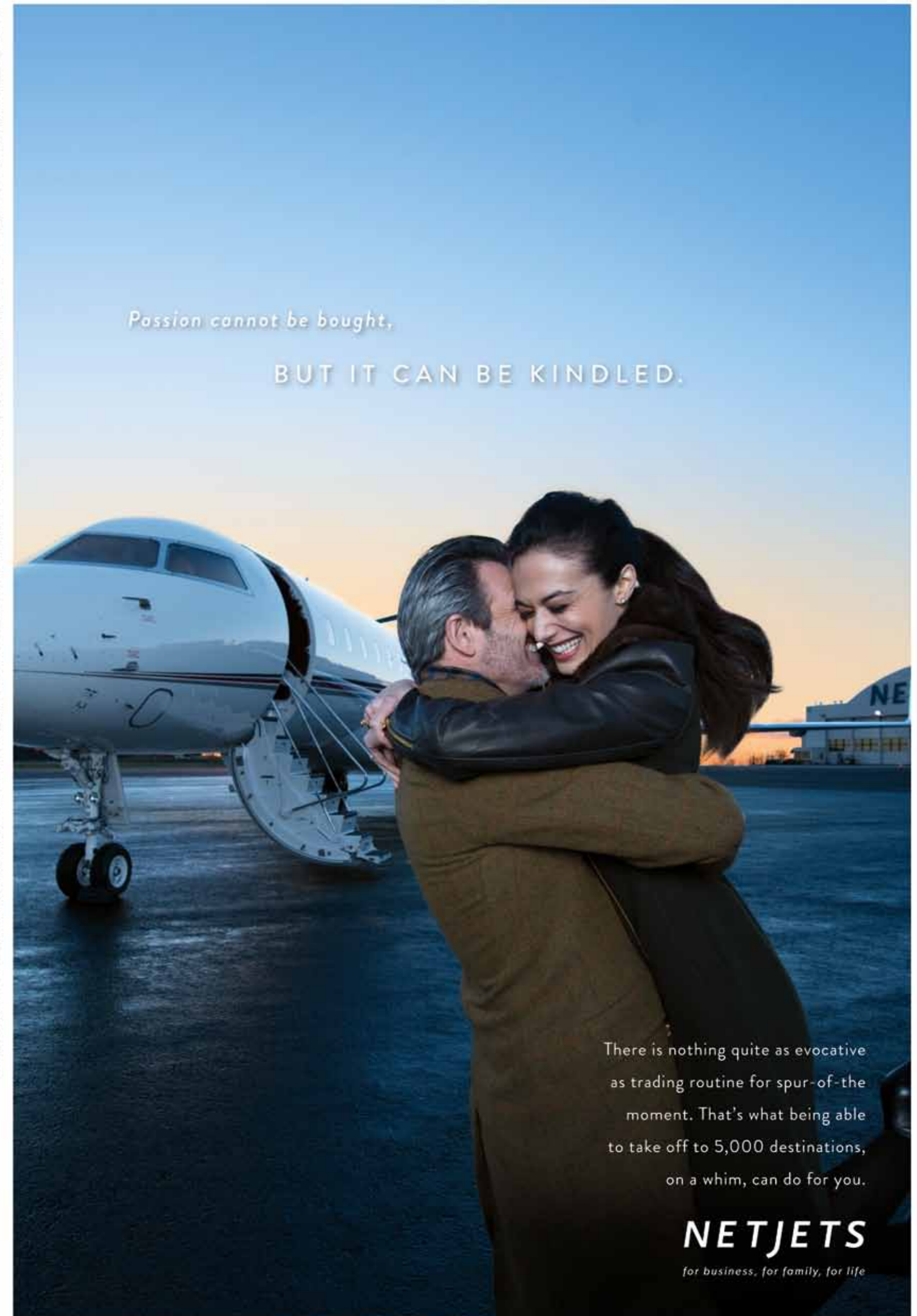
A adesão tem sido ótima, graças a Deus. Na verdade, há quatro anos atrás, eu usei o meu próprio nome como estratégia de *marketing*, por isso há algumas pessoas que pensam que a empresa se chama *Diva Marques Decorações*, quando o verdadeiro nome é «E tudo começou assim». O que é normal. Mas o que aconteceu foi o seguinte: como o meu nome e a minha imagem já eram grandes referências no mundo da moda, aproveitei para dar a cara como dona da empresa e assim conseguir visibilidade para apresentar a marca ao mercado. E se calhar por isso a adesão tem sido tão boa. Tanto que, neste momento, organizo duas a três festas por semana.

Which themes get requested the most?

It's all very relative when it comes to party themes. I like new challenges, such as themes that will allow me to create and give free rein to my imagination. However, most of the themes I work on are more commercial, such as cartoon characters, because customers already have a concept in mind, or an idea they've found on the Internet. In this case what I do is to adapt them to my style. But I also have customers who ask for something new, and then I can suggest the theme of an old movie, a city, or even some well known brand, that identifies with the person in question.

How would you rate the interest of people in your business?

Interest has been really high, thank God. In fact, four years ago, I used my own name as a marketing strategy, so there are some people who think the company is called *Diva Marques Decorações*, when the real name is «E tudo começou assim». Which is quite normal. But what happened was this: as my name and my image were already well known in the fashion world, I used it to introduce myself as the owner of the company and thus gain visibility to introduce the brand to the market. And maybe that's why people have been so interested. So much so, that at the moment I organise two to three parties a week.



Passion cannot be bought,
BUT IT CAN BE KINDLED.

There is nothing quite as evocative as trading routine for spur-of-the-moment. That's what being able to take off to 5,000 destinations, on a whim, can do for you.

NETJETS
for business, for family, for life



WHITE CLINIC MIGUEL STANLEY

«A aposta sempre foi na excelência e exclusividade do serviço prestado» \\ «Our focus has always been on the excellence and exclusiveness of the service we provide»

PUB

Nascido em África do Sul, Miguel Stanley tem uma reputação notável na área da medicina dentária, tanto em Portugal como além-fronteiras. O inegável prestígio que adquiriu ao longo da sua carreira inclui palestras em mais de 27 países e uma temporada em Los Angeles, onde fez *consulting* para clínicas de referência e onde ainda é consultor de medicina dentária do programa *The Doctors* no prestigiado canal CBS. Fundador e director clínico da White Clinic, situada em Miraflores, Lisboa, é lá que, juntamente com a sua equipa, recebe clientes vindos de todo o mundo, tendo por missão providenciar um serviço de excelência em diversas áreas que promovem a saúde, o bem-estar e a felicidade dos seus clientes. O conceito por detrás deste sucesso chama-se *Life Design* e Miguel Stanley foi já desafiado a repercuti-lo noutros países. A questão é que as suas mãos e as da sua equipa não são «franchisáveis» ou replicáveis. A sua aposta sempre foi na excelência e exclusividade do serviço prestado.

Em que consiste o conceito *White Life Design*?

Quando pretendemos construir uma casa temos de a imaginar, idealizar, projectar e finalmente construir, havendo vários parâmetros a considerar: estruturais, funcionais, estéticos e, acima de tudo, a sua durabilidade. O conceito da *White, Life Design*, tal como o nome indica, baseia-se em aplicar esses mesmos princípios para construir um novo sorriso, uma nova silhueta, e proporcionar mais saúde.

O conceito de *Lifestyle Medicine* da White Clinic é único na sua formulação e associação de opções de tratamento feitos-à-medida, onde adequamos as soluções médicas e

Born in South Africa, Miguel Stanley enjoys an exceptional reputation in the dental profession, both in Portugal and abroad. The undeniable prestige he has acquired throughout his career includes lectures in more than 27 countries and a period spent in Los Angeles, where he worked on a consultancy basis for leading clinics and where he is still the dental consultant for CBS show *The Doctors*. Founder and clinical director of the White Clinic, located in Miraflores, Lisbon, where he, along with his team, treats patients from all over the world, his mission is to ensure service excellence in a range of areas that promote the health, wellness and happiness of his patients. The concept behind this success is called *Life Design* and Miguel Stanley has already been challenged to take it to other countries. The problem is that his hands and those of his team cannot be franchised or replicated. The focus has always been on the excellence and exclusiveness of the service provided.

What is the *White Life Design* concept?

When you plan to build a house, you have to imagine it, devise it, design it and finally build it. In any project there are several parameters to consider: structural, functional, aesthetic and, above all else, durability. The *White, Life Design* concept, as the name implies, is based on applying these same principles to building a new smile, a new figure and making you healthier.

The *Lifestyle Medicine* concept of the White Clinic is unique in its formulation and combination of made-to-measure treatments, in which we tailor medical and scientific solutions to each particular case. This concept



científicas a cada caso em particular. Este conceito resulta de uma evolução de várias estratégias que desenvolvemos ao longo dos anos, provando que a medicina do bem-estar de alta qualidade tem vários vectores de excelência: a dimensão da clínica, (não exageradamente grande), a experiência dos médicos e de toda a equipa, a qualidade dos equipamentos e dos materiais usados e o tempo despendido em cada caso. O conceito é paralelo ao de um «Boutique Hotel». Nesta medida, somos uma das clínicas de saúde e beleza mais bem equipadas do mundo inteiro, pelo menos é o que nos dizem as empresas que nos equipam há mais de 14 anos. Criámos um centro de excelência dirigido para o paciente e altamente focado nos resultados, que se distingue pela sua rapidez de execução, descrição e pela experiência vasta em casos complexos.

«Somos uma das clínicas de saúde e beleza mais bem equipadas do mundo inteiro» \\ «We are one of best equipped health and beauty clinics in the world»

Que especialidades oferece a White Clinic?

Apostamos essencialmente na medicina dentária, verdadeira nutrição, *anti-aging*, reabilitação oral complexa, psicologia clínica, osteopatia e emagrecimento não invasivo. Estamos também a desenvolver um novo departamento de dermo-estética com um grupo norueguês. Todas estas áreas de intervenção foram minuciosamente escolhidas por serem aquelas que têm um impacto imediato na promoção da saúde e do bem-estar.

Toda a nossa experiência clínica combinada serve não apenas para tratar problemas de saúde e estética mas para trazer felicidade. Há um investimento em tempo e dinheiro feito por parte dos nossos clientes o qual respeitamos integralmente.

results from an evolution of various strategies that we have been developing over the years and which proves that high quality wellness medicine works on various levels of excellence: the size of the clinic (not overly large); the experience of the doctors and of the whole team; the quality of the equipment and materials used; and the time spent on each case. The concept can be compared to «Boutique Hotel». With this in mind, we are one of best equipped health and beauty clinics in the world; at least this is what we are told by the companies that have been supplying our equipment us for over 14 years. We have created a centre of excellence geared towards the patient and highly focused on results; a clinic that stands out for its rapid treatment times, its level of discretion and for its extensive experience in complex cases.

What specialities does the White Clinic offer?

We deal mainly in dentistry, proper nutrition, anti-aging, complex oral rehabilitation, clinical psychology, osteopathy and non-invasive slimming. We are also developing the new dermo-aesthetic department with a Norwegian group. All these treatment areas have been carefully chosen as they are those that have an immediate impact on promoting health and wellness.

Our combined clinical experience serves not only to treat health and aesthetic problems, but also to make people happy. We fully respect the investment made by our patients in terms of time and money.

Em que se baseia a exclusividade da White Clinic?

Construímos uma equipa altamente especializada para satisfazer a grande diversidade e complexidade de casos que nos chegam todos os dias. Quando idealizei esta clínica, tinha em mente construir algo onde pudesse confiar a saúde das pessoas que me são próximas. É isso que tenho aqui hoje: uma equipa de excelência onde deposito a minha total confiança.

Concentramos a excelência dos nossos serviços, a consistência da equipa e o profissionalismo num único espaço, permitindo manter sempre um elevado nível de confiança por parte dos nossos clientes fazendo-os querer voar até nós.

Na White, existe uma constante actualização dos conhecimentos e, não só pela casuística e profissionalismo de toda a equipa, mas essencialmente pelos resultados obtidos, os nossos médicos são convidados a formar outros médicos um pouco por todo o mundo.

Resta-me salientar o ponto pelo qual estamos cá: o nosso cliente. Cada solução que apresentamos é feita e estudada à medida de cada pessoa, tal como acontece na alta-costura, preocupando-nos sempre em superar as expectativas e fazer mais um cliente feliz.

What makes the White Clinic exclusive?

We have built a highly specialised team to satisfy the great diversity and complexity of cases that we treat every day. When I came up with this clinic, I had in mind something in which I could entrust the health of people who are close to me. This is what I have here now: an exceptional team in which I place my entire trust.

We focus the excellence of our services, the consistency of the team and our professionalism into a single space, allowing us to maintain a high level of confidence from our patients, which makes them happy to fly to us to be treated.

At the White clinic, we constantly update our expertise and, not only for the case-based reasoning and professionalism of the entire team, but essentially for the results achieved, our doctors are invited to train other doctors all around the world.

All that remains is for me to stress the reason why we are here: our patient. Every solution we present is made and studied to fit each person, exactly as in *haute couture*. Our constant concern is exceed expectations and to make another patient happy.

White Clinic
www.whiteifedesign.com

Rua Dr. António Loureiro Borges, Ed. 5, 1.º Andar
Arquipark – Miraflores | 1495-131 Algés, Portugal
T: +351 21 396 2727 | E: info@white.pt



INSPIRING PLACES

INDONÉSIA

Ilhas, Templos e Vulcões
Islands, Temples and Volcanoes

TEXTO TEXT MARIA AMÉLIA PIRES \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY 1, 2, 3 © BOROBUDUR, PRAMBANAN & RATU BOKO; 4, 5, 6 © MINISTRY OF CULTURE & TOURISM, REPUBLIC OF INDONESIA; 7, 9 © COMO HOTELS; 8, 10, 11, 12 © VICEROY BALI

Lugar longínquo, tão diverso e cheio de vida, que é impossível descrevê-lo por inteiro. Para além de ser o maior arquipélago do mundo, é também um dos mais encantadores e detentor de uma multiplicidade cultural quase inigualável. Chama-se República da Indonésia, situa-se no Sudeste Asiático e possui cerca de 300 grupos étnicos, com identidades culturais seculares.

A distant land, so diverse and full of life, which is impossible to describe in full. In addition to being the world's largest archipelago, it is also one of the most charming, while boasting an almost unrivalled cultural multiplicity. Its name is the Republic of Indonesia, it is located in Southeast Asia and it is home to about 300 ethnic groups, with ancient cultural identities



Milhares de ilhas tropicais, muitas delas inabitadas e inominadas, rodeiam-se de extensos areais e águas cristalinas, mas no interior delas as paisagens transformam-se a cada instante. São campos de plantação de arroz em Java e Bali; florestas luxuriantes em Sumatra, Kalimantan e Sulawesi; pastagens de savana nas ilhas Nusatenggara; picos nevados no oeste da Papua; sopros de enxofre sobre paisagens vulcânicas; milhares de templos admiráveis... mas são também metrópoles cosmopolitas, plenas de agitação, diversão, monumentos, museus e tudo o que as cidades modernas têm para oferecer. A capital, Jacarta, situada na Ilha de Java, é exemplo disso. É uma cidade agitada, com prédios modernos e monumentos históricos, como a

Thousands of tropical islands, many of them uninhabited and nameless, are surrounded by long sandy beaches and crystal clear waters, but inland, the landscapes are transformed with every moment. They are rice paddies in Java and Bali; lush forests in Sumatra, Kalimantan and Sulawesi; savannah grasslands on the Nusatenggara islands; snow-capped peaks in the west of Papua; wafts of sulphurous air over volcanic landscapes; thousands of stunning temples... but they are also cosmopolitan metropolises, full of action, fun, monuments, museums and everything that modern cities have to offer. The capital, Jakarta, located on the Island of Java, is a prime example of this. It is a bustling city, with modern buildings and

Ponte Semanggi, construída no centro da cidade. Ao redor da Ponte, é possível visitar o Jardim das Orquídeas, o Bazar da Indonésia, a Mesquita Istiqlal, a maior do sudeste asiático, e o Museu Militar, além de inúmeros armazéns, lojas e restaurantes.

A Ilha de Java, uma das mais visitadas, é uma região repleta de espécies raras de animais selvagens, belezas naturais surpreendentes, palácios e templos, como o Borobudur, o Prambanan e o Ratu Boko. O Templo Borobudur é o maior monumento budista do mundo e actualmente a atracção turística mais popular da Indonésia. Foi construído no século VIII, originalmente como um templo hindu. Posteriormente, a sua construção seguiu parâmetros budistas. Foi abandonado e envolvido pela selva, até à sua redescoberta em 1814. A UNESCO promoveu um programa para a sua reconstrução e recuperação que findou em 1983.

O conjunto de templos denominado Prambanan é formado por dois complexos, o Loro Jonggrang, hindu, e o Sewu, budista, e a sua construção data do ano de 856. Para além do seu interesse arquitectónico, destacam-se as esculturas e relevos das fachadas que relatam passagens épicas.

A história de Ratu Boko é pouco nítida, porque longínqua. A inscrição mais antiga encontrada no local data do ano de 792. Nos seus 16 hectares de paisagens soberbas e uma paz inquietante, encontram-se magníficos edifícios de características budistas e hindus.

historical monuments, such as the Semanggi Bridge, built in the city centre. Around the bridge, you can visit the Orchid Garden, the Bazaar of Indonesia, the Istiqlal Mosque, the largest in Southeast Asia, and the Military Museum, as well as numerous warehouses, shops and restaurants.

The Island of Java, one of the most visited, is a region rich in rare species of wildlife, amazing natural beauty, palaces and temples, such as Borobudur, the Prambanan and the Ratu Boko. The Borobudur Temple is the largest Buddhist

O Templo Borobudur é o maior monumento budista do mundo e actualmente a atracção turística mais popular da Indonésia.

\\ The Borobudur Temple is the largest Buddhist monument in the world and currently the most popular tourist attraction in Indonesia.

monument in the world and currently the most popular tourist attraction in Indonesia. It was built in the 8th century, originally as a Hindu temple. Its construction subsequently followed Buddhist parameters. It was abandoned and swallowed up by the jungle until its rediscovery in 1814. UNESCO backed a programme for its reconstruction and renovation that ended in 1983.

The group of temples known as Prambanan is made up of two complexes, the Loro Jonggrang, Hindu, and the Sewu, Buddhist, while its construction dates from the year 856. In addition to its architectural interest, highlights include its sculptures and reliefs on the façades, which depict epic passages.

The history of Ratu Boko is unclear given the distance in time. The oldest inscription found at the site dates from the year 792. Throughout its 16 hectares of superb scenery and an unsettling peace, there are magnificent buildings with Buddhist and Hindu features.





A leste de Java, fica a Ilha de Bali, famosa pelas suas paisagens, pelos templos – razão pela qual é chamada de «Ilha dos Deuses» – e por uma cadeia de seis vulcões. Há exuberantes florestas tropicais, lagos de crateras imaculadas, rios e ravinas profundas, campos férteis de vegetais e frutas.

A copiosa herança cultural da ilha é visível em toda a parte, em mais de 20 mil templos e palácios, em muitos festivais coloridos, cerimónias, música e dança. Bali mostra uma visão espiritual da vida e é a capital artística da Indonésia. O hinduísmo premeia o quotidiano, com o aroma

To the east of Java, we find the Island of Bali, famous for its landscapes, for its temples – the reason behind it being called the «Island of the Gods» – and for a chain of six volcanoes. There are lush tropical forests, pristine crater lakes, rivers and deep ravines, fertile fields of vegetables and fruit.

The rich cultural heritage of the island can be seen everywhere, in more than 20,000 temples and palaces, in many colourful festivals, ceremonies, music and dance. Bali reveals a spiritual vision of life and is the artistic capital of Indonesia. Hinduism rewards the everyday with the



O artesanato apresenta-se em cada esquina: as máscaras, os entalhes, as bijutérias feitas de materiais locais. \\ Handicrafts can be seen on every corner: masks, carvings, jewellery made from local materials.





do incenso, com o contorno de templos e altares. Em Ubud, onde a cultura da ilha se mantém viva e intacta, as noites são perfumadas e os dançarinos movem-se ao som de gongos e percussões; de dia, o artesanato apresenta-se em cada esquina: as máscaras, os entalhes, as bijuterias feitas de materiais locais e decoradas com contas e estampas arrojadas. E quando a noite cair de novo, pernoitar no Hotel Viceroy Bali ou no Hotel Uma by COMO será com certeza inesquecível, verdadeiras experiências de paz e bem-estar.

scent of incense, with the outline of temples and altars. In Ubud, where the island's culture remains alive and intact, nights are fragrant and dancers move to the sound of gongs and drums; during the day, handicrafts can be seen on every corner: masks, carvings, jewellery made from local materials and decorated with beads and bold prints. And when night falls again, spending the night at the Hotel Viceroy Bali or at the Hotel Uma by COMO will certainly prove unforgettable, with veritable experiences of peace and well-being.



Ainda que fosse possível referir os milhares de ilhas que constituem o arquipélago, não haveria palavras que se encostassem ao que os olhos podem ver e o coração pode sentir. Será, indubitavelmente, uma viagem memorável, porque na praia ou na montanha, nos arrozais ou nos vulcões, na história ou na modernidade, haverá sempre tesouros para descobrir. Seja bem-vindo a um lugar onde a beleza não tem limites!

If it were at all possible to mention the thousands of islands that form the archipelago, there would never be enough words to match what the eye can see and the heart can feel. It will undoubtedly be a memorable trip because, on the beach or in the mountains, in the rice paddies or on the volcanoes, in history or in modern times, there will always be treasures to discover. Welcome to a place where beauty knows no bounds!

**HUMBERTO BARBOSA**

Especialista em Nutrição e Longevidade | Fundador da Clínica do Tempo
Specialist in Nutrition and Longevity | Founder of the Clínica do Tempo

+351 21 458 85 00
www.clinicadotempo.com

O Homem Actual

Hoje os homens têm mais preocupação em cuidar do seu aspecto e da sua saúde. Isso deixou de ser um privilégio feminino. Deixou de ser mal visto um homem cuidar de si, antes pelo contrário, actualmente é valorizado um homem que cuida da sua imagem. É uma realidade disseminada em todo o mundo, com direito a novas terminologias que identificam um homem como metrosssexual, por exemplo. A maior parte dos homens já aceita e cultiva essa preocupação com a saúde e a imagem, e as mulheres apreciam esse cuidado.

Podemos ver este novo cuidado masculino em todas as áreas, desde homens de negócios, a estrelas de cinema e ases do futebol. Não existe um perfil definido. Há homens de todas as idades, profissões e estado civil a procurar cuidados de corpo e de rosto.

No caso do *Liposhaper*, a razão da sua existência não é meramente estética, pois o grande fundamento desta tecnologia é o combate ao excesso de gordura localizada, que é de um modo geral nociva para a saúde, principalmente quando essa gordura está concentrada na zona abdominal.

Modern-day Man

Today men are more concerned about taking care of their appearance and their health. This is no longer a female privilege. A man taking care of himself is no longer seen as a bad thing, on the contrary, a man who takes care of how he looks is now valued. This is the case in many parts of the world, and has even led to new terminology, such as identifying a man as *metrosssexual*, for example. Most men have accepted this interest in health and looks, and cultivate it, and women appreciate this care.

You can see this new style of men's grooming in all walks of life, from business men to film and football stars. There is no set profile. There are men of all ages, professions and marital status looking for body and facial treatments.

In the case of the *Liposhaper*, the reason for its existence is not merely aesthetic, as the major basis to this technology is fighting excess localised fat, which is a generally harmful to health, especially when that fat is concentrated in the abdominal area. A person with a paunch is not only

Uma pessoa com barriga proeminente não é apenas afectada esteticamente, mas tem mais probabilidades de sofrer de colesterol alto, hipertensão e diabetes tipo 2. Tudo isto representa um risco elevado de poder sofrer doenças cardiovasculares, como enfartes e acidentes vasculares cerebrais (AVC).

Geralmente, os tratamentos mais procurados pelo sexo masculino são os de corpo. Por tratamentos de corpo entende-se três grandes áreas: a depilação permanente, para remoção duradoura do excesso de pilosidade nas costas, ombros, peito e abdómen; o *Liposhaper Max*, para eliminação de gordura localizada através de um método não-invasivo, sem anestesia, sem cortes, sem dores e sem cicatrizes; e a estimulação muscular por impulsos eléctricos da tecnologia *Biotime*, para tonicidade e definição corporal. A zona mais procurada para tratamento é a abdominal, não apenas para eliminar a inestética barriga, mas também por uma consciência crescente do perigo para a saúde que representa ter um perímetro abdominal aumentado.

affected aesthetically, but is also more likely to suffer from high cholesterol, high blood pressure and type 2 diabetes. All of this represents a higher risk of possibly suffering from cardiovascular diseases, such as heart attacks and strokes.

Generally, the most popular male treatments are for the body. With body treatments the three major areas include: permanent hair removal, removing excess hair on the back, shoulders, chest and abdomen; the *Liposhaper Max*, for removing localised fat through a non-invasive method, without anaesthesia, incisions, pain, or scars; and muscle stimulation through electrical impulses using *Biotime* technology, to tone and define the body.

The area that is most popular for treatments is the stomach area, not only to get rid of an unsightly belly, but also because of a growing awareness of the health hazard having an increased waist circumference implies.



Exclusive Villa in a prestigious Golf Resort

INSPIRING PLACES

KILUNDA PARADISE

TEXTO TEXT ANDREIA BARROS FERREIRA \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY MANUEL TEIXEIRA

Mitigar o Passo na Funda \ \ Time to Slow Down in Funda





outdoor (há um projecto para a construção de um indoor), uma sala de conferências equipada com a mais moderna tecnologia e com capacidade para 40 pessoas, o Kilunda Paradise está preparado para receber visitantes em férias, mas também empresas e grupos. Todos poderão usufruir do restaurante do resort, com oferta de uma gastronomia de carácter internacional e de base angolana, completada com uma vasta carta de vinhos e bebidas não alcoólicas.

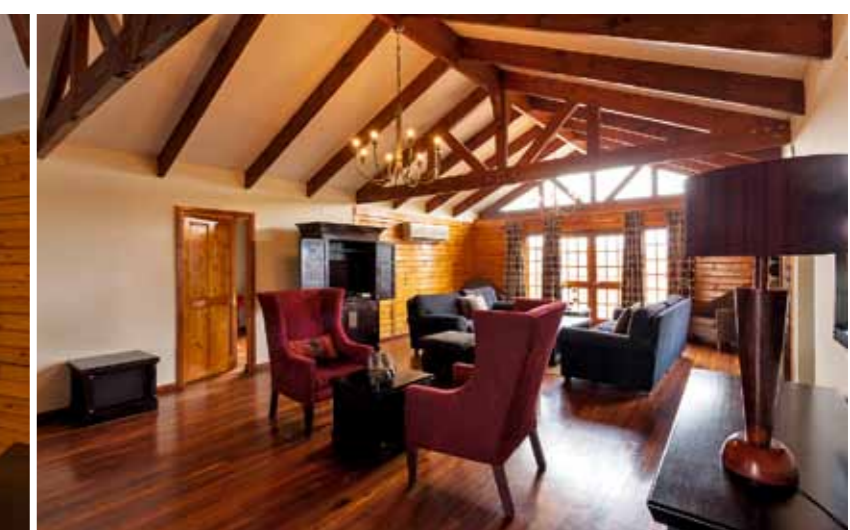
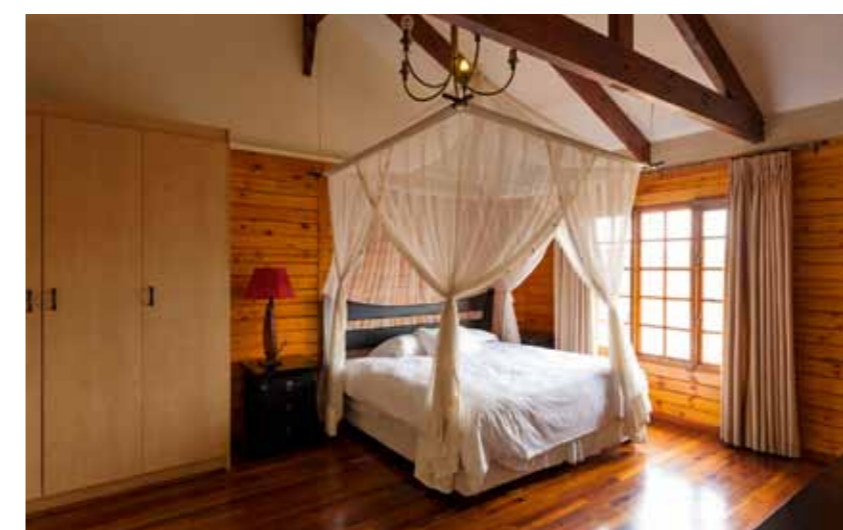
exist to build an indoor one), a conference room equipped with the latest technology and able to hold 40 people, the Kilunda Paradise is designed to welcome visitors for holidays, and also companies and groups. Everyone can take advantage of the resort's restaurant, which offers a menu of international inspiration and Angolan roots, joined by an extensive wine list and non-alcoholic beverages.

É ainda cacimbo quando visitamos pela primeira vez o Kilunda Paradise, na Comuna da Funda, em Luanda. O verde nos jardins do resort contrasta com a paisagem castanha e a perder de vista ao redor. É uma imagem que se alterará com a chegada da época das chuvas, quando a Natureza se torna exuberante e cheia de cor.

Com cerca de duas dezenas de bungalows de diferentes tipologias (o maior tem quatro quartos, sendo que todos recorrem a madeiras nórdicas), uma piscina, um ginásio

It is still *cacimbo* season when we visit the Kilunda Paradise, in the Commune of Funda, in Luanda for the first time. The green in the gardens of the resort contrasts with the brown landscape and the endless views all around. It's an image that will change with the arrival of the rainy season, when nature becomes lush and full of colour.

With close to twenty bungalows of varying configurations (the largest has four bedrooms, while all are made of Nordic timber), a swimming pool, an outdoor gym (plans





Para além de se poder usufruir da Natureza, com passeios pelos mais de 40 hectares da propriedade, no Kilunda Paradise é possível observar macacos, galinhas do mato e perdizes, entre outros animais. No futuro, o resort deverá ter um parque com mais animais, passível de ser visitado de moto 4. A oferta ficará completa com um parque de paintball, escalada e rappel, e a possibilidade de realização de passeios a cavalo e de barco. Será um lugar mais activo, porque, para já, o que o Kilunda Paradise exige dos visitantes é que abrandem o passo, esvaziem a mente e relaxem. Um convite quase irrecusável.

In addition to the joys of nature, with jaunts through the property's 40-plus hectares, at the Kilunda Paradise you can see monkeys, guinea fowl and partridges, among other animals. In the future, the resort will have a park with more animals, which will be able to be visited on quad bikes. The activities on offer will also include a paintball, climbing and abseiling park, and the possibility to go horse riding and boating. It will be a more active place because, for now, what the Kilunda Paradise requires of its visitors is that they slow down, empty their minds and relax. An almost irresistible invitation.



Exclusive Villa in Quinta Patiño, Estoril

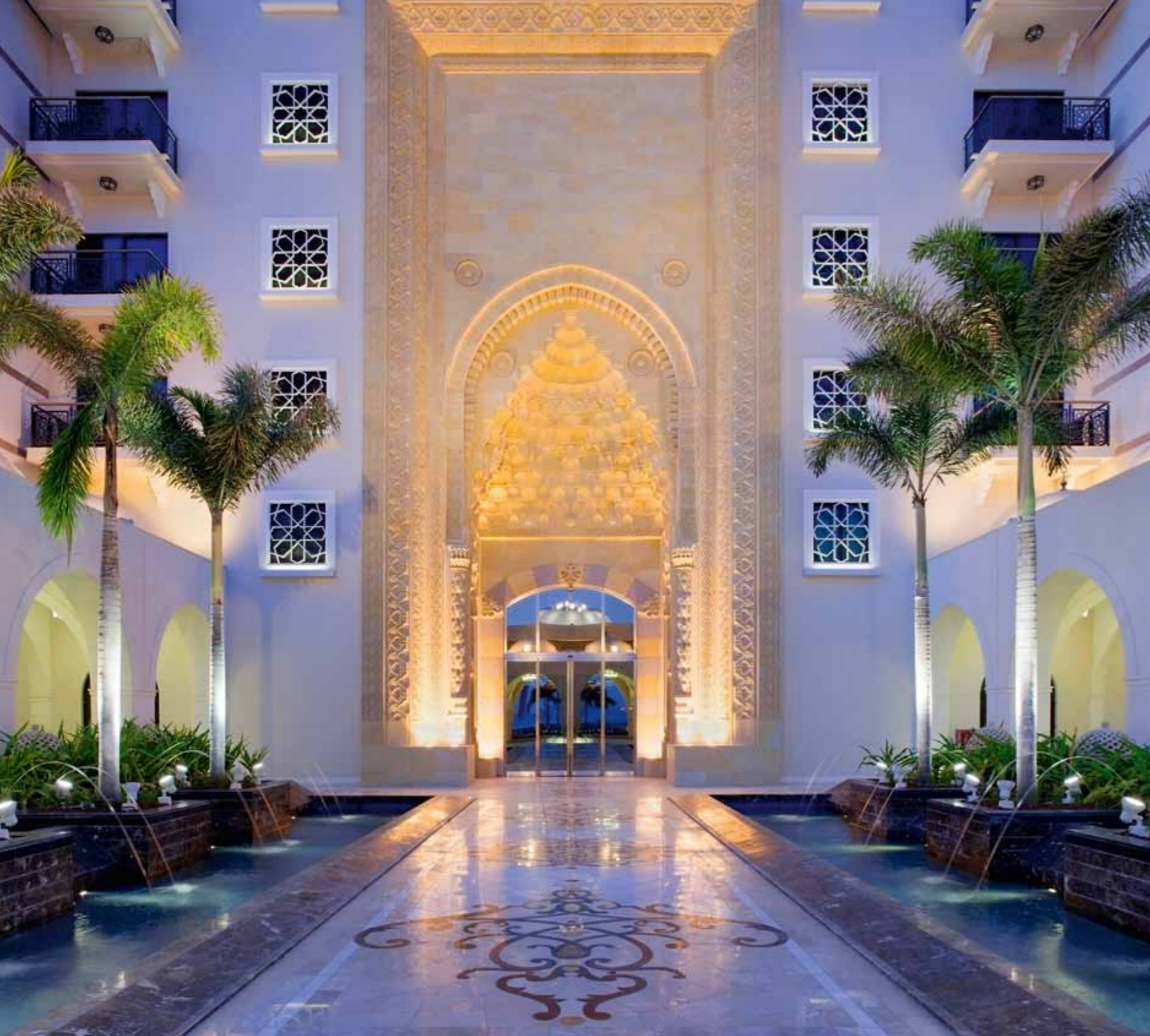
INSPIRING PLACES

JUMEIRAH ZABEEL SARAY

TEXTO TEXT ESTELA ATAÍDE \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY JUMEIRAH GROUP

Magnificência Imperial
Imperial Magnificence



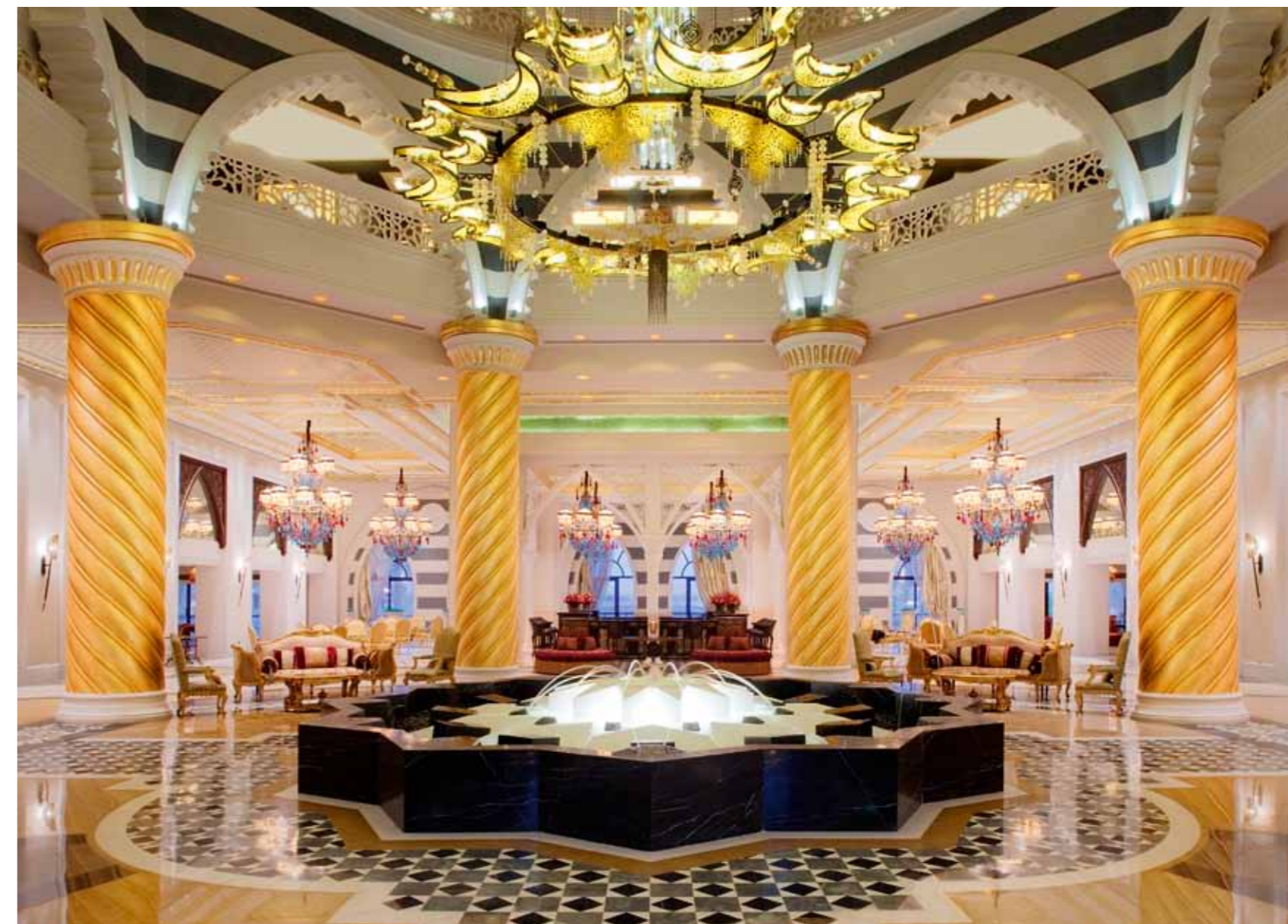


Com uma vista deslumbrante sobre o Golfo Pérsico, o majestoso hotel Jumeirah Zabeel Saray foi cuidadosamente elaborado para reflectir a pompa do Império Otomano. Com acabamentos pintados à mão, obras de arte turca e murais luxuosos, cada detalhe deste paraíso localizado no lado oeste de Palm Jumeirah, a célebre ilha com formato de palmeira construída no Dubai, foi pensado para transbordar grandiosidade.

Com um total de 405 quartos elegantemente decorados, o resort disponibiliza 42 suítes e 38 opulentas villas situadas em torno de uma deslumbrante lagoa artificial, brindando sempre os convidados com paisagens fascinantes e quartos equipados com tecnologia topo de gama. Nas exclusivas villas, o resort disponibiliza ainda serviços personalizados de mordomo, segurança 24 horas, acesso ilimitado a uma praia particular e transporte de limusina de e para o aeroporto, entre outras comodidades.

With stunning views over the Persian Gulf, the majestic Jumeirah Zabeel Saray hotel has been carefully crafted to reflect the pomp of the Ottoman Empire. Featuring hand-painted finishes, works of Turkish art and luxury murals, every detail of this paradise located on the West Crescent of the Palm Jumeirah, the famous palm tree shaped island built in Dubai, has been designed to overflow with grandeur.

With a total of 405 elegantly decorated rooms, the resort offers 42 suites and 38 opulent villas stood around a stunning artificial lake, always treating guests to fascinating landscapes and rooms equipped with top of the range technology. In the exclusive villas, the resort also provides personalised services, including butler service, 24-hour security, unlimited access to a private beach and limousine travel to and from the airport, among other amenities.





Além de um oásis visual, o Jumeirah Zabeel Saray é também um paraíso gastronômico e os seus dez restaurantes deleitam os hóspedes com receitas sublimes. Da cozinha turca preparada com toque contemporâneo, ao melhor da cozinha vietnamita, passando por pratos indianos, libaneses e japoneses e por refeições inspiradas no Império Otomano, são muitos os sabores do mundo reunidos no resort. Quando a noite cai, o C Club, o Voda Bar, o Supperclub e o Musichall colocam à disposição dos convidados uma ampla variedade de espaços e ambientes. Nos serões mais tranquilos, o Teatro Mehteran pode entreter até 370 convidados com apresentações inesquecíveis e o cinema privado do hotel pode acomodar até 30 cinéfilos.

Nos dias em que relaxar é o propósito, o incomparável Talise Ottoman Spa disponibiliza incontáveis tratamentos, da hidroterapia às saunas e salas de neve, sem esquecer

In addition to a visual oasis, the Jumeirah Zabeel Saray is also a gastronomic paradise and its ten restaurants delight guests with sublime recipes. From Turkish cuisine prepared with contemporary flair, or the finest of Vietnamese cuisine, to Indian, Lebanese and Japanese dishes or meals inspired by the Ottoman Empire, there are many flavours of the world gathered in the resort. When night falls, the C Club, the Voda Bar, the Supperclub and the Musichall offer guests a wide variety of spaces and environments. On quieter evenings, the Mehteran Theatre can entertain up to 370 guests with unforgettable performances and the hotel's private cinema can accommodate up to 30 film fans.

On days where relaxing is your goal, the incomparable Talise Ottoman Spa offers a host of treatments, from hydrotherapy to saunas and snow rooms, not to mention



os *hammam* turcos, entre muitas outras opções de relaxamento. Para os que preferem entretenimento mais energético, o hotel está equipado com um centro de ténis, duas piscinas *indoor* de água salgada e um *fitness centre*. No centro comercial, 12 *boutiques premium* colocam ao dispor dos hóspedes as mais recentes novidades do mundo da moda.

the Turkish *hammam*, among many other relaxation options. For those who prefer more energetic entertainment, the hotel is equipped with a tennis centre, two indoor saltwater swimming pools and a fitness centre. In the shopping centre, 12 premium boutiques bring the latest creations from the world of fashion to guests.



bem-vindo
Momentos únicos.



POLANA SERENA
HOTEL



Polana Serena Hotel, Av. Julius Nyerere 1380 . P.O Box 1151, Maputo . Moçambique
Tel.: +258 21 241700 / 800 . Cel.: +258 82 3201450 / +258 84 2417000 . Fax.: +258 21 491480 . Email.: Reservations@serena.co.mz
Johannesburg Reservations . Grayston Ridge Office Park, Block C, Ground Floor, 144 Katherine Street, Sandown . South Africa
Tel.: +27 (011) 021 2607/ 2608/ 2609 . Email: reservations@serenahotels.co.za
www.serenahotels.com



HEALTH & WELLNESS

O Poder das Frutas Tropicais The Power of Tropical Fruit

São apreciadas como iguarias. A simples menção a «fruta tropical» lembra sabores exóticos e faz sonhar com paisagens paradisíacas. Talvez as três frutas tropicais mais conhecidas e mais usadas sejam a banana, a manga e o ananás. Estas frutas já fazem parte do dia-a-dia de toda a gente, em qualquer parte do mundo. Além do seu sabor, têm reconhecidos benefícios para a saúde e até podem ajudar a emagrecer.

They are enjoyed as delicacies. The mere mention of «tropical fruit» brings to mind exotic flavours and makes you dream about idyllic landscapes. The three best known and most used tropical fruit are bananas, mangoes and pineapples. These fruit are already part of everyday life for many people, all around the world. In addition to their flavour, they have recognised health benefits and may even help you to lose weight.

PUB



O ananás transporta-nos para as praias de águas cristalinas e areias douradas, faz-nos lembrar um fim de tarde bem passado à beira-mar, seja com um *cocktail* de *piña colada*, um sumo natural ou uma generosa fatia da cor do sol. Uma verdadeira e refrescante fatia de saúde.

Mas para além da sua beleza e mistério, o ananás é uma fruta cheia de vitamina C e de manganês, um mineral importante para a construção do nosso corpo.

É doce e sumarento e baixo em calorias. Uma chávena de ananás tem apenas 74 calorias, mas fornece ao nosso organismo quase a totalidade de vitamina C diária de que necessitamos. O manganês é importante para os músculos, ossos e nervos. Também é rico em fibras e, mais importante, numa substância chamada bromelaina, uma enzima que quebra a proteína, ajudando não só ao processo digestivo mas também à regeneração e cura do nosso corpo.

O ananás também tem uma função anti-inflamatória e tem efeitos benéficos sobre a inflamação nos tecidos que provoca a inestética celulite.

The pineapple whisks you off to beaches of golden sands lapped by crystal-clear waters, and makes you think of evenings enjoyed by the sea, either with a *piña colada* cocktail, a natural juice or a generous sun-coloured slice. A real and refreshing slice of health.

But in addition to its beauty and mystery, the pineapple is a fruit packed with vitamin C and manganese, a mineral important for the construction of our body.

It is sweet and juicy and low in calories. A cup of pineapple has only 74 calories, but provides your body with almost all your daily vitamin C requirements. Manganese is important for the muscles, bones and nerves. It is also rich in fibre and, more importantly, in a substance called bromelain, an enzyme that breaks down protein, helping not only in the digestive process, but also in the regeneration and healing of the body.

Pineapple also has anti-inflammatory properties and has beneficial effects on the tissue inflammation that causes unsightly cellulite.



A banana é rica em vitamina B6, manganês, vitamina C e potássio. Uma banana média tem 1 g de proteína, 3 g de fibra, bons valores de magnésio, folato, riboflavina (vitamina B2), niacina (vitamina B3 ou PP), vitamina A e ferro.

A banana é suficientemente pura e segura para ser a primeira comida sólida dos bebés, até por ser facilmente digerida. É isenta de gordura, colesterol e sódio. Uma banana tem cerca de 400 mg de potássio, protector do sistema cardiovascular. O potássio ajuda a prevenir a hipertensão, a aterosclerose e o acidente vascular cerebral (AVC).

Elimina o ácido no aparelho digestivo, alivia a azia e ajuda a proteger contra úlceras. A sua fibra solúvel, pectina, previne a obstipação.

A banana até equilibra a disposição: tem triptofano, serotonina e norepinefrina, que ajudam a prevenir a depressão e promovem estados de bem-estar e relaxamento. A vitamina B6 também ajuda a prevenir a insónia, alterações de humor e irritabilidade.

A banana ainda ajuda a prevenir a degeneração macular, a maior causa de perda de visão nos adultos.

Bananas are rich in vitamin B6, manganese, vitamin C and potassium. An average banana has one gram of protein, three grams of fibre, good magnesium levels, folate, riboflavin (vitamin B2), niacin (vitamin B3 or PP), vitamin A and iron.

Bananas are sufficiently pure and safe to be given to babies as their first solid food, as they are also easily digested. They are free of fat, cholesterol and sodium. A banana has about 400 mg of potassium, which protects the cardiovascular system. Potassium helps prevent high blood pressure, atherosclerosis and strokes.

They remove acid in the digestive tract, relieve heartburn and help protect against ulcers. Their soluble fibre, pectin, prevents constipation.

Bananas also even out your mood: they have tryptophan, serotonin and norepinephrine, which help prevent depression and promote states of well-being and relaxation. Vitamin B6 also helps prevent insomnia, mood swings and irritability.

Bananas also help prevent macular degeneration, the leading cause of loss of sight in adults.



A manga é talvez das frutas que mais nos transporta para os trópicos, com a sua forma e cor apetitosa, um cheiro convidativo e uma textura e sabor de fazer crescer água na boca.

Suculenta, carnuda e saborosa, a manga é excelente para a saúde. Tem apenas cerca de 50 a 70 calorias, é rica em fibras (tal como a banana possui pectina), uma boa fonte de hidratos de carbono e é rica em vitaminas.

A, B6, B12, C, E e K são as vitaminas mais importantes na manga, que também contém ferro, fósforo, cálcio, cobre, potássio, magnésio, zinco e um pouco de selénio.

A manga não tem colesterol e é rica em água. Contém principalmente ácidos gordos mono e polinsaturados, as chamadas gorduras benéficas, até para o sistema cardiovascular.

É diurética, purificadora do sangue, fortalece o sistema imunitário, é expectorante, e ajuda a combater a acidez do estômago. Rica no antioxidante betacaroteno, que se transforma em vitamina A no organismo, é excelente para a pele e para a visão.

Mangoes are possibly the fruit that most makes you think of tropical climes, with their shape and appetising colour, an appealing aroma and a mouth-watering texture and taste.

Juicy, fleshy and flavoursome, mangoes are excellent for your health. Each mango only has about 50 to 70 calories. They are rich in fibre (like bananas they contain pectin), a good source of carbohydrates and they are rich in vitamins.

A, B6, B12, C, E and K are the most important vitamins in mangoes, which also contain iron, phosphorus, calcium, copper, potassium, magnesium, zinc and a little selenium.

Mangoes contain no cholesterol and are rich in water. They contain mainly mono- and polyunsaturated fatty acids, so-called good fats, especially for the cardiovascular system. They have diuretic and expectorant properties, strengthen the immune system, purify the blood, and help fight stomach acidity. Rich in the antioxidant beta-carotene, which turns into vitamin A in the body, they are excellent for the skin and sight.



HEALTH & WELLNESS

DESPORTO

15 Minutos pela sua Saúde 15 Minutes for your Health

TEXTO TEXT CAROLINA XAVIER E SOUSA \\\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY MANUEL TEIXEIRA

A falta de tempo é, aparentemente, um dos grandes impedimentos para que alguém muito ocupado se mantenha em forma. Desmistifique-se esse facto. «Um treino de apenas 15 minutos, duas a três vezes por semana, naturalmente aliado a uma alimentação saudável, é mais do que suficiente para se manter uma boa forma física», garante o *personal trainer* João Carvalho.

Apparently, lack of time is one of the major obstacles stopping busy people from keeping in shape. This fact disproves that entirely: «A workout of just 15 minutes, two to three times a week, combined of course with a healthy diet, is more than enough to keep in good physical shape,» *personal trainer* João Carvalho ensure us.

Seja em casa, no ginásio, ao ar livre ou num quarto de hotel a milhas de distância, o treino é simples. Começa com um aquecimento generalizado e alguns alongamentos. Segue-se o cardio de alta intensidade, que consiste em fazer alguns *sprints* correndo umas dez vezes na intensidade máxima cerca de 50 metros, (pode fazê-lo sem sair do lugar) ou subir e descer escadas. O importante é provocar no organismo um aumento dos batimentos cardíacos, potenciando a libertação de adrenalina, o que, por via de processos bioquímicos, prepara o corpo para um aumento da sua capacidade de usar as gorduras acumuladas como fonte de energia na fase posterior do treino. O circuito seguinte tem inúmeras possibilidades, mas pode incluir flexões, agachamentos, *burpees*, *jumping lunges* e elevações, combinados numa sequência que permita, durante dez minutos, executar sem pausas cada um dos exercícios o máximo de repetições possível.

A ideia deste tipo de treino, uma conjugação de *High-Intensity Interval Training* com *CrossFit*, tem como propósito trabalhar o corpo como um todo, ajudando as pessoas a manterem-se funcionais no dia-a-dia. Apenas requer o peso corporal, pelo que a falta de acessórios ou de tempo deixou de ser desculpa. Para se manter em boa forma física, basta força de vontade. Independentemente do estilo de vida que tenha ou do lugar do mundo onde esteja.

Whether at home, in the gym, outdoors or in a hotel room miles away, the workout is simple. It begins with an overall warm-up and some stretching. This is followed by high intensity cardio, which involves running some 50-metre sprints ten times, as fast as you can, (you can do it without going anywhere) or going up and down stairs. What is important is to bring about increased heartbeat in the body, enabling the release of adrenaline, which, by means of biochemical processes, prepares the body for an increase in

its ability to use stored fat as an energy source in the later stage of the workout. The workout that follows thi has many possibilities, but can include push-ups, squats, burpees, jumping lunges and elevations, combined in a sequence that, over ten minutes, allows you carry out each of the exercises with

as many repetitions as possible with pausing.

The idea of this type of workout, a combination of *High-Intensity Interval Training* with *CrossFit*, is to work the body as a whole, helping people to remain functional in everyday life. It only requires body weight, meaning that a lack of accessories or time is no longer an excuse. To remain in good physical shape, all you need is willpower. Regardless of the lifestyle you have or where you are in the world.

Um treino de 15 minutos, duas a três vezes por semana, basta para manter uma boa forma física.

\\ A 15-minute workout, two to three times per week, is enough to keep a good shape.

João Carvalho | jcpersonaltr@gmail.com





SUPREME FLAVOURS

MASSIMO BOTTURA

Um *Chef* que Gosta de Pensar
A *Chef* who Likes to Think

TEXTO TEXT CAROLINA XAVIER E SOUSA \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY OSTERIA FRANCESCANA (WWW.OSTERIAFRANCESCANA.IT);
1 © PER-ANDERS JORGENSEN; 2, 4, 6 © PAOLO TERZI; 3 © WWW.GUERILLAPHOTOGRAPHY.COM

Massimo Bottura é um dos grandes nomes entre uma inovadora geração de *chefs* italianos. Transpondo para os seus pratos a paixão que tem pela arte contemporânea e pela cozinha *avant-garde*, é na Osteria Francescana – consecutivamente considerado o melhor restaurante de Itália e um dos melhores do mundo – que o galardoado *chef* expressa a sua criatividade em pratos que derivam de premissas conceptuais. Somando hoje três estrelas Michelin, Massimo Bottura vê-se como «um *chef* que gosta de pensar», tendo plena convicção de que «nada é impossível».

Massimo Bottura is one of the great names in an innovative generation of Italian *chefs*. Bringing to his dishes the passion he has for contemporary art and *avant-garde cuisine*, it is in the Osteria Francescana – consecutively considered the best restaurant in Italy and one of the best in the world – that the award-winning *chef* expresses his creativity in dishes that stem from conceptual premises. Now boasting three Michelin stars, Massimo Bottura sees himself as «a *chef* who likes to think», who has the complete conviction that «impossible is nothing».





Escondia-se dos irmãos mais velhos sob a mesa da cozinha, de onde espreitava as mulheres da casa em volta do fogão. «Foi aí que a minha paixão pela comida começou, aos pés da minha avó, debaixo de cascatas de farinha e de queijo parmesão ralado», lembra Massimo Bottura.

Depois de abandonar o curso de Direito e de decidir aperfeiçoar a sua veia culinária no primeiro restaurante que abriu, o Trattoria del Campazzo, e com o mestre Alain Ducasse, Bottura inaugura em 1995 a Osteria Francescana, no centro histórico de Modena, com grandes ambições e

He would hide from his older siblings under the kitchen table, from where he would spy on the women of the house around the stove. «That's where my passion for food began, at my grandmother's feet, under cascades of flour and grated Parmigiano Reggiano,» recalls Massimo Bottura.

After abandoning law school and deciding to improve his culinary vein in the first restaurant that he opened, the Trattoria del Campazzo, and with the master Alain Ducasse, Bottura opened the Osteria Francescana in 1995, in the historic centre of Modena, with big ambitions and Michelin

estrelas Michelin debaixo de olho. Hoje já tem três e é neste restaurante, que entretanto ascendeu a um dos melhores do planeta, que se empenha em devolver ao futuro as raízes e tradições da cozinha italiana – revestidas de uma boa dose de contemporaneidade. Aliás, é esta a especialidade do *chef*, que intitula o estilo que emprega na Osteria Francescana de «Tradição em Evolução».

A terceira estrela Michelin é-lhe atribuída em 2012, tornando real o grande sonho de Bottura, mas consciencializando-o para um novo ponto de partida. «Havia ainda tanto para fazer, sonhar, criar e partilhar», revela o *chef*, o que o leva a renovar a Osteria e a reabri-la de cara lavada no mesmo ano, poucos meses depois de ter aberto as portas do seu segundo restaurante, o Franceschetta 58.

Quase 30 anos passados na cozinha, Massimo Bottura reconhece hoje a importância de «comunicar arte, cultura, ética», vendo-se empenhado, entre outros, num projecto para a Expo 2015 sobre o paradoxo entre o desperdício dos restaurantes e as pessoas que passam fome. Os seus olhos brilham ainda ao falar do espaço que inaugura no mês de Abril em Istambul, o Ristorante Italia, que, embora se trate de um novo modelo, tem o seu sucesso praticamente garantido dado o vanguardismo e a irreverência com que Bottura encara a cozinha italiana e a perseverança com que segue os seus sonhos.

stars in his sights. Today he has three of them and it is in this restaurant, which in the meantime has risen to become one of the best on the planet, that he strives to hand back to the future the roots and traditions of Italian cuisine – coated with a good dose of contemporary flare. Indeed, this is the *chef's* speciality, who gives the style he employs at the Osteria Francescana the title of «Tradition in Evolution».

The third Michelin star was awarded to him in 2012, ensuring Bottura's dream had come true, but making him aware of a new starting point. «There was still so much to do, to dream, to create and to share,» reveals the *chef*, which led him to renovate and reopen Osteria with a new look in the same year, a few months after opening the doors of his second restaurant, the Franceschetta 58.

After almost 30 years spent in the kitchen, Massimo Bottura now recognises the importance of «communicating art, culture, ethics», which sees him committed, among others, to a project for Expo 2015, concerning the paradox between waste from restaurants and people who go hungry. His eyes also sparkle when talking about the space he is opening in April in Istanbul, the Ristorante Italia, which, although it is a new model, has its success virtually guaranteed given the *avant-garde* style and irreverence with which Bottura sees Italian cuisine and the perseverance with which he follows his dreams.

«Revisito receitas e ideias tradicionais e tomo-as contemporâneas» \\ «I revisit traditional recipes and ideas and make them contemporary»





SUPREME FLAVOURS

KOOK

Duas Cozinhas em Perfeita Harmonia Two Cuisines in Perfect Harmony

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY MANUEL TEIXEIRA

Deus quis, Pedro e Rui sonharam e o KOOK nasceu. Esta é a versão mais curta da história deste restaurante. Passados pouco mais de quatro meses desde a sua abertura, o KOOK é já um dos espaços de restauração com mais sucesso em Angola. E um dos poucos certificados com a categoria de Restaurante de Primeira Classe pelo Ministério de Hotelaria e Turismo angolano.

Situado em pleno coração empresarial de Talatona, no Belas Business Park, quase já só é possível almoçar ou jantar com reserva. A satisfação dos clientes é óbvia, muito graças ao conceito criado: dois estilos de cozinha num só restaurante.

God willed it, Pedro and Rui dreamed it and KOOK was born. This is the shortest version of the story of this restaurant. A little more than four months since it opened, KOOK is already one of Angola's most successful dining venues. And one of the few certified with the rank of *First Class Restaurant* by the Angolan Ministry of Hotels and Tourism.

Stood right in the business heart of Talatona, in the Belas Business Park, it is now almost impossible to have lunch or dinner there without making a reservation first. Customer satisfaction is clear to see, thanks indeed to the concept created: two styles of cuisine in one restaurant.

O espaço afigura-se especial. Tranquilo e intimista. Um *casual chic* que agrada aos muitos empresários e residentes que estão já habituados à inovação que o restaurante oferece. Isto porque o cliente nunca se cansa dos paladares, havendo sempre possibilidade de escolha entre uma das duas cozinhas: *sushi* ou cozinha tradicional. Mas as inovações não cessam aqui. Para além dos pratos de peixe e carne, há ainda a oportunidade de experimentar o menu executivo, que varia diariamente.

Manjares como lombo de bacalhau com manga, azeitona e gaspacho ou bife do lombo na pedra de sal do Algarve levaram os comensais a apaixonar-se pelo KOOK. Por isso a marca angolana já se prepara para conhecer outras cidades, como Lisboa.

The setting seems special. Peaceful and cosy. A *casual chic* that appeals to the many businesspeople and residents, who are already accustomed to the innovation that the restaurant offers. This is because guests never get tired of the flavours, as there is always a choice between one of the two cooking styles: *sushi* or traditional cuisine. But the innovations don't end there. In addition to fish and meat dishes, guests also have the chance to try out the executive menu, which varies daily.

Delicacies such as codfish loin with mango, olives and *gaspacho*, or fillet steak on the stone with Algarve salt, have caused diners to fall for the charms of KOOK. As a result the Angolan brand is now preparing to discover other cities, such as Lisbon.





Os pratos saborosos e criativos, altamente chamativos, tanto pela cor como pelo *design*, elevam este restaurante a um patamar único. Tanto na cozinha tradicional pela mão do *chef* Pedro Rezende, como pela cozinha japonesa com o *sushiman* Mauro Rondão. Inspirando-se ambos nos elementos que a fértil terra de Angola dá.

Para acompanhar estarão sempre presentes bons vinhos e para terminar existirão sempre deliciosas sobremesas, como a estrela da casa, o pão-de-ló de maçã e nozes ou o maravilhoso arroz doce à moda do KOOK.

The tasty and creative dishes, highly alluring both in terms of colour and design, lift this restaurant to a unique level. As much in the traditional cooking, created by *chef* Pedro Rezende, as in the Japanese cuisine from *sushiman* Mauro Rondão. Both of which draw inspiration from the produce provided by the fertile land of Angola.

There are always fine wines available to go with the meal and to follow, delicious desserts, such as the star of the menu, apple and walnut *pão-de-ló* or the wonderful KOOK style rice pudding.



Situado em Santana, Cantagalo, a 15 km da cidade de São Tomé, o resort está inserido numa propriedade de vegetação luxuriante rodeada pela floresta equatorial e integra 31 *bungalows* com vista sobre o mar. Possui praia privada e uma variedade de produtos e serviços de qualidade. O Club Santana é o local ideal para recolhimento e privacidade. Venha conhecer-nos!



Um paraíso à sua espera!

Reservas Club Santana: T. +239 224 2400 | reservas@clubsantana.com

SUPREME FLAVOURS

MARCHESI ANTINORI

Tradição, Paixão e Intuição
Tradition, Passion and Intuition

TEXTO TEXT ESTELA ATAÍDE \\\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY 1- KEVIN CRUFF; 2, 3, 4 - MAURO PUCCINI



Envolvida na produção de vinho desde que, em 1385, Giovanni di Piero Antinori se tomou membro da «Arte Fiorentina», a Guilda de Produtores de Vinho de Florença, a família Antinori transformou-se ao longo dos últimos seis séculos numa dinastia do vinho reconhecida mundialmente.

Actualmente conduzida pelo marquês Piero Antinori com o apoio das filhas Albiera, Allegra e Alessia, a Marchesi Antinori tem sido gerida directamente pela família ao longo de 26 gerações. Apostando em decisões corajosas e inovadoras, mas mantendo o respeito pela herança histórica da casa, a família guiou-se sempre por três princípios condutores – tradição, paixão e inovação –, que levaram a empresa a tornar-se numa referência da viticultura italiana.

O sempre presente espírito empreendedor levou a que, às propriedades na Toscana e Úmbria, património histórico da família, fossem sendo adicionados, ao longo dos tempos, outros territórios com potencial para originarem

Involved in winemaking ever since 1385, when Giovanni di Piero Antinori became a member of the «Arte Fiorentina», the Guild of Wine Producers of Florence, over the past six centuries the Antinori family has become a wine dynasty recognised the world over.

Currently headed by Marquis Piero Antinori, with the support of his daughters Albiera, Allegra and Alessia, Marchesi Antinori has been run directly by the family for 26 generations. Focusing on bold and innovative decisions, while maintaining respect for the historical heritage of the company, the family has always worked to three guiding principles – tradition, passion and innovation –, which have led the company to become a leading name in Italian winemaking.

An ever-present entrepreneurial spirit has meant that the properties in Tuscany and Umbria, the historic heritage of the family, have been joined over time by other territories with the potential to produce sublime wines. In



vinhos sublimes. Além de propriedades nas regiões de Chianti Classico, Bolgheri, Colline Di Fiesole e Orvieto Classico (na Toscana e Úmbria), a família expandiu-se gradualmente, tendo actualmente vinhas também nas regiões Franciacorta, Puglia e Langhe, em Itália, Red Mountain e Napa Valley, nos Estados Unidos, e Maipo Valley, no Chile.

Mantendo-se fiel à tradição familiar, foi precisamente na região Chianti Classico que, em 2012, a família inaugurou

addition to properties in the regions of Chianti Classico, Bolgheri, Colline Di Fiesole and Orvieto Classico (in Tuscany and Umbria), the family has gradually expanded. It now has vineyards in the regions of Franciacorta, Puglia and Langhe, in Italy, and of Red Mountain and the Napa Valley in the United States, as well as the Maipo Valley, in Chile.

Staying true to the family tradition, it was precisely in the Chianti Classico region that in 2012 the family opened the

as caves Antinori Nel Chianti Classico, bem perto de Florença, onde começou a história da marca. É neste edifício harmonioso, erigido em Bargino, entre Florença e Siena, que os vinhos *Villa Antinori Chianti Classico*, *Marchesi Antinori Chianti Classico Riserva*, *Vin Santo Del Chianti Classico* e *Pèppoli Chianti Classico* são produzidos.

Uma extraordinária obra de arquitectura, o novo espaço é um templo dedicado ao vinho, à paisagem toscana e às suas vinhas. Tendo este néctar único no centro de todos os movimentos, o edifício inaugurado em Outubro de 2012 alberga adegas de envelhecimento e fermentação, um museu, uma biblioteca, um restaurante, um auditório e a loja Bottega Dei Saporì.

Nestas novas caves, o público tem oportunidade de ter contacto directo com a filosofia de produção da Marchesi Antinori, descobrindo passo a passo como o vinho é feito, acompanhando todo o processo, da vinha à garrafa.

Antinori Nel Chianti Classico winery, very near to Florence, where the history of the brand began. It is in this harmonious building, constructed in Bargino, between Florence and Siena, that the *Villa Antinori Chianti Classico*, *Marchesi Antinori Chianti Classico Riserva*, *Vin Santo Del Chianti Classico* and *Pèppoli Chianti Classico* wines are produced.

An extraordinary work of architecture, the new space is a temple dedicated to wine, to the Tuscan countryside and to its vineyards. With this unique wine at the heart of all operations, the building opened in October 2012 houses ageing and fermentation cellars, a museum, a library, a restaurant, an auditorium and the Bottega Dei Saporì shop.

Members of the public have the opportunity in this building to enjoy direct contact with the Marchesi Antinori production philosophy, discovering step by step how the wine is made, following the entire process, from vineyard to bottle.

Com origem em Florença, a história da Marchesi Antinori remonta a 1385. \ \ Originating in Florence, the history of Marchesi Antinori dates back to 1385.



\\SIXTH SENSE

CHANTECAILLE

Contando com extraordinários recursos da nano tecnologia, o *Nano Gold Energizing Cream* abre caminho para o futuro.

Com poderes anti-oxidantes e anti-idade sem precedentes, o revolucionário creme da Chantecaille actua ao nível celular da pele, recorrendo a minúsculas nano partículas de ouro, ligadas a peptídeos de seda, que trabalham para promover o metabolismo das células, eliminar os radicais livres e acalmar as inflamações. O resultado é uma pele

mais firme, saudável, forte e resistente.

Featuring the extraordinary use of nanotechnology, the *Nano Gold Energizing Cream* paves the way for the future.

With unprecedented antioxidant and anti-ageing powers, the revolutionary cream from Chantecaille acts at the skin's cellular level, using tiny nano gold particles, bound to silk peptides, which work to promote cell metabolism, eliminate free radicals and soothe inflammation. The result is firmer, healthy, strong and resilient skin.



CARTIER

Tank Anglaise é o mais recente elemento da icónica linha *Tank*, da Cartier. Mantendo diversas características inerentes à coleção, como o anel dos minutos ao estilo caminhos-de-ferro, os numerais romanos, a moldura da caixa, a bracelete integrada e os ponteiros de aço azulado em forma de espada, o novo modelo distingue-se pela caixa mais volumosa, de perfil arredondado e ergonómico, e por incluir a coroa na moldura que envolve o relógio. Disponível na Boutique dos Relógios Plus de Luanda, o *Tank Anglaise* existe em três tamanhos, em ouro amarelo, branco ou rosa.

Tank Anglaise is the latest addition to the iconic *Tank* range, from Cartier. Retaining several characteristics inherent to the collection, such as the railway style minute ring, the roman numerals, the frame of the case, the linked bracelet and the blued steel sword-shaped hands, the new model stands out for its more voluminous case, with its rounded and ergonomic profile, and for including the winding mechanism into the frame surrounding the watch. Available in Boutique dos Relógios Plus in Luanda, the *Tank Anglaise* exists in three sizes, and in yellow, white or pink gold.

www.boutiquedosrelogios.pt



LALIQUE

A silhueta sinuosa e cores brilhantes dos pavões, que sempre encantaram René Lalique, adornaram muitas jóias por ele desenhadas, nomeadamente o pingente *Deux Paons* (Dois Pavões), que inspirou o *design* da *Flacon Collection Cristal*. Nesta edição limitada do exclusivo perfume *Laliqque de Laliqque*, o frasco é adornado por dois pavões que se confrontam na tampa, num abraço de cristal translúcido. Intemporal e majestoso, *Laliqque de Laliqque* inclui três das mais nobres flores da perfumaria – rosa, jasmim e íris – num *bouquet* que se abre assim que a fragrância é libertada, numa celebração doce e frutada.

The sinuous silhouette and bright colours of peacocks, which always enchanted René Lalique, adorned many pieces of jewellery designed by him, including the *Deux Paons* (Two Peacocks) pendant, which inspired the design of the *Flacon Collection Cristal*.

In this limited edition of the exclusive *Laliqque de Laliqque* perfume, the bottle is decorated with two peacocks facing each other on the stopper, in an embrace of translucent crystal. Timeless and majestic, *Laliqque de Laliqque* includes three of the most exclusive flowers in perfume making – rose, jasmine and iris – in a bouquet that opens as soon as the fragrance is released, in a sweet and fruity celebration.

HERMÈS

Antecipando a chegada da nova estação, a Hermès apresenta uma colecção Primavera-Verão repleta de peças sensuais. Seja em tons neutros ou cores garridas, carteiras, sapatos, *écharpes*, cintos, chapéus e jóias, entre outros, acrescentam elegância aos *outfits* cuidados da mulher contemporânea. Apostando sempre em materiais nobres como couro, seda e caxemira, a colecção de acessórios da *maison* Hermès é mais uma vez sinónimo incontornável de requinte e qualidade *premium*.

Anticipating the arrival of the new season, Hermès presents a Spring-Summer collection packed with alluring pieces. Whether in neutral shades or bright colours, bags, shoes, scarves, belts, hats and jewellery, among other items, add elegance to the refined outfits of contemporary women. Keeping the focus on fine materials, such as leather, silk and cashmere, the collection of accessories from the *maison* Hermès is once again an unavoidable synonym for refinement and premium quality.



BOUCHERON

O anel *Quatre* funde harmoniosamente quatro bandas, cada uma com um padrão icónico da Boucheron, unindo uma banda de diamantes a outras três com os desenhos *Clou de Paris* (homenagem aos paralelepípedos de Paris), *Double Gadroon* (técnica que une numa banda dois anéis de ouro) e *Grosgrain* (padrão vertical).

Actualmente aplicada em brincos de argola, colares e anéis, a singular junção destes quatro códigos é o segredo da singularidade e carácter da colecção *Quatre*, disponível nas versões *Classique*, *White*, *Black*, *Radiant* e *Jewelry*.

The *Quatre* ring harmoniously combines four bands, each featuring an iconic Boucheron pattern, joining a band of diamonds and three others with the *Clou de Paris* (homage to the cobblestones of Paris), *Double Gadroon* (a technique that combines two gold rings in a band) and *Grosgrain* (a vertical pattern) patterns.

Currently used in hoop earrings, necklaces and rings, the unique combination of these four codes is the secret behind the uniqueness and character of the *Quatre* collection, available in *Classique*, *White*, *Black*, *Radiant* and *Jewelry* versions.



\\QUINTESSSENCE

MEIA DÚZIA

Embora apostando num formato inovador, é dos sabores tradicionalmente portugueses que nascem os doces de fruta da Meia Dúzia.

Inspirando-se nos tubos de tinta para pintura, a marca portuguesa apresenta as compotas de frutas numa embalagem de *design* invulgar.

Envoltos pelas bisnagas, os doces resultam de combinações entre frutas das várias regiões de Portugal, do ananás dos Açores à cereja do Fundão, passando pela pêra rocha e a maçã Bravo de Esmolfe, com ingredientes únicos como o Vinho da Madeira, o Moscatel do Douro ou ervas aromáticas como erva-príncipe ou hortelã.

Despite focusing on an innovative format, the Meia Dúzia fruit jams originate from traditional Portuguese flavours.

Taking inspiration in tubes of paint, the Portuguese brand presents these fruit compotes in unusually designed packaging.

Surrounded by the tubes, the jams result from combinations between fruits grown in various regions of Portugal: from the Azores pineapple to the Fundão cherry, through to the *rocha* pear and *Bravo Esmolfe* apple, with unique ingredients such as Madeira wine, *Moscatel do Douro*, or herbs such as lemongrass or mint.



CHRISTOPHE CLARET

A mais recente ousadia da Christophe Claret, o surpreendente relógio *Poker*, é uma cartada vencedora da relojoeira, combinando diversão do jogo e perfeição técnica. Depois dos modelos *21 Blackjack* e *Baccara*, a marca continua a temática do jogo com um modelo que inclui um sofisticado mecanismo que permite que até três jogadores (mais a casa) possam jogar Texas Hold'em, a mais famosa versão do póquer. Disponível em quatro acabamentos diferentes, cada um limitado a apenas 20 unidades, *Poker* está ao alcance de um grupo restrito de afortunados.

The latest piece of daring from Christophe Claret, the amazing *Poker* watch, is a winning hand of watch making expertise, combining the fun of the game and technical perfection. After the *21 Blackjack* and *Baccara* models, the brand continues the card game theme with a model that includes a sophisticated mechanism that allows up to three players (plus home) to play Texas Hold'em, the most popular version of poker. Available in four different finishes, each limited to just 20 units, *Poker* is available to a very lucky few.

ALFRED DUNHILL

Pensadas para homens cosmopolitas, que valorizam acessórios discretamente luxuosos, as peças Alfred Dunhill são cuidadosamente feitas a partir de matérias-primas sofisticadas, minuciosamente trabalhadas para criar formas funcionais e inovadoras. Sinónimo incontornável de luxo masculino e qualidade, a colecção da requintada marca londrina coloca à disposição do homem moderno botões de punho, isqueiros, canetas, laços, gravatas, carteiras e chaveiros, entre outros acessórios, adicionando um toque de elegância ao quotidiano.

Designed for cosmopolitan men, who value discreetly luxurious accessories, Alfred Dunhill items are carefully made from sophisticated raw materials, painstakingly crafted to create functional and innovative forms. An inescapable synonym of male luxury and quality, the collection of the refined London brand offers modern men cufflinks, lighters, pens, bowties, ties, wallets, and key rings, among other accessories, adding a touch of elegance to everyday living.





GRAAE COPENHAGEN

Em quase 50 anos de experiência, a empresa dinamarquesa Graae Copenhagen acumulou um conhecimento único na produção de artigos *premium* em pele, tendo vindo a reunir desde 1967 uma clientela fiel, apreciadora das suas peças clássicas. Com uma coleção composta por pequenos bens em pele, cintos, pastas e bolsas, a Graae Copenhagen responde às necessidades dos homens contemporâneos, desenvolvendo peças que conjugam funcionalidade e *design* intemporal e cuja qualidade incontestável garante que irão acompanhar o seu proprietário ao longo da vida.

In almost 50 years of experience, the Danish company Graae Copenhagen has amassed unique knowhow in the production of premium leather goods, while gathering a loyal customer base since 1967, with a fondness for its classic pieces. With a collection comprising small leather goods, belts, briefcases and bags, Graae Copenhagen meets the needs of contemporary men, developing pieces that combine functionality and timeless design, the undisputed quality of which ensures that they will accompany their owner for a lifetime.

HONDA

Uma das novidades Honda para este ano, a nova *Gold Wing F6C* é o mais recente modelo derivado da plataforma *Gold Wing*, seguindo os passos da *Gold Wing F6B*. Com menos 70 quilos que a original e impulsionada por um motor de 1800 cc, o desempenho entusiasmante desta variação da *Gold Wing* adiciona uma injeção de adrenalina e atitude ao segmento *touring*. Apresentada na feira EICMA, em Milão, a imponente e elegante *Gold Wing F6C* é uma das grandes surpresas da marca japonesa para 2014, assinando um novo capítulo na história da icónica *Gold Wing*, um dos modelos de maior sucesso da Honda.

Something new from Honda this year, the new *Gold Wing F6C* is the latest model developed from the *Gold Wing* platform, following in the footsteps of the *Gold Wing F6B*. At 70 kilograms lighter than the original and driven by an 1800 cc engine, the exciting performance of this version of the *Gold Wing* adds a shot of adrenaline and attitude to the touring segment. Presented at the EICMA fair in Milan, the impressive and elegant *Gold Wing F6C* is one of the big surprises from the Japanese brand for 2014, marking a new chapter in the history of the iconic *Gold Wing*, one of Honda's most successful models.





LUXURY & STYLE

MASERATI GHIBLI

Raça e Potência \ \ Breeding and Power

TEXTO TEXT ANDREIA BARROS FERREIRA \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY MASERATI

Ghibli, Ghibli S, Ghibli S Q4 e Ghibli Diesel são as quatro versões do novo modelo da Maserati. Com referências visuais evidentes com o *Quattroporte*, o *Ghibli* destaca-se daquele modelo *premium* pelo seu aspecto mais agressivo e desportivo.

A grande novidade deste *Ghibli* vai para a sua versão a diesel, já que se trata do primeiro automóvel na história da Maserati a ser alimentado por um motor do género. Com

Ghibli, Ghibli S, Ghibli S Q4 and Ghibli Diesel are the four versions of the new model from Maserati. With obvious visual references to the *Quattroporte*, the *Ghibli* stands out from this premium model for its more aggressive and sporty appearance.

The major innovation of this *Ghibli* lies in its diesel version, since this is the first car in the history of Maserati to be powered by an engine of this kind. With fuel consumption

consumos de combustível inferiores a 6l/100 km em ciclo combinado, o *Ghibli Diesel* não abdica de toda a sua sonoridade, sofisticação e prazer de condução.

A sua versão mais potente, o *Ghibli S*, oferece 410 cv de potência, vai dos 0 aos 100 km em cinco segundos e atinge uma velocidade máxima de 285km/h.

Modelos de luxo que poderão ser visitados nas instalações da Maserati em Lisboa, onde o novo cliente Muata poderá passar uma tarde diferente.

levels of less than 6l/100 km on the combined cycle, the *Ghibli Diesel* loses nothing in sound quality, sophistication and driving pleasure.

Its most powerful version, the *Ghibli S*, produces 410 horsepower, accelerates from 0 to 100 km in five seconds and reaches a top speed of 285 km/h.

These luxury models can be viewed at the Maserati showroom, in Lisbon, where new Muata customers can spend a unique afternoon.



Tridente – Concessionário Oficial Maserati
Lisboa: Alameda dos Oceanos, lote 4.65.01 | 1990-203 Lisboa
Porto: Rua Delfim Ferreira, 424 | 4100-199 PORTO
joaoesteves@seculo21.pt ou +351925 902 414



+244 222 444 666 | muata@bpc.ao





LUXURY & STYLE

AUDI Q3

Compacto Versátil \ \ Versatile Compact

PUB

O mais recente SUV da marca alemã, o novo Audi Q3 destaca-se pelos detalhes de construção, nível elevado de equipamento e pelos sistemas de assistência e multimédia que o equipam.

Desportivo, eficiente e versátil, o novo compacto da Audi é simultaneamente um urbano confortável, um estradista nato e um verdadeiro todo-o-terreno em percursos mais sinuosos.

Desenhado com as necessidades dos seus clientes em mente, acolhe cinco passageiros em interiores amplos e luxuosos, cujos materiais e cores podem ser adaptados de acordo com as preferências de cada proprietário.

Respondendo às exigências daqueles que procuram um automóvel dinâmico, confortável, seguro e fácil de condu-

The latest SUV from the German manufacturer, the new Audi Q3 stands out for its construction details, high standard of equipment and for the assistance and multimedia systems it is equipped with.

Sporty, efficient and versatile, the new compact Audi is simultaneously a comfortable city car, a demon on the street and a true all-terrain on more tortuous journeys.

Designed with the needs of its customers in mind, it can accommodate five passengers in spacious and luxurious interiors, the materials and colours of which can be tailored to meet the preferences of each owner.

Responding to the demands of those who seek a dynamic, comfortable, safe and easy to drive vehicle, the Audi Q3 is fitted with four-cylinder engines available in

zir, o Audi Q3 está equipado com motores quatro cilindros, disponíveis nas versões 170 cv e 211 cv, que combinam injeção directa com turbo e um sistema de recuperação de energia, garantindo potência e eficiência.

O Audi Q3 na versão 211 cv, a única existente no mercado angolano, está disponível para entrega imediata na Drive Angola.

170 hp and 211 hp versions, which combine direct injection with turbocharging and an energy recovery system, ensuring power and efficiency.

Only available in the 211 hp version on the Angolan market, the Audi Q3 is ready for immediate delivery at Drive Angola.

Drive Angola | www.driveangola.co.ao

Bairro Ingombota | Rua Major Kanhangulo, 72 | Luanda, Angola

T: +244 937 870 010



LUXURY & STYLE

BENETTI PANTHERA

Beleza Felina \\ Feline Beauty

TEXTO TEXT | ESTELA ATAÍDE \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY | BENETTI



Fruto de uma inteligente combinação de linhas desportivas e ambientes refinados, o novo *FB502 Panthera* é o segundo elemento da série 500 da Benetti, sucedendo o *FB501 Imagination*, no mercado desde 2010, e antecedendo o *FB503*, com entrega prevista na Europa no decorrer deste ano.

À semelhança dos restantes dois modelos da série 500, os 47 metros de comprimento e 8,8 metros de largura do *FB502 Panthera* são 100% em alumínio. Graças à geometria dos seus cascos, o iate disponibiliza prestações irrepreensíveis, atingindo uma velocidade máxima de 24 nós e uma velocidade de cruzeiro de 22 nós e garantindo conforto total aos passageiros devido à excelente estabilidade e ausência absoluta de barulhos e vibrações.

Refinado, mas nunca opulento, o *Panthera* resulta do minucioso trabalho levado a cabo pelos *designers* da

The result of an intelligent combination of sporty lines and sophisticated environments, the new *FB502 Panthera* is the second member in the 500 series from Benetti, following the *FB501 Imagination*, on the market since 2010, and preceding the *FB503*, with delivery expected in Europe later this year.

Like the other two models in the 500 series, every metre of the 47 metres in length and the 8.8 metres in width of the *FB502 Panthera* is 100% aluminium. Thanks to the geometry of its hulls the yacht offers faultless performance, reaching a top speed of 24 knots and a cruising speed of 22 knots, while ensuring total passenger comfort thanks to its excellent stability and the total absence of noise and vibration.

Elegant, but never opulent, the *Panthera* results from the meticulous work carried out by the Benetti designers





Benetti em parceria com o proprietário, um trabalho de eliminação de excessos e ostentações que derivou num iate de beleza *low-profile*.

Num exercício de coerência, os quatro *decks* desta embarcação são uma ode à elegância discreta e ao conforto supremo, oferecendo a proprietários e convidados espaços equipados com as melhores soluções, que garantem uma passagem inesquecível pelo *Panthera*.

in partnership with the owner – an exercise in eliminating excess and ostentation to produce a yacht of low-profile beauty.

Working towards consistency, the four decks of this vessel are an ode to understated elegance and to supreme comfort, offering owners and guests spaces equipped with the finest solutions, which guarantee unforgettable moments spent with the *Panthera*.



Villas&Golfe

A Villas&Golfe dá a conhecer o melhor de cada país, as suas pluralidades culturais, os seus encantos, as suas formas, as suas cores, as suas gentes...
Seja bem-vindo ao apaixonante universo Villas&Golfe.

ANGOLA - MOÇAMBIQUE - EUROPA
villasegolfe@villasegolfe.com - www.villasegolfe.com



LUXURY & STYLE

BEECHCRAFT KING AIR 350i

Aviação Sustentável \ \ Sustainable Aviation

TEXTO TEXT ESTELA ATAÍDE \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY BEECHCRAFT CORPORATION

Dedicando-se desde 1932 à criação e construção de aeronaves duráveis e versáteis, a Beechcraft tem no *King Air 350i* uma das estrelas da sua frota.

Tenha como propósito realizar viagens de negócios ou de lazer, este inovador modelo apresenta-se como uma opção incontornável no mundo da aviação privada. Podendo transportar até nove passageiros a uma velocidade máxima de cruzeiro de 580 km/h, o *King Air 350i* é dono de uma

Dedicated since 1932 to the creation and construction of durable and versatile aircraft, Beechcraft has one of the stars of its fleet in the *King Air 350i*.

Whether you want to go on business trips or just for leisure, this innovative model represents a standout option in the world of private aviation. Able to carry up to nine passengers at a top cruising speed of 580 km/h, the *King Air 350i* boasts unrivalled efficiency, standing out from the



eficiência inigualável, distinguindo-se entre os restantes modelos da sua gama pelos reduzidos custos operacionais e surpreendente poupança de combustível.

No interior, o revolucionário sistema *Flexcabin™* permite reconfigurar facilmente a cabine em função da sua utilização, colocando mais ou menos assentos, e o sistema de gestão de cabine *Rockwell Collins Venue™* torna o voo mais produtivo, divertido e relaxante, munindo os passageiros de uma completa gama de ferramentas de trabalho e entretenimento.

Apresentando-se como o jacto mais ecológico do seu segmento, o *King Air 350i* revela-se uma alternativa sustentável e responsável, sendo o complemento ideal para qualquer frota corporativa.

other models in its range for its low operating costs and impressive fuel economy.

In its interior, the revolutionary *Flexcabin™* system allows you to easily reconfigure the cabin depending on its use, installing more or fewer seats, and the *Rockwell Collins Venue™* cabin management system makes flying more productive, fun and relaxing, providing passengers a full range of work and entertainment tools.

Presenting itself as the greenest jet in its class, the *King Air 350i* proves to be a sustainable and responsible alternative, making it the ideal complement to any corporate fleet.





LUXURY & STYLE

BIG SKY

Refúgio nas Montanhas Refuge in the Mountains

TEXTO TEXT ESTELA ATAÍDE \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY ROGER WADE STUDIOS (WWW.ROGERWADESTUDIOS.COM)

Len Cotsovolos, *designer* de interiores, é a mente criativa responsável pelos ambientes contemporâneos desta residência no Yellowstone Club, um *resort* de esqui residencial em Big Sky, no estado norte-americano do Montana.

Guiado pela intenção de importar o exterior para dentro da residência, Cotsovolos, com a equipa da LC2 Design Services, criou um retiro que traduz na plenitude o significado de luxo moderno.

Desenhando interiores etéreos cujas cores, texturas e materiais remetem para os elementos da natureza e para a geologia da região, o criativo transformou a casa num

Interior designer Len Cotsovolos is the creative mind responsible for the contemporary environments of this residence in the Yellowstone Club, a residential ski resort in Big Sky, in the US state of Montana.

Guided by the desire to bring the outdoor world inside the residence, Cotsovolos, together with the LC2 Design Services team, has created a retreat that fully reflects the meaning of modern luxury.

Designing ethereal interiors, whose colours, textures and materials bring to mind the elements of nature and the geology of the region, the designer has transformed



elemento integrante da paisagem, como se ali pertencesse desde sempre. A inclusão de enormes janelas nas diversas divisões dilui ainda mais a distinção entre interior e exterior e garante que o panorama faz parte da «decoração» de cada espaço, numa celebração constante da beleza avassaladora do local.

Embora com características da arquitectura contemporânea, como aço exposto, espaços abertos e paredes em vidro, esta casa aninhada entre os picos das Rocky Mountains torna-se acolhedora graças aos acabamentos opulentos, mobiliário elegante e detalhes únicos acrescentados por Cotsovolos.

the house into an integral part of the landscape, as if it has belonged there all along. The inclusion of huge windows in the various rooms further reduces the distinction between inside and out and ensures that the panorama is part of the «decoration» of each space, in a constant celebration of the awe-inspiring beauty of the place.

Although it has contemporary architectural features, such as exposed steel, open spaces and glass walls, this house, nestled between the peaks of the Rocky Mountains, becomes all the more welcoming thanks to



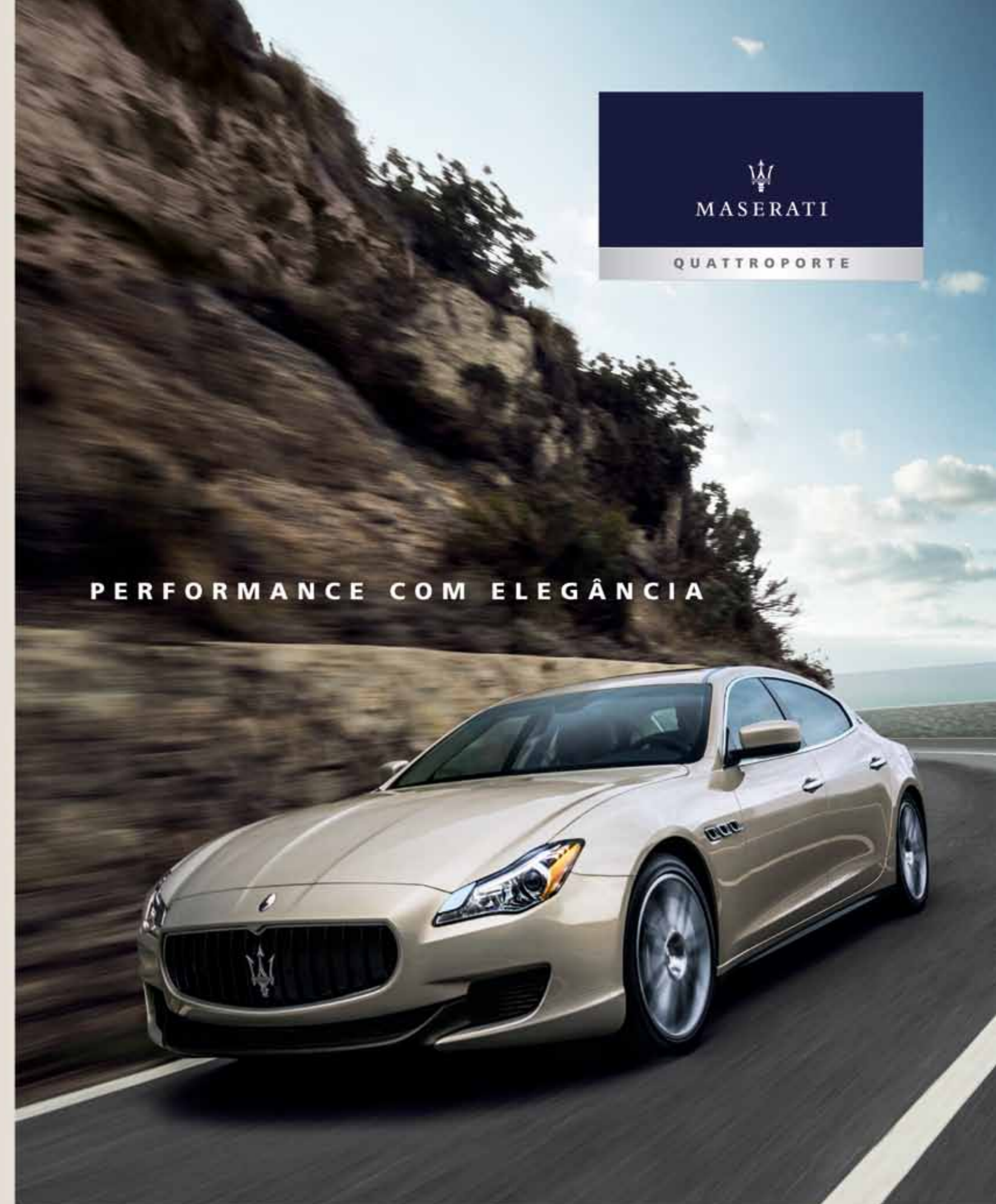
Assente em contrastes, a decoração desta residência vive destes antagonismos. Em cada divisão, madeiras petrificadas, cristais fossilizados e minerais polidos convivem graciosamente com tapeçarias suaves, tecidos delicados e mobiliário requintado.

Estes jogos entre os rústicos elementos naturais e os acabamentos polidos e refinados são precisamente o segredo da atmosfera delicada, acolhedora a convidativa criada por Cotsovolos neste inesperado refúgio no Montana.

the opulent finishes, elegant furniture and unique details added by Cotsovolos.

Based on contrasts, the décor of this residence thrives on these antagonisms. In each room, petrified wood, fossilised crystals and polished minerals gracefully co-exist with soft rugs, delicate fabrics and fine furniture.

This interplay between the rustic and natural elements and the polished and refined finishes reveals the very secret of the delicate, warm and inviting atmosphere created by Cotsovolos in this unexpected retreat in Montana.



PERFORMANCE COM ELEGÂNCIA

O NOVO QUATTROPORTE. A CELEBRAÇÃO DA ELEGÂNCIA, DA TECNOLOGIA E DO PODER.

O novo Quattroporte é mais do que apenas o melhor sedã desportivo de luxo de alto rendimento. Combina uma beleza extraordinária com um desempenho intransigente, tanto da nova versão 3,8 litros twin turbo V8 como na versão 3.0 litros twin turbo V6. Um gran turismo clássico e exclusivo, com inconfundível design italiano.

Para mais informações sobre o novo Maserati Quattroporte, visite maserati.com.



AML SPORT

Alameda dos Oceanos, lote 4.65.01
1990-203 Lisboa
Rua Delfim Ferreira, 424
4100-199 Porto
Tlm +351 925 902 414

V\DESIGN

VONDOM

Inspirado pelas linhas *clean* e assertivas e pelo impacto visual dos diamantes, o *designer* espanhol JM Ferrero desenhou para a Vondom a coleção *Vases*, composta por vasos, mobiliário e iluminação.

Em 2014, um conjunto de mesa e bancos altos foi adicionado a esta coleção, possibilitando a criação de interessantes ambientes de interior e exterior. Assimilando os traços dos restantes elementos *Vases*, as novas peças podem ser personalizadas e foram pensadas para utilização intensa.

Inspired by the clean and assertive lines and by the visual impact of diamonds, Spanish designer JM Ferrero has designed the *Vases* collection for Vondom, consisting of pots, furniture and lighting.

In 2014, a table and bar chair set has been added to this collection, enabling the creation of interesting indoor and outdoor environments. Repeating the design of other *Vases* items, the new pieces can be customised and have been designed for intensive use.



TIMOTHY OULTON

Com mais de 30 lojas espalhadas pelo mundo, o britânico Timothy Oulton conquistou notoriedade pelo seu estilo único, resultante de um especial equilíbrio entre o respeito pelo antigo e uma constante busca pelo inesperado. Brincando com a tradição e olhando para os clássicos com uma visão moderna, Oulton produz mobiliário e acessórios frescos e entusiasmantes.

Este ano, o *designer* britânico acrescentou dois novos temas à sua colecção – *Composer*, com inspiração musical, e *Brighton Beach*, que remete para dias relaxados junto ao mar.

Paralelamente aos novos temas, o britânico conta ainda com várias colecções lançadas recentemente, propondo peças tão distintas como a roupa de cama da linha *Perpetual*, os elementos da colecção de cozinha, as malas arrojadas, que são a essência da nova *concept store* da sua marca, e os móveis ecologicamente responsáveis das colecções *Salvage* e *Axel*.

With over 30 stores around the globe, the UK's Timothy Oulton has achieved fame for his unique style, resulting from a special balance between respect for what is old and a constant quest for the unexpected. Playing with tradition and looking to the classics with a modern vision, Timothy Oulton produces fresh and exciting furniture and accessories. This year, the British designer has added two new themes to his collection – *Composer*, with its musical inspiration, and *Brighton Beach*, in a nod to relaxed days by the sea.

Parallel to the new themes, the Brit also has many collections launched recently, featuring items as diverse as the bed linen in the *Perpetual* range, pieces in the kitchen collection, bold bags, which are the essence of the new *concept store* of his brand, and the environmentally responsible furniture collections *Salvage* and *Axel*.



UNIQUE WOOD DESIGN

Com décadas de experiência na construção de barcos em madeira, a empresa polaca Unique Wood Design redirecionou os seus conhecimentos sobre a arte da carpintaria para desenvolver mobiliário de banho sofisticado.

Cuidadosamente esculpida, a banheira *Baula* reflecte o conhecimento acumulado da Unique Wood Design, combinando tanto com interiores clássicos como com minimalismo moderno. Emanando o acolhedor calor da madeira, o formato oval desta banheira oferece um casulo de relaxamento e paz.

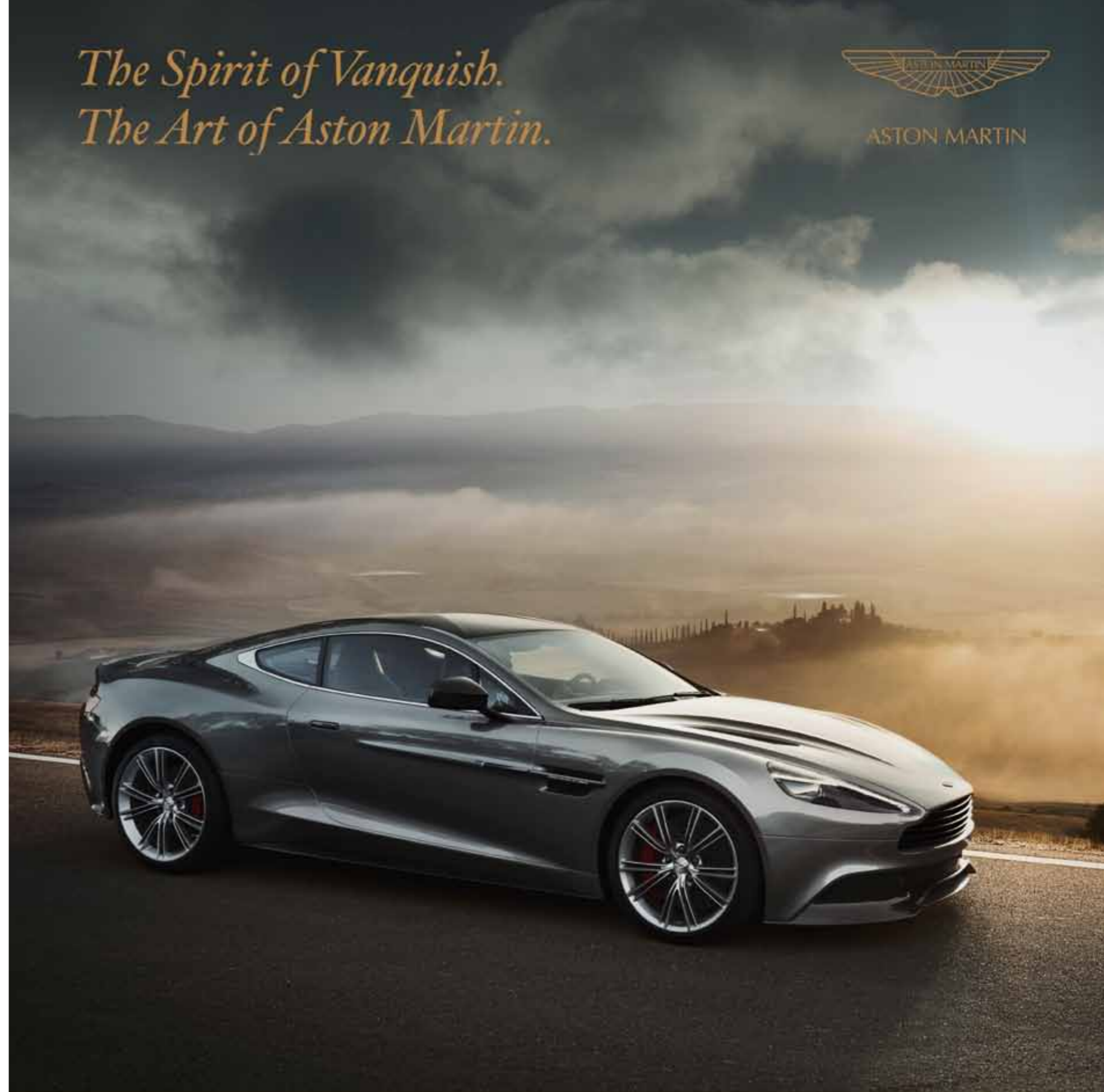
With decades of experience in the construction of wooden boats, Polish company Unique Wood Design has diverted its knowledge of the art of carpentry into the development of sophisticated bathroom furnishings.

Painstakingly carved, the *Baula* bathtub reflects the accumulated knowledge of Unique Wood Design, combining as much with classical interiors as with modern minimalism. Emanating the cosy warmth of wood, the oval shape of this bathtub provides a cocoon of relaxation and peace.

*The Spirit of Vanquish.
The Art of Aston Martin.*



ASTON MARTIN



Aston Martin Portugal

Porto
Rua Delfim Ferreira, 424
4100-199 Porto
(+351) 226 172 035

Lisboa
Rua António Enes, 21A
1050-023 Lisboa
(+351) 213 147 731

Cascais
Av. 25 de Abril, 101
2750-515 Cascais
(+351) 214 823 312

Vanquish

Consumo para o Aston Martin Vanquish: urbano 21.4l/100km; extra-urbano 10.2l/100km; combinado 14.4 l/100km.
Emissões CO2 335g/km.



CASA DO ARCO

Com Vista Para a Torre de Belém Overlooking Belém Tower

Oferecendo aos seus moradores uma localização exclusiva em Lisboa, o empreendimento Casa do Arco dá resposta aos elevados graus de exigência do actual mercado habitacional no que a conforto e funcionalidade diz respeito. Com vistas sem igual sobre o rio Tejo e a Torre de Belém, a Casa do Arco é constituída por três volumes arquitectónicos demarcados, um edifício central que replica em termos de fachadas e volumetria o edifício original, datado de finais do século XVIII ou início do século XIX, e dois edifícios laterais.

Offering its residents a prime location in Lisbon, the Casa do Arco development meets the high demands of the current housing market in terms of comfort and functionality. With unmatched views over the River Tagus and Belém Tower, the Casa do Arco is made up of three separate architectural structures: a central building, which, in terms of facades and volume, replicates the original building, dating from the late 18th century or early 19th century, and two side buildings.



Com apartamentos de tipologia T1 a T4+1, o empreendimento está equipado com duas caves para estacionamento privativo e arrecadações, sendo os apartamentos acessíveis a pessoas com mobilidade reduzida e dotados de todas as infra-estruturas de comunicação, climatização e domótica indispensáveis.

With apartments in one-bedroom to four(+1)-bedroom configurations, the development features two basements for private parking and storage. The apartments are accessible to people with reduced mobility and equipped with every essential communication, air conditioning and home automation facility.

ROYAL ESTATE | PRIVATE VILLAS
GERAL@ROYALVILLAS.EU | WWW.ROYALVILLAS.EU





SPORT SHOTS

24 HEURES DU MANS

A corrida de resistência mais famosa do mundo volta, a 14 e 15 de Julho, a animar a cidade francesa de Le Mans com o rugido de poderosas viaturas de marcas como Porsche, Audi, Ferrari, Aston Martin, Toyota e Nissan.

Na mítica competição, pilotos e automóveis são colocados à prova, tendo de suportar uma corrida que se prolonga por 24 horas, um teste de resistência física, mental e mecânica sem igual.

Organizada pela primeira vez em 1923, a *24 Heures du Mans* tem sido palco de alguns dos mais emocionantes duelos do automobilismo mundial.

The world's most famous endurance race returns on July 14 and 15, bringing the French city of Le Mans to life with the roar of powerful vehicles from manufacturers such as Porsche, Audi, Ferrari, Aston Martin, Toyota and Nissan.

During the mythical competition, drivers and cars are put to the test, having to endure a race that lasts for 24 hours, in a physical, mental and mechanical endurance event like no other.

Organised for the first time in 1923, the *24 Heures du Mans* has been the scene of some of the most exciting duels in world motorsport.



©Audi

KIELER WOCHE 2014

Celebrada desde 1882, a *Kieler Woche 2014* deverá reunir em Kiel, Alemanha, cerca de três milhões de visitantes, atraídos pelo maior evento de vela do mundo e o maior festival de Verão do Norte da Europa.

De 21 a 29 de Junho, a *Kieler Woche 2014*, que tem a Audi como parceiro *premium*, tem mais de duas mil iniciativas programadas contando, ao longo de nove dias, com atividades marítimas, culturais, musicais e desportivas, que irão decorrer na Kiel Sailing City, espaço que irá acolher o evento.

Held since 1882, the *Kieler Woche 2014* should bring together some three million visitors in Kiel, Germany, attracted by the largest sailing event in the world and the largest summer festival in Northern Europe.

From June 21 to 29, the *Kieler Woche 2014*, with Audi as its premium partner, has more than two thousand initiatives planned, and over nine days features maritime, cultural, musical and sporting activities, which will take place in the Kiel Sailing City, the venue hosting the event.



TRAVESSIA DO PÓLO SUL

O explorador britânico Ben Saunders e o seu companheiro de equipa Tarka L'Herpinere tomaram-se nos primeiros expedicionários a completar a emblemática rota do capitão Scott pelo Pólo Sul. Ao longo de 105 dias, os dois percorreram um total de 2880 quilómetros, suportando temperaturas de até 46 graus negativos.

A travessia, que em 1913 custou a vida ao capitão Robert Falcon Scott e à sua equipa da Expedição Terra Nova, levou ao extremo a capacidade física e mental de Saunders e L'Herpinere, que fizeram uma média diária de 27 quilómetros.

British explorers Ben Saunders and his teammate Tarka L'Herpinere have become the first adventurers to complete the iconic route of Captain Scott to the South Pole and back. Over 105 days, the two travelled a total of 2880 kilometres, enduring temperatures of up to 46 degrees below zero.

The crossing, which in 1913 cost the life of Captain Robert Falcon Scott and his Terra Nova Expedition team, pushed the physical and mental capacity of Saunders and L'Herpinere to the limit, walking an average 27 kilometres per day.



PREMIUM SPORTS

TERRE BLANCHE

Golfe na Provença \ \ Golf in Provence

TEXTO TEXT ESTELA ATAÍDE \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY 1, 2, 5 @ LEADING HOTELS OF THE WORLD / TERRE BLANCHE, 3, 4 @ TERRE BLANCHE



A apenas 35 minutos de Cannes e 45 minutos de Nice, o luxuoso Terre Blanche é o destino de golfe ideal para explorar a Provença. Eleito *Golf Resort of the Year 2013* pelos *IAGTO Awards*, prémios oficiais da indústria do turismo de golfe, o resort de 300 hectares reúne todas as condições para receber os melhores jogadores profissionais e os amadores mais exigentes, que podem conciliar o prazer do desporto, em dois dos percursos mais prestigiados da Europa, com os encantos da charmosa região francesa.

O *Château*, listado como um dos melhores da Europa continental, e o simultaneamente divertido e tecnicamente desafiante *Riou* foram ambos desenhados pelo arquitecto de golfe Dave Thomas, que preservou a personalidade do local. Procurados pela elevada qualidade estética

Only 35 minutes from Cannes and 45 minutes from Nice, the luxurious Terre Blanche is the ideal golf destination from which to explore Provence. Voted *Golf Resort of the Year 2013* at the *IAGTO Awards*, the official awards of the golf tourism industry, the 300-hectare resort boasts ideal conditions for welcoming the best professional players and the most discerning amateurs, who can combine the pleasure of sport on two of the most prestigious courses in Europe, with the delights of the charming French region.

The *Château* course, listed as one of the best in continental Europe, and the simultaneously fun and technically challenging *Riou*, were both designed by golf architect Dave Thomas, who has preserved the character of the setting. Popular for their high aesthetic and technical quality,





e técnica, a manutenção irrepreensível ao longo de todo o ano e a perfeita integração na paisagem, os campos de golfe do Terre Blanche são complementados por excelentes instalações de treino e aprendizagem.

Depois de um dia de competição, os jogadores podem recordar os seus feitos durante uma refeição no restaurante da *clubhouse* Les Caroubiers, com vista para os campos, relaxar no sumptuoso spa ou simplesmente usufruir das comodidades disponibilizadas em cada uma das 115 suítes e *villas* existentes no *resort*.

impeccable maintenance throughout the year and for how they blend perfectly into the landscape, the golf courses at Terre Blanche are complemented by excellent practice and teaching facilities.

After a day of competition, players can look back over their game play during a meal in the clubhouse restaurant Les Caroubiers, with views over the courses, relax in the sumptuous spa or simply enjoy the facilities offered in each of the 115 suites and villas found in the resort.



SOCIAL & EVENTS

VILLAS & GOLFE MOÇAMBIQUE

Cocktail de Lançamento em Maputo Cocktail Launch Party in Maputo

TEXTO TEXT ANDREIA BARROS FERREIRA \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY PEDRO SOARES E JÚLIO DENGUCHO





O cocktail de lançamento da edição **Villas & Golfe Moçambique** aconteceu no passado dia 13 de Fevereiro, no Hotel Polana, em Maputo, capital moçambicana.

Num final de tarde convidativo e ao som de violinistas, juntaram-se no Aquarius Bar, local do evento, largas dezenas de convidados, dos vários quadrantes, desde o político, ao económico, passando pelo cultural e social, para partilharem o lançamento de uma revista que promete tornar-se rapidamente na publicação de referência no país, tal como aconteceu nos outros mercados onde está presente.

A **Villas & Golfe** é uma publicação internacional, dirigida a um segmento de topo, que nasceu há mais de 12 anos em Portugal, tendo-se tornado numa revista de referência no mundo. De entrevistas a grandes personalidades, a artigos sobre economia e negócios, não esquecendo a arte e a cultura, as tradições e o *lifestyle*, a **Villas & Golfe** publica em cada edição o melhor que vai acontecendo no planeta.

The cocktail launch party for the **Villas & Golfe Moçambique** edition was held last February 13, at the Hotel Polana, in Maputo, the Mozambican capital.

On a pleasant evening and to the sound of violinists, many guests, from various quarters, ranging from political and economical, to cultural and social circles, gathered at the Aquarius Bar, the event's venue, to share in the launch of a magazine that promises to quickly become the leading publication in the country, as has happened in the other markets in which it is present.

Villas & Golfe is an international publication, addressed to a high-end readership, which was created more than 12 years ago in Portugal, having since become a leading magazine in the world. From interviews with major personalities, to articles on the economy and business, not forgetting art and culture, traditions and lifestyle, in each issue **Villas & Golfe** publishes the best of what is happening on the planet.



O BFA nasceu há 20 anos. Ao longo de duas décadas, o Banco consolidou o seu apoio ao desenvolvimento económico de Angola, através da criação das soluções financeiras mais inovadoras e competitivas.

Este compromisso do Banco com Angola e com os angolanos, renovado todos os dias, é o propósito que move uma equipa de mais de 2.300 colaboradores, empenhada em disponibilizar aos seus Clientes um serviço de primeira qualidade.

Vinte anos depois, orgulhamo-nos de poder dizer que o BFA tem já mais de um milhão de Clientes, que são o melhor sinal da confiança dos angolanos.

É bom ver Angola crescer e saber que contribuimos para o seu desenvolvimento.



Banco do Ano em Angola



Prémio de Excelência STP



Melhor Banco Comercial em Angola



Marca de Excelência



Melhor Banco em Angola



BOSS QUE É BOSS FALA GRÁTIS



A MELHOR BOSS DE SEMPRE

PLANO BOSS

CARREGA E DISTRIBUI O SALDO COMO QUER | **FALA GRÁTIS DENTRO DO GRUPO**

- 500 SMS GRÁTIS* • 25% BÔNUS AO CARREGAR* •
- 25Mb GRÁTIS TODOS OS MESES •

Para activar liga **19300** ou vai a uma loja Unitel

*consumo mínimo mensal de 350 UTT por número

*500 SMS dentro do grupo por número + *25% bônus nos carregamentos de dados

facebook
/unitel.ao

nº apoio empresarial
19 300
www.unitel.ao



UNITEL
O próximo mais próximo.