

---

**ALTITUDE**

ALTITUDE

**AFRIC SIMONE**

De Xipamanine  
para o mundo  
From Xipamanine  
to the world

---

**PREMIUM**

PREMIUM

**OMUHIPITI**

A Ilha de Saquina  
Saquina Island

---

**ESPECIAL DESPORTO**

SPORT SPECIAL

**Duas amigas  
nos Jogos Olímpicos**

Two friends at the  
Olympic Games

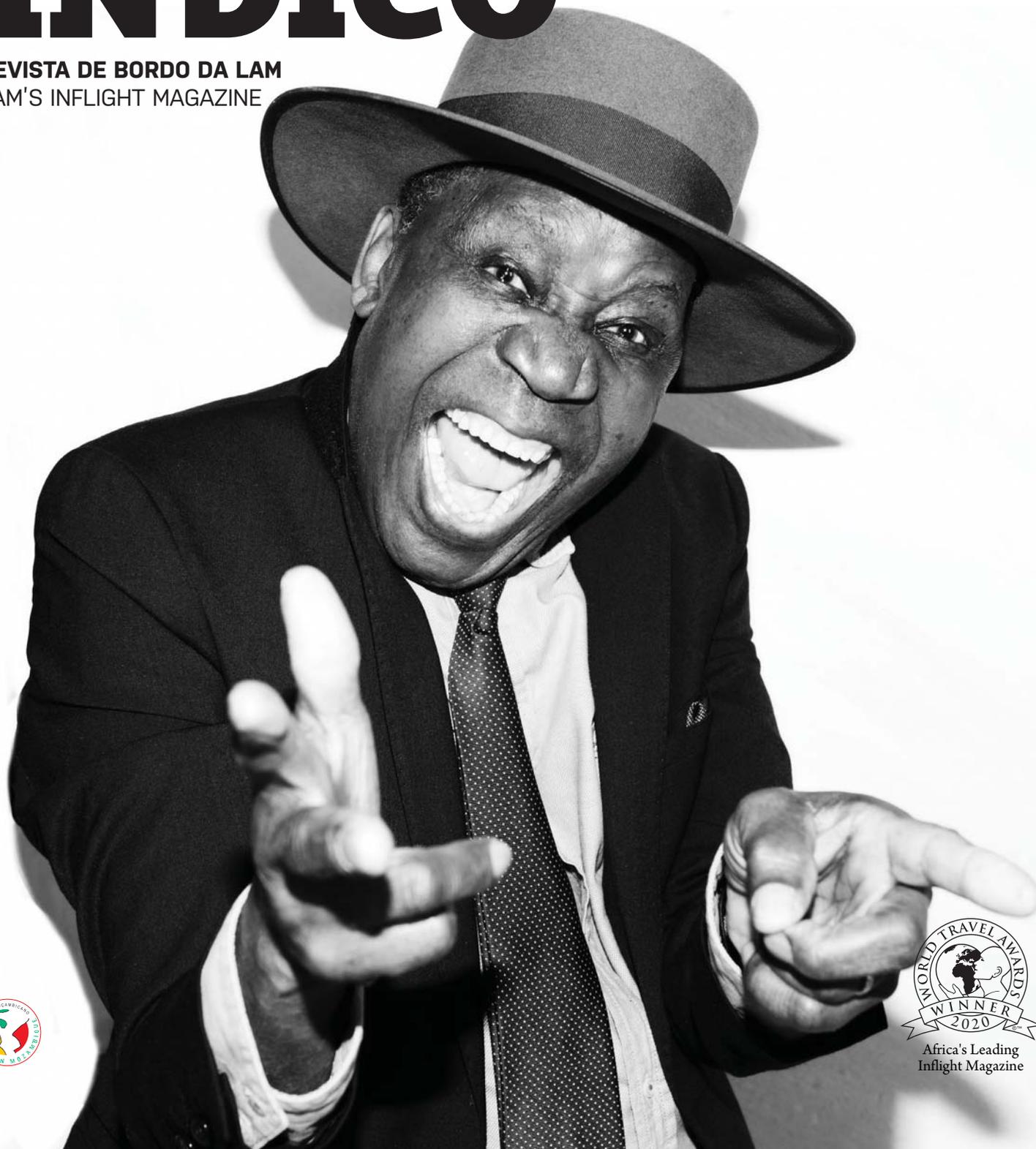


Linhas Aéreas de Moçambique

# ÍNDICO

**REVISTA DE BORDO DA LAM**

LAM'S INFLIGHT MAGAZINE



JUL AGO JUL AUG . SÉRIE IV . Nº 68 . 2021

Africa's Leading  
Inflight Magazine



Cartão Bio

# FAZ PAGAMENTOS DE FORMA AMIGA DO AMBIENTE

Ao usares o Cartão Bio estás a ajudar a preservar a biodiversidade de Moçambique com contribuições automáticas, sem nenhum custo adicional para ti e ainda te habilitas a ganhar vários prémios.

Quanto mais usares o teu Cartão BIO em ATM ou POS mais hipóteses tens de ganhar uma visita guiada a um paraíso natural daqui.

Sabe mais na tua Agência ou fala daki +258 82 092 1224 / 84 092 1224  
87 092 1224 ou consulta-nos em [www.bci.co.mz](http://www.bci.co.mz).

[fb.com/bciomeubanco](https://fb.com/bciomeubanco)

**BCI**  
É daqui.



**06**

**HORIZONTES**  
HORIZONS

**08**

**PREMIUM** PREMIUM

**OMUHIPITI**  
**A Ilha de Saquina**  
Saquina Island

**16**

**EVASÃO** ESCAPE

**HOTEL CASTELO BRANCO**  
**O sossego perto da agitação**

CASTELO BRANCO HOTEL  
The quiet near the bustle

**18**

**OUTRAS PARAGENS**  
OTHER STOPS

**REPÚBLICA DOMINICANA**  
**“Soy todo sentimiento”**

DOMINICAN REPUBLIC  
“Soy todo sentimiento”

**26**

**GASTRONOMIA**  
GASTRONOMY

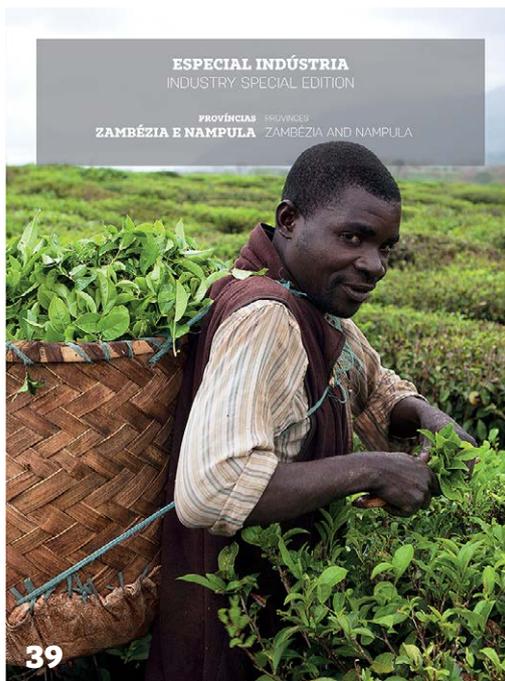
**50**

**CULTURA** CULTURE

**64**

**PRIMEIRA FILA**  
FIRST ROW

**Como Anima criar**  
Anima(ting)



**68**

**TERRA**  
LAND

**Uma cozinha de garrafas plásticas**  
A kitchen of plastic bottles

**72**

**CLASSES**  
CLASSES

**Be Girl e o caminho para o bem-estar feminino**  
Be Girl and the path to female well-being

**76**

**GPS**  
GPS

**Na rota dos cabelos**  
On the hair route

**80**

**ROLAR**  
TAXIING

**PALETAS MZ**  
**Com quantas paletes se faz um lar?**

How many pallets do you make a home with?

**84**

**LOUNGE**  
LOUNGE

**O sapo e o caranguejo**  
The frog and the crab

**87**

**MUNDO LAM**  
LAM'S WORLD



CAPA | COVER  
AGHI

PROPRIEDADE | PUBLISHER LAM - Linhas Aéreas de Moçambique SA; www.lam.co.mz; www.facebook.com/VOELAMM; Call Center: +258 21 468 800 Série I Series IV, nº 68 DIRECTOR GERAL DA LAM | LAM'S MANAGING DIRECTOR João Carlos Pó Jorge EDITORA EXECUTIVA | EXECUTIVE EDITOR Cristiana Pereira COLABORADORES | CONTRIBUTORS Ana Filipa Amaro; Adelino Timóteo; Amâncio Miguel; Alda Costa; Celso Chambisso; Cristina Freire; Custódio Mugabe; Eliana Silva; Elmano Madalá; Elton Pila; Estêvão Azarias Chavisso; Francisco Manjate; Francisco Noa; Frederico Jamisse; Gil Filipe; Guilherme Mussane; Hermenegildo Langa; José Machicane; Jorge Ferrão; Kaysa Johnsson; Laurindos Macuáua; Linda Bruten; Luís Loforte; Maria Martins; Maria de Lurdes Cossa; Madyo Couto; Magda Arvelos; Mia Couto; Neida Garrido; Paola Rolletta; Pedro Catvelos; Reinaldo Luís; Rui Trindade; Sangare Okapi; Sónia Sultuane; Susana Gonçalves e Ungulani Ba Ka Khosa FOTÓGRAFOS | PHOTOGRAPHERS Acamo Maquinasse; Aghi; Alexandre Marques; Amilton Neves; António Silva; Benoit Marquet; Chico Carneiro; Dudu Mogne; Filipe Branquinho; Jay Garrido; João Costa (Funcho); Joca Faria; Koo van der Lende; Madyo Couto; Mário Macilau; Mauro Pinto; Mauro Vombe; Ouri Pota; Pedro Sá da Bandeira; Piotr Naskrecki; Ricardo Franco; Ricardo Pinto Jorge; Ricardo Rangel; Susanna Iovene; Tito Calado; Tomás Cumbana; Vasco Célio e Yassmin Forte ILUSTRACÃO | ILLUSTRATION Nicolau Silvestre; Talla Carrilho e Walter Zand TRADUÇÃO | TRANSLATION David Miranda, Pangela - Serviços de Tradução DESIGN Executive Moçambique PUBLICIDADE | ADVERTISING Departamento Comercial | Commercial Department comercial@executive-mozambique.com ADMINISTRAÇÃO, REDACÇÃO E PUBLICIDADE | ADMINISTRATION, EDITION AND ADVERTISING Executive Moçambique; Kenneth Kaunda, nº 674 - Bairro Sommerchild, Maputo - Moçambique; Telm.: +258 84 311 9150; geral@executive-mozambique.com NÚMERO DE REGISTO | REGISTRATION NUMBER: 08/GABINFO-DEC/2006



Presented to

# LAM - Linhas Aéreas de Moçambique

On the occasion of their Registration as an

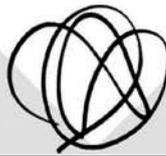
## **IOSA Operator**



under the

## **IATA Operational Safety Audit Program (IOSA)**

Registration is valid until 26 October 2021  
in accordance with the provisions of the IOSA Program Manual



**Gilberto López Meyer**  
Senior Vice President  
Safety and Flight  
Operations

Note: This is a ceremonial certificate only and is not valid for IOSA Registration. The official IOSA Registration is only shown on the IOSA Registry - [www.iata.org/registry](http://www.iata.org/registry)

M-1656

# EDITORIAL

## EDITORIAL

JOÃO CARLOS PÓ JORGE  
DIRECTOR GERAL DA LAM  
LAM'S MANAGING DIRECTOR



Estimada(o) Passageira(o),

Continuamos a ter o prazer de ter a sua presença a bordo, a razão da nossa existência que agradecemos. Para oferecer-lhe maior flexibilidade e conveniência, estabelecemos uma parceria com a companhia sul-africana CemAir, que oferece destinos variados na África do Sul, aos quais junta Luanda e que agora estão adicionados aos voos da rede da LAM.

Esta interligação abre ao mercado sul-africano o espírito acolhedor e hospitaleiro, característicos desta nação pérola do Índico, com lindas praias e deliciosos frutos do mar. Em Moçambique, retomámos os voos para Nacala, Vilanculos e Inhambane, destinos turísticos, como é típico de zonas localizadas ao longo da costa que têm ainda enorme potencial para investimentos e actividade empresarial.

A reposição dos voos insere-se na aposta de criar mais conectividade no país e estimular a realização de mais viagens, motivo pelo qual temos colocado à disposição do mercado tarifas acessíveis, como foi o caso da campanha alusiva ao mês da Independência Nacional cujas passagens são válidas para viagens a serem realizadas até o dia 31 de Outubro do ano em curso.

Estes pacotes fazem parte da celebração dos 41 anos da LAM consigo, nosso(a) Estimado (a) Cliente que queremos imenso ouvir a sua opinião, sugestão para a melhoria contínua dos nossos serviços.

Desejamos a toda(o)s boa saúde e pedimos para que continuem a observar com todo rigor as medidas de prevenção à Covid-19.

Estamos ansiosos de tê-la(o) a bordo da aeronave na sua próxima viagem. ✈️

Contamos consigo!

Dear Passenger,

We continue to have the pleasure of having your presence on board, the reason for our existence, for which we are thankful.

To offer you greater flexibility and convenience, we have established a partnership with the South African company CemAir, which offers several destinations in South Africa, to which it adds Luanda and which are now added to LAM's flight network.

This interconnection opens up to the South African market the welcoming and hospitable spirit, characteristic of this pearl of the Indian ocean, with beautiful beaches and delicious seafood.

In Mozambique, we resumed flights to Nacala, Vilanculos and Inhambane, tourist destinations, typical of areas located along the coast that still have enormous potential for investment and business activity. The resumption of flights is part of the bet to create more connectivity in the country and encourage more trips, which is why we have made affordable rates available to the market, as was the case with the campaign alluding to the month of National Independence, whose tickets are valid for trips to be made until 31 October of the current year.

These packages are part of the celebration of LAM's 41 years with you, our Dear Customer. We really want to hear your opinion, a suggestion for the continuous improvement of our services.

We wish you all good health and ask that you continue to strictly observe Covid-19's prevention measures.

We look forward to having you on board our aircrafts on your next trip. ✈️

Thank you for joining us!

## ARMANDO ARTUR CONSAGRADO PELO PRÉMIO JOSÉ CRAVEIRINHA

### ARMANDO ARTUR AWARDED THE JOSÉ CRAVEIRINHA PRIZE

Com uma carreira iniciada em 1986, tirando do prelo *Espelhos dos Dias* (AEMO), Armando Artur conta já com cerca de 10 obras publicadas, todas a mostrar um poeta, mesmo quando intimista, profundamente influenciado pelo tempo em que vive. É com este percurso que atinge, em 2021, o topo da premiação possível em Literatura em Moçambique, ao lhe ser atribuído o Prémio Consagração José Craveirinha. Antes, a este poeta nascido na Zambézia já havia sido atribuído o Prémio Consagração Rui de Noronha do FUNDAC - Fundo para o Desenvolvimento Artístico e Cultural, com o livro *Os Dias em Riste* (2002); Prémio José Craveirinha (na altura dedicado a distinção ao melhor livro do ano), com a obra *A Quintessência do Ser* (2004) e foi co-vencedor do Prémio BCI de Literatura na edição 2018 com o livro *A Reinvenção do Ser e a dor da pedra*.

With a career started in 1986, publishing *Espelhos dos Dias* (AEMO), Armando Artur has already published around 10 works, all showing a poet, even when intimate, deeply influenced by the times in which he lives. It is with this path that, in 2021, he reaches the top award in Literature in Mozambique, by being awarded the José Craveirinha Consecration Prize. Previously, this Zambezia-born poet had already been awarded the Rui de Noronha Consecration Prize from FUNDAC - Fund for Artistic and Cultural Development, with the book *Os Dias em Riste* (2002); the José Craveirinha Prize (at the time dedicated to the best book of the year), with the work *A Quintessência do Ser* (2004), and was co-winner of the BCI Literature Prize in its 2018 edition with the book *A Reinvenção do Ser e a Dor da Pedra*.

## KULUNGWANA RECORDA MALANGATANA

### KULUNGWANA REMEMBERS MALANGATANA

*Malangatana Tatana Cultura*, patente na Galeria Kulungwana, celebra o percurso de Malangatana, nome maior da Cultura moçambicana, que completaria 85 anos em Junho fosse ainda vivo. “Esta exposição de fotografia pretende fazer, sem pretensiosismo, uma mostra de Malangatana nas várias épocas da sua vida, no seu dia-a-dia, o homem, o amigo e sua dimensão como artista moçambicano e cidadão do mundo”, escreve Manuela Soeiro no texto de apresentação da mostra fotográfica. A exposição que recorda Malangatana marcou a celebração dos 15 anos da Kulungwana, instituição a que o artista, um dos fundadores, deu nome e criou o logótipo. “É um momento para recordarmos o que Malangatana foi e é na vida do país”, fez notar Henny Matos, directora da Kulungwana.

*Malangatana Tatana Cultura*, on display at the Kulungwana Gallery, celebrates the journey of Malangatana, the greatest name in Mozambican Culture, who would turn 85 in June. “This photography exhibition intends to represent, without pretentiousness, an exhibition of Malangatana in the various periods of his life, in his daily life, the man, the friend and his dimension as a Mozambican artist and citizen of the world,” Manuela Soeiro writes in the presentation summary of the photographic exhibition. The exhibition that remembers Malangatana marked the celebration of 15 years of Kulungwana, an institution which the artist, one of the founders, named and who created its logo. “It is a moment to remember what Malangatana was and is in the life of the country,” Henny Matos, Kulungwana’s director, noted.

## “LUGAR DAS ILHAS” DE SÓNIA SULTUANE NO CCBM

### LUGAR DAS ILHAS BY SÓNIA SULTUANE AT CCBM

A Ilha de Moçambique é um lugar de infância de Sónia Sultuane. Já adulta, há cerca de dois anos, a artista plástica, que também é poeta, fez três viagens a Ilha e a cultura que a caracteriza não lhe saiu do imaginário. Esta exposição, patente no Centro Cultural Brasil-Moçambique até 07 de Agosto, é reflexo disso. Em 18 obras, repensa – acrescentando mosaico – a capulana, fazendo com que o espectador veja além de um tecido tornado banal pelo uso diário. Como faz notar Alda Costa, curadora da exposição, a partir do objecto capulana, apropriado e recriado, a artista refere-se, nas diferentes séries apresentadas, ao passado e à arquitectura da Ilha, às portas e janelas simbólicas que se abrem para criar novas relações entre nós, os sujeitos e os espaços.

The Island of Mozambique is a childhood place for Sónia Sultuane. As an adult, for about two years, the plastic artist, who is also a poet, made three trips to the island and the culture that characterizes it has not left her imagination. This exhibition, on display at the Brazil-Mozambique Cultural Centre until 7 August, is a reflection of that. In 18 works, she rethinks – adding a mosaic – the *capulana*, making the viewer see beyond a fabric made banal by daily use. As Alda Costa, curator of the exhibition, points out, using the *capulana*, appropriated and recreated, the artist refers, in the different series presented, to the past and to the island’s architecture, to the symbolic doors and windows that open to create new relations between us, subjects and spaces.



## HOMENAGEM A DUAS GRANDES PESSOAS QUE AMARAM MAPUTO TRIBUTE TO TWO GREAT PEOPLE WHO LOVED MOZAMBIQUE

Em Julho, faleceram duas caras familiares nas andanças por Maputo, duas pessoas que muito fizeram pela divulgação do turismo e da cultura: Jane Flood e Artur Ferreira. Artur Ferreira não passava despercebido pela sua imponente presença ou pelas 'estórias' que não se cansava de contar e escrever.

Nascido em Luanda em 1939, Artur Ferreira era o decano dos fotojornalistas de automobilismo, com inúmeros Grandes Prémios de Fórmula 1. "Mas lhe interessavam também os museus e muito os divulgou" recorda a professora Alda Costa.

Uma personagem peculiar, com uma visão do mundo muito própria, foi ele o primeiro editor da Revista Índico. Ele que a inventou.

Artur Ferreira faleceu no passado 11 de Julho em Portugal, pouco dias antes de completar 82 anos.

Jane Flood chegou a Maputo como professora de inglês, apaixonou-se pela cidade e inventou uma profissão até então desconhecida: guia turístico a pé.

Criou Maputo a Pé Tours, passeios de divulgação da história e da arquitectura da cidade, experiências culturais fora do circuito: Maputo Top 10, Art Safari, Pancho Guedes, Libertação, birdwatching...

Rica de uma curiosidade sem preconceitos, a Jane foi impulsionadora do Balcão de Turismo de Maputo e formou uma equipa de guias turísticos que prosseguem a sua obra. Jane Flood faleceu no passado 1 de Julho em Zanzibar. Tinha 63 anos. 🌿

In July, two familiar faces of Maputo passed away, two people who did a lot to promote tourism and culture: Artur Ferreira and Jane Flood.

Artur Ferreira did not go unnoticed with his imposing presence or by the 'stories' that he never tired of telling and writing.

Born in Luanda in 1939, Artur Ferreira was a veteran of motorsport photojournalism, having covered numerous Formula 1 Grand Prix. "But he was also interested in museums and he promoted them a lot," recalls professor Alda Costa. A peculiar character, with his own vision of the world, he was the first editor of Índico Magazine. He created it.

Artur Ferreira passed away on July 11th in Portugal, a few days before turning 82 years old.

Jane Flood arrived in Maputo as an English teacher, fell in love with the city and invented what was until then an unknown profession: walking tour guide. She created Maputo A Pé (On Foot) Walking Tours to disseminate the city's history and architecture, as well as cultural experiences outside of the circuit: Maputo Top 10, Art Safari, Pancho Guedes, Liberation, birdwatching...

Rich with an unprejudiced curiosity, Jane was the driving force behind the Maputo Tourism Desk and formed a team of tourist guides who continue her work.

Jane Flood passed away on July 1st in Zanzibar. She was 63 years old. 🌿

## KULEMBA REALIZOU A 4ª EDIÇÃO DO FLIK KULEMBA HELD THE 4TH EDITION OF FLIK

Em Junho, teve lugar a 4ª edição do Festival do Livro Infantil da Kulemba – FLIK 2021. A edição deste ano, que teve como patrono o escritor Mia Couto, reuniu no mesmo espaço autores da Comunidade dos Países de Língua Portuguesa (CPLP), com destaque para Celso Celestino Cossa, Pedro Pereira Lopes e Dama do Bling (Moçambique), Lurdes Breda, Eliana Silva e António Cabrita (Portugal) e Ninfa Parreiras (Brasil). Todos os autores convidados interagiram com alunos de várias escolas moçambicanas. No Festival, foram ainda conhecidos os vencedores dos concursos literários, de declamação de poesia e de ilustração, lançados em meados do mês de Maio. Os três concursos foram presididos, respectivamente, por Mia Couto, Ana Magaia e Mauro Manhiça. 🌿

In June, the 4th edition of the Kulemba Children's Book Festival – FLIK 2021 took place. This year's edition, which had writer Mia Couto as patron, brought together authors from the Community of Portuguese Language Countries (CPLP) in the same venue, with emphasis on Celso Celestino Cossa, Pedro Pereira Lopes and Dama do Bling (Mozambique), Lurdes Breda, Eliana Silva and António Cabrita (Portugal) and Ninfa Parreiras (Brazil). All guest authors interacted with students from various Mozambican schools. At the Festival, the winners of the literary, poetry and illustration contests, launched in mid-May, were also known. The three contests were chaired, respectively, by Mia Couto, Ana Magaia and Mauro Manhiça. 🌿

## TRINTA ZERO NOVE DISTINGUIDA TRINTA ZERO NOVE DISTINGUISHED

A Trinta Zero Nove foi distinguida pelo Prémio Excelência em Iniciativa de Tradução Literária, na Feira do Livro de Londres. A editora moçambicana, que já tinha o mérito de ser a única dos Países de Língua Oficial Portuguesa a chegar a final, concorria com outras iniciativas da Bulgária, Alemanha e Singapura. No ano passado, a editora havia sido menção honrosa na mesma categoria. Com esta distinção, a Trinta Zero Nove passa a ter acesso aos direitos de tradução de escritores que do outro modo seria impossível traduzir para as línguas moçambicanas. 🌿

Trinta Zero Nove was distinguished by the Excellence in Literary Translation Initiative Award at the London Book Fair. The Mozambican publisher, which already had the merit of being the only Portuguese-speaking country to reach the final, competed with other initiatives from Bulgaria, Germany and Singapore. Last year, the publisher had received an honourable mention in the same category. With this distinction, Trinta Zero Nove now has access to the translation rights of writers who would otherwise be impossible to translate into Mozambican languages. 🌿

## ESTILISTA MOÇAMBICANO PREMIADO EM GANA MOZAMBICAN STYLIST AWARDED IN GHANA

O consultor de moda e estilista moçambicano Luxury Recycle venceu, por voto do público, o Odartey Style & Fashion Awards na categoria "Fashion Stylist 2021". Concorriam também estilistas do Quênia e Gana. O Odartey Style & Fashion Awards, que acontece anualmente em Acra, capital de Gana, distingue as melhores personalidades do mundo da moda em África. 🌿

Mozambican fashion consultant and stylist Luxury Recycle won, by public vote, the Odartey Style & Fashion Awards in the "Fashion Stylist 2021" category. Designers from Kenya and Ghana also competed. The Odartey Style & Fashion Awards, held annually in Accra, the capital of Ghana, distinguishes the best personalities in the world of fashion in Africa. 🌿



## As ilhas emergindo como se fossem cogumelos na longa paisagem azul-mar tornam-se uma espécie de oásis em sentido contrário, rasgos de terra no deserto-mar.

The islands emerging as if they were mushrooms in the long sea-blue landscape, become a kind of reverse oasis in a sense, land in the sea desert.

OMUHIPITI

# A ILHA DE SAQUINA

## SAQUINA ISLAND

O mar atravessa as rochas carcomidas pelo tempo e pelo sal. Mas elas continuam ali estacadas, como se protegessem – para a Ilha continuar ilha - a terra do mar que chega em violentas ondas e morre, ainda que um pouco de cada vez, na espuma dos dias. Também a Fortaleza de São Sebastião, construída entre 1545 e 1547 para o controlo de quem chegasse pelo mar, hoje parece cumprir a missão de resistir ao avanço das águas. E resiste imponente, a alimentar o misticismo da sua construção. Na lenda fundadora da Ilha, *Muanante* é o nome da gigantesca criatura que numa noite colocou mãos à obra e na manhã seguinte já tinha erguido a Fortaleza. Esta estória resiste ao tempo, de boca em boca, no que o academicismo chama de tradição oral, ainda tão presente na Ilha. Até hoje há quem não acredite que homens e mulheres, os nativos e os que chegaram por caravelas e quiseram fazer da Ilha poiso fixo, podiam por mãos próprias erguer o monumento em verticais pesadas pedras.

Dos monumentos às gentes, a Ilha é esta invocação do misticismo. É o que nos confirma a imagem de Saquina, no restaurante a que dá nome, ali tão perto do mar e tão perto da Fortaleza. O rosto encoberto de *m'siro*, este pó a fazer as vezes de um véu, que esconde e ao mesmo tempo insinua o rosto que cobre, como se impusesse ao nosso olhar o desafio da revelação.

The sea goes through rocks eaten away by time and salt. But they are still piled there, as if protecting – for the Island to remain an island – the land from the sea that arrives in violent waves and dies, albeit a little at a time, in the foam of the days. Also the Fortress of São Sebastião, built between 1545 and 1547 to control those arriving by sea, today seems to fulfill the mission of resisting the advancing waters. And it resists imposing, feeding the mysticism of its construction. In the island's founding legend, *Muanante* is the name of the gigantic creature that one night set to work and the following morning had already built the Fortress. This story resists time, by word of mouth, in what academicism calls oral tradition, still so present on the Island. To this day, there are those who do not believe that men and women, the natives and those who arrived by caravels and wanted to make the Island a permanent dwelling, could by their own hands erect the monument in heavy vertical stones.

From monuments to people, the Island is this invocation of mysticism. This is what Saquina's image confirms to us, in her namesake restaurant, there so close to the sea and so close to the Fortress. The face covered with *m'siro*, this powder acting as a veil, which hides and at the same time insinuates the face it covers, as if imposing on our gaze the challenge of

“o m’siro/encantamento dos meus olhos/perfaz a tua insular imagem./No litoral do teu corpo/a apoteótica espuma/do orgasmo das ondas./ Ó júbilo na falésia do canto.” está muito nestes versos de Nelson Saúte. Nascida em Monapo e ida para a Ilha com dois anos, é prova ululante que, se o lugar de nascimento define a nossa origem, só depois de vivermos muito podemos definir a nossa identidade. “Eu sou da Ilha” – afirma 42 anos depois do nascimento, com as mãos em preparação de *nimino*, uma caldeirada de peixe e banana (que pode também ser feita com mandioca ou batata doce). As viagens são também sobre os sabores que marcam a memória do lugar. Mas o espaço que hoje se encontra o restaurante, que é paragem obrigatória para quem está de visita a Ilha, mesmo à beira mar, é também invocador de outras memórias. Em adolescentes namoros, Saquina ficava por longas tardes a assistir o sol a deixar-se engolir pelo mar e a noite a encobrir o céu a permitir a privacidade possível. Esta memória parece ainda física e Saquina não disfarça o sorriso. Afinal do mar para amar a distância é de um «a» invocador do «ah» que sugere suspiros de prazeres adormecidos.

A Ilha é a parte insular, mas também a continental, uma sendo a *raison de vivre* da outra. O continente apenas o é porque existem longos quilómetros de

revelation. “The *m’siro*/the enchantment of my eyes/completes your insular image./On the shore of your body/the apothecotic foam/of the waves’ orgasm./ The jubilation on the singing cliff.” is a lot in these verses by Nelson Saúte.

Born in Monapo and moving to the island at the age of two, this is the screaming proof that, if the place of birth defines our origin, only after living a long time can we define our identity. “I’m from the Island” – she says 42 years after her birth, with her hands preparing *nimino*, a fish and banana stew (which can also be made with cassava or sweet potatoes). The trips are also about the flavours that mark the memory of the place. But the space where the restaurant is located today, which is an obligatory stop for anyone visiting the island, right by the sea, is also evocative of other memories. As a teenager in love, Saquina would spend long afternoons watching the sun being swallowed by the sea and the night covering the sky, to allow as much privacy as possible. This memory still seems physical and Saquina doesn’t hide her smile. After all, from sea (*mar* in Portuguese) to love (*amar*) the distance is but an “a”, invoking the “ah” that suggests sighs of dormant pleasures.

The Island is the insular part, but also the mainland part, one being the *raison de vivre* of the other. The

**1** Nascida em Monapo e ida para a Ilha com dois anos, é prova ululante que só depois de vivermos muito podemos definir a nossa identidade. Born in Monapo and moving to the island at the age of two, this is the screaming proof that only after living a long time can we define our identity.

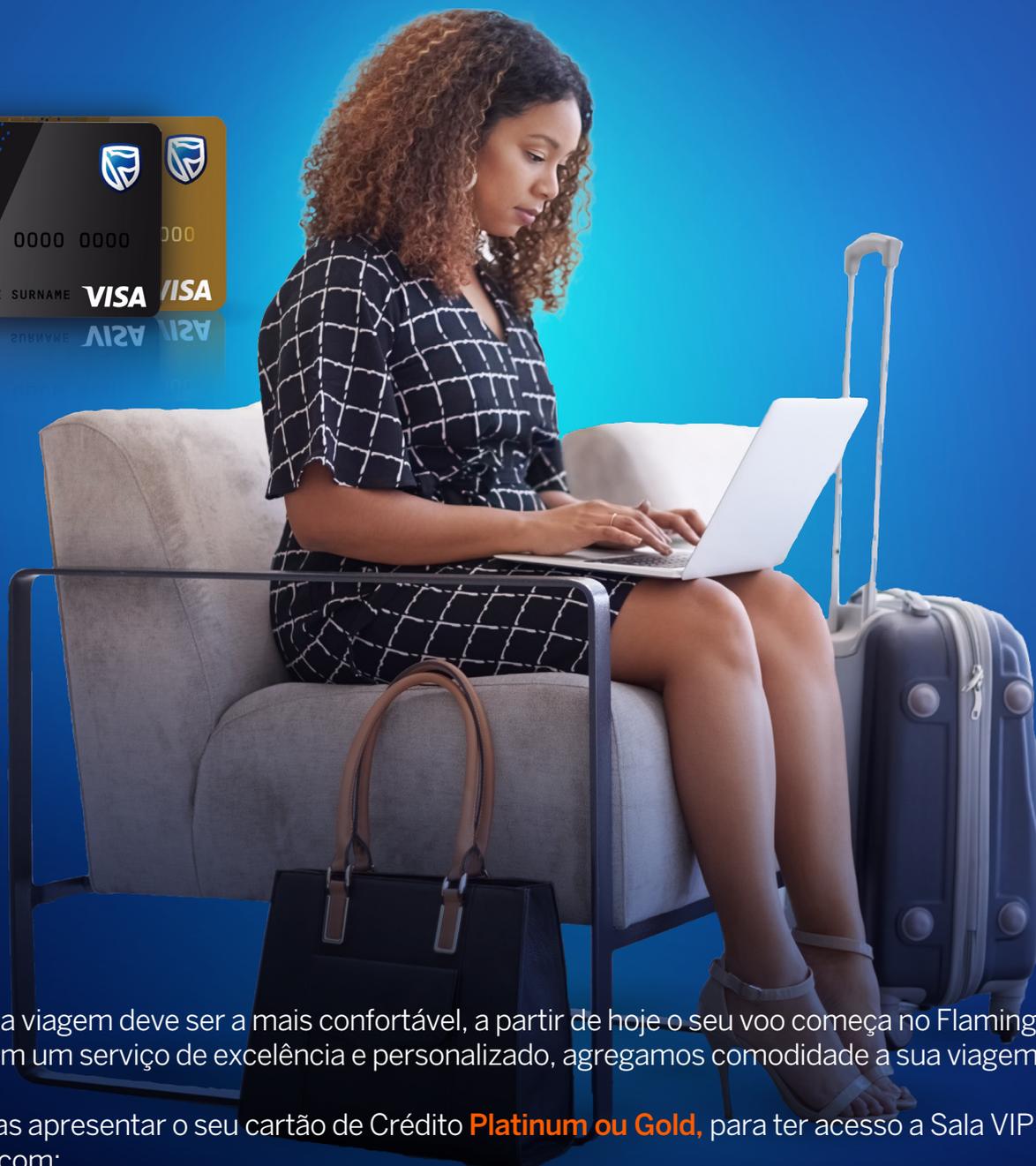
**2** Em Agosto, baleias e golfinhos vão dar à costa, para lá da Ilha de Goa. In August, whales and dolphins hit the coast, beyond Goa Island.

**3** Saquina, com o rosto encoberto de m’siro, personifica o mistério que caracteriza a sua Omuhipiti. Saquina, with her face covered in m’siro, personifies the mystery that characterises her Omuhipiti.





# AGORA O SEU VOO COMEÇA NO FLAMINGO LOUNGE COM O CARTÃO DE CRÉDITO PLATINUM E GOLD



Porque a sua viagem deve ser a mais confortável, a partir de hoje o seu voo começa no Flamingo Lounge. Com um serviço de excelência e personalizado, agregamos comodidade a sua viagem.

Basta apenas apresentar o seu cartão de Crédito **Platinum ou Gold**, para ter acesso a Sala VIP até 3 horas com:



Espaço Privado



Snacks (Lanches e Bebidas)



Sala de Negócios



Free Wi-Fi

Standard Bank **É POSSÍVEL**

Facilidade para clientes Executive e Private.



água a separa-lo de espasmos de terra firme. Uma viagem a bordo de uma canoa movida a vela e a motor, com os solavancos próprios das estradas de mar, deixa-nos no Palácio de Verão de Governadores, construído em 1765, hoje é uma ruína que convoca a História de mais de seis séculos. A Igreja Nossa Senhora dos Remédios, erigida em 1579, numa arquitectura a lembrar o estilo manuelino próprio da época, é outra paragem obriga-

continent is only so because there are long kilometres of water separating it from the spasms of dry land. A trip aboard a sail-powered and motor-powered canoe, with the bumps typical of the sea roads, leaves us at the Governors' Summer Palace, built in 1765. Today, it is a ruin that summons the history of more than six centuries. The Nossa Senhora dos Remédios Church, built in 1579, in an architecture reminiscent of the Manueline style of

## Dos monumentos às gentes, a Ilha é esta invocação do misticismo.

From monuments to people, the Island is this invocation of mysticism.



tória. É esta a Omuhipiti – nome original da Ilha - de que Saquina se orgulha. A Omuhipiti histórica, mas feita também de matéria vegetal e viva como o mangal a sugerir um jardim no meio do mar em que se podem ver garças em leves ramos. A Omuhipiti que é o ponto de chegada, mas também de partida para a Ilha das Cobras, a Ilha de Goa, Ilha de Sete Paus, que emergindo como se fossem cogumelos na longa paisagem azul-mar tornam-se uma espécie de oásis em sentido contrário, rasgos de terra no deserto-mar. Em Agosto, baleias e golfinhos vão dar à costa, para lá da Ilha de Goa. “Voltem nessa altura, com mais tempo. Não conhecer outros pontos turísticos, outra parte da nossa história”, desafia-nos como se mais de 500 anos de vida fossem possíveis abarcar em menos de 500 anos de visita. Mas voltaremos. Talvez para lhe conhecer a casa, no bairro do Museu, onde os edifícios contam histórias de outros tempos, dos tempos em que não havia tempo e nem desejo que o tempo ficasse suspenso. Também para conhecer as ruas de fogo, invocadas numa canção popular, que apenas quem se deixa ficar por muito tempo na Ilha pode conhecer. Pouco mais de três dias não foram suficientes. De quanta Ilha precisa um homem? 🌿

the time, is another mandatory stop. This is Omuhipiti – the island’s original name – that Saquina is proud of. The historic Omuhipiti, but also made of vegetable and living matter like the mangrove, suggesting a garden in the middle of the sea where herons can be seen on light branches. Omuhipiti, which is the arrival point, but also the departure point to Cobras Island, Goa Island, and Sete Paus Island, which emerging as if they were mushrooms in the long sea-blue landscape, become a kind of reverse oasis in a sense, land in the sea desert. In August, whales and dolphins hit the coast, beyond Goa Island. “Come back then, with more time to spare. They will discover other tourist attractions, another part of our history,” she dares us as if more than 500 years of life were possible to encompass in less than 500 years of visit. But we will come back. Perhaps to get to know her house, in the Museum district, where the buildings tell stories of other times, of times when there was no time and no desire for time to be suspended. Also to get to know the streets of fire, invoked in a popular song, that only those who stay on the Island for a long time may know. Just over three days wasn’t enough. How much Island does a man need? 🌿



# Ilha de Moçambique

**Património da Humanidade**  
**Uma Maravilha!**  
*World Heritage Site*  
**A Wonder!**



[www.ilhademocambique.co.mz](http://www.ilhademocambique.co.mz)

Apoiado pelo Cluster da Cooperação Portuguesa da Ilha de Moçambique

**►COMO IR HOW TO GO**

Voe com a LAM até Nampula e de lá é uma viagem de carro de pouco mais de duas horas até a Ilha de Moçambique. Fly with the LAM to Nampula and from there it's a little over two hours by car to the Island of Mozambique.

**►O QUE FAZER WHAT TO DO**

A estada na Ilha de Moçambique é por si só uma experiência que vale a pena. Andar pelas ruas, entre a Cidade de Macúti e a de Pedra e Cal, visitar monumentos que recordam outros tempos, é estar perto de um momento histórico distante, mas que em muito diz sobre a humanidade hoje. Uma viagem de barco a Ilha de Goa e a partir dela repetir a rota dos navegadores portugueses é outro roteiro que a imaginação pede. A stay in Ilha de Moçambique is in itself a worthwhile experience. Walking through the streets, between the City of Macúti and the City of Stone and Lime, visiting monuments that recall other times, is to be close to a distant historical moment, but which says a lot about humanity today. A boat trip to Goa Island and from there on, repeating the route of Portuguese navigators is another route that our imagination requests.

**►ONDE COMER WHERE TO EAT**

Comer *nimino* ou a *matapa de siro-siri* ajuda a vincar a memória da Ilha de Moçambique. Pode experimenta-los no restaurante da Saquina. Mas há ainda a cozinha, sempre diversa, de vários restaurantes e hotéis espalhados por toda a Ilha.

Eating *nimino* or *siro-siri matapa* helps to emphasize the memory of the Island of Mozambique. You can try them at Saquina's restaurant. But there is also the cuisine, always diverse, of several restaurants and hotels spread throughout the Island.

**►ONDE DORMIR WHERE TO SLEEP**

Há uma infinidade de hotéis. Desde os que oferecem, pelo passado, uma sensação de dormida ao colo da História como a Quinta das Amoreiras ou que nos colocam defronte a um extenso mar e nos evade das urgências do mundo como o Villa Sands. There are a multitude of hotels. From those that offer, in the past, a feeling of sleeping in the lap of History, such as Quinta das Amoreiras or that place us in front of a vast sea and help us escape from the urgent needs of the world, such as Villa Sands.

**►CUIDADOS A TER WHAT TO WATCH OUT FOR**

Estar atento a meteorologia quando quiser fazer viagens de barco vai ajudar a que não seja surpreendido por experiências turbulentas. Se visitar o Palácio de Verão dos Governadores, tenha cuidado aos pisos que o tempo tornou frágil. Being aware of the weather when you want to go on boat trips will help you not to be surprised by turbulent experiences. If you visit the Governors' Summer Palace, be careful with the floors that time has made fragile.



# AQUI APOIAMOS A SUA EMPRESA

## SOLUÇÕES DE APOIO À TESOURARIA

O apoio á tesouraria, é um crédito imediato e seguro destinado a Clientes **Empresa** e **ENIs**.



**Millennium**  
bim Empresas

**AQUI CONSIGO**

**HOTEL CASTELO BRANCO** CASTELO BRANCO HOTEL

# O SOSSEGO PERTO DA AGITAÇÃO

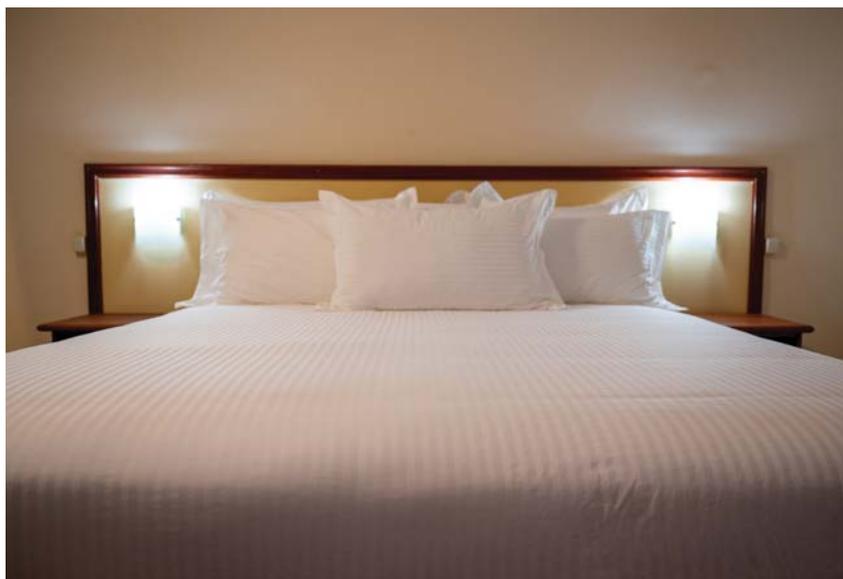
## THE QUIET NEAR THE BUSTLE

**TEXTO** TEXT:  
ELTON PILA  
**FOTO** PHOTO:  
JAY GARRIDO

O verde imposto pelas trepadeiras que marcam a fachada amarela faz-nos pensar num jardim que se nega a ficar pelo chão e cresce na vertical, como se a natureza não se quisesse deixar morrer entre as construções de concreto. Se onde ficamos diz muito do lugar que visitamos, o Hotel Castelo Branco cumpre bem este papel de ser uma representação do que é a cidade de Chimoio, esta coabitação entre o verde da matéria vegetal e os edifícios erigidos ao longo do tempo. Com 57 quartos e três estrelas a servirem de cartão-de-visita, a localização

The green imposed by the vines that mark the yellow façade makes us think of a garden that refuses to stay on the ground and grows vertically, as if nature did not want to let itself die among the concrete buildings. If where we stay says a lot about the place we visited, the Castelo Branco Hotel fulfills this role of being a representation of what the city of Chimoio is all about, this cohabitation between the green of plant matter and the buildings erected over time. With 57 rooms and three stars serving as its business card, the location puts us





## A localização coloca-nos perto de tudo o que a cidade de Chimoio tem para oferecer.

The location puts us close to everything that the city of Chimoio has to offer.

coloca-nos perto de tudo o que a cidade de Chimoio tem para oferecer, mas a composição permite a privacidade para quem olha as viagens como uma forma de se evadir das urgências do mundo. Tanto podemos nos deixar ficar pelo jardim de diversos tons de verde, com os pés descalços sobre a relva, enquanto vemos a piscina a devolver ao céu as silhuetas das nuvens; como podemos, em poucos minutos, a pé ou a boleia de um mototáxi, estar a andar pelas principais ruas de Chimoio e ter a experiência humana que faz as viagens valerem a pena. 🌿

close to everything that the city of Chimoio has to offer, but the composition allows privacy for those who see travel as a way to escape the world's urgencies. We can stay in the garden made of different shades of green, with our bare feet on the grass, while we watch the pool return the silhouettes of clouds to the sky, or we can, in a few minutes, on foot or by riding a motorcycle taxi, be walking along the main streets of Chimoio and have the human experience that makes travelling worthwhile. 🌿

### ►COMO IR HOW TO GO

Voe com a LAM até Chimoio. Do aeroporto é uma viagem de perto de meia hora de carro até ao Hotel. Fly with LAM to Vilankulo. From the airport it is a trip of around half an hour by car to the Hotel.

### ►ONDE COMER WHERE TO EAT

O restaurante do Hotel Castelo Branco, que fica na parte de frente do hotel, serve uma diversidade de pratos, da terra ao mar. Mas pode sempre ir ao centro da cidade, onde há várias casas de restauração com comidas típicas. The Castelo Branco Hotel restaurant, located at the front of the hotel, serves a variety of dishes, from surf to turf. But you can always head to the city centre, where there are several restaurants with typical food.

### ►O QUE FAZER WHAT TO DO

Escalar o Monte Bengo, a grande rocha com formato de cabeça de um velho a olhar permanentemente para o céu, é uma experiência para levar para vida. Mas apenas vê-lo enquanto se tenta distinguir as feições também pode ser animador. Caminhar pelas ruas de Chimoio, a pé ou a boleia de um mototáxi, pode oferecer esta experiência humana tão necessária em novas paragens. Climbing Mount Bengo, the big rock shaped like an old man's head permanently looking up at the sky, is an experience that stays with you forever. But just seeing it while trying to tell the features apart can also be exciting. Walking through the streets of Chimoio, on foot or riding a motorcycle taxi, can offer this much-needed human experience in new places.

### ►RESERVAS BOOKINGS

reservas@castelobranco.co.mz

\*Preço padrão, com pequeno-almoço incluído. Standard rate, breakfast included.

**NOITES SUGERIDAS NIGHTS SUGGESTED 3**  
**PREÇO MÉDIO AVERAGE PRICE 7.400 MZN\***

REPÚBLICA DOMINICANA  
DOMINICAN REPUBLIC

# “SOY TODO SENTIMIENTO”

**TEXTO** TEXT:  
CRISTIANA  
PEREIRA  
**FOTO** PHOTO:  
SHUTTERSTOCK

Há figuras que ficam gravadas na nossa memória e assumem estatuto de “quase protagonista” das histórias das nossas vidas. Por mais tempo que passe, e por mais amareladas que se tornem as páginas do nosso diário íntimo, recusam a apagar-se. Há, por conseguinte, que honrá-las.

É o caso de Julito, o motorista de machibombo que, ao longo de duas semanas, conduziu um bando de estudantes nas suas aventuras (e desventuras) de viagem de fim de curso. A sua bonomia, o seu romantismo e o seu sentido de humor, tão meigos quanto o ritmo insular da sua terra natal, estavam encapsulados no dístico que trazia colado por cima do espelho retrovi-

There are figures that are etched in our memory and assume the status of “almost a protagonist” in the stories of our lives. However much time passes, and however yellow the pages of our intimate diary become, they refuse to fade away. It is therefore necessary to honour them.

This is the case of Julito, the bus driver who, over the course of two weeks, led a bunch of students on adventures (and misadventures) on their finalist holidays. His bonhomie, his romanticism and his sense of humour, as sweet as the insular rhythm of his homeland, were encapsulated in the sticker he had above the rear-view mirror: “*Soy todo sentimiento.*”



sor: “*Soy todo sentimiento*”.

O cenário: República Dominicana, finais da década de 1990 (alguns dos leitores não eram nascidos). Um grupo de finalistas universitários escolheu como destino para a sua derradeira excursão académica a pacata vila de Juan Dolio, num pacote de pulseira que trazia tudo incluído. Há episódios que não vale a pena saírem das páginas do diário, como as serenatas ao luar regadas a (muito) rum que acabavam invariavelmente em mergulhos de mar com (ou sem) roupa. Mas outros há que são partilháveis.

Julito tornou-se no herói que aguentava as cantilenas do barulhento grupo enquanto os levava a visitar os quatro cantos do país caribenho que ocupa dois terços da ilha Hispaniola, partilhada com o Haiti: o cenário dos filmes “Apo-

The scenario: Dominican Republic, late 1990s (some of the readers weren’t even born). A group of university finalists chose the quiet village of Juan Dolio as the destination for their final academic tour, in an all-inclusive wristband package. There are episodes that shouldn’t leave the pages of the diary, such as moonlight serenades washed down with (a lot of) rum that invariably ended up in sea dives with (or without) clothes. But there are others that are shareable.

Julito became the hero who put up with the chants of the noisy group as he took them to visit the four corners of the Caribbean country that occupies two-thirds of the island of Hispaniola, shared with Haiti: the setting for the films *Apocalypse Now* and *Jurassic*

## **Julito tornou-se no herói que aguentava as cantilenas do barulhento grupo enquanto os levava a visitar os quatro cantos do país caribenho.**

Julito became the hero who put up with the chants of the noisy group as he took them to visit the four corners of the Caribbean country.





# As suas equipas mais ágeis

As soluções **Microsoft 365 e Enterprise** permitem à sua empresa responder mais facilmente aos desafios através de ferramentas de produtividade e colaboração, bem como garantir a proteção dos seus dados com segurança avançada.

Saiba mais em [www.vm.co.mz](http://www.vm.co.mz), [empresas@vm.co.mz](mailto:empresas@vm.co.mz), ligue 100 ou contacte o seu gestor.

#FicaSeguro

Termos e Condições Aplicáveis.



Ligados temos tudobom

**vodacom**  
business



calypse Now” e “Jurassic Park”; as casas de férias dos famosos de Hollywood; o colorido mercado na capital, Santo Domingo; ou as intermináveis plantações de cana de açúcar. Aguentava até as noitadas nas discotecas à beira-mar, onde, sobre a areia quente e ao ritmo de uma saborosa salsa, os pés mais tortos se tornavam exímios dançarinos conduzidos pelas mãos seguras dos mafiosos donos da noite.

No dia seguinte, com a mesma boa disposição e infindável paciência, levava-os a tomar um suco da dita cana para ajudar a curar a ressaca, seguido de um almoço num restaurante de beira de estrada onde a música jamais cessava. E onde, pintada sobre uma parede de tinta descascada, com gaivotas a querer descolar de um fundo azul, se lia uma frase premonitória: “*Si amas algo, déjalo libre, si regresa es tuyo, sino nunca lo fue.*”

Havia raras ocasiões em que Julito deixava de ser protagonista para ceder o lugar a outro Julio, este sem direito a diminutivo: o Iglesias. Saíamos de manhã cedo, eu e a minha amiga-irmã Ana, companheira de outras estradas que por ora não importam, em cima de duas bicicletas alugadas para começar o dia a ouvir as histórias do italiano que trocara a frenética vida de

*Park*; the vacation homes of Hollywood celebrities; the colourful market in the capital, Santo Domingo; or the endless sugar cane plantations. He would last until late nights at seaside clubs, where, on the hot sand and to the rhythm of a tasty salsa, the crooked feet became expert dancers led by the sure hands of the mobsters who owned the night.

The next day, with the same good disposition and endless patience, he took them to drink a juice from the said cane to help cure the hangover, followed by lunch at a roadside restaurant where the music never stopped. And where, painted on a wall of peeling paint, with seagulls wanting to take off with a blue background, a premonitory sentence could be read: “*Si amas algo, déjalo libre, si regresa es tuyo, sino nunca lo fue.*”

There were rare occasions when Julito stopped being the protagonist to give his place to another Julio, this one without the right to a nickname: Iglesias. We left early in the morning, my sister by heart Ana and I, my companion on other roads that do not matter for now, on two rented bicycles to start the day listening to the stories of the Italian who had exchanged the frenetic life of a journalist in Europe for the sweet

**1** Serenatas ao luar acabavam invariavelmente em mergulhos de mar. Moonlight serenades invariably ended up in sea dives.

**2** Nas discotecas à beira-mar, os pés mais tortos se tornavam exímios dançarinos. At seaside clubs, the crooked feet became expert dancers.

jornalista na Europa pelo doce embalo de um bar das Caraíbas. Mal nos via chegar, punha a tocar vezes sem conta a nossa música de eleição: “La Carretera”, do tal Julito cantor que tantos corações quebrou. “Llueve y está mojada la carretera / Qué largo es el camino, qué larga espera!” – cantávamos nós de mão ao peito, em total desafino, seguindo o sábio lema de Julito, o condutor: “Soy todo sentimiento”.

Havia também alguns interregnos na vida farrista, quando, em preparo para a noite, nos deitávamos numa espreguiçadeira de piscina, numa inconfessa sesta à sombra de um coqueiro, com as memórias de Pablo Neruda adormecidas sobre o peito, dando o mote para os capítulos que ainda havíamos de escrever: “Confesso que vivi”.

Ao fim de duas semanas, Julito conduziu penosamente o machibombo em direcção ao aeroporto e o grupo embarcou ruidoso no voo de regresso a casa. Peles tostadas, sorrisos fartos, cabelos crespos de sol e de sal, cantando em uníssono (ou nem por isso): “Sigo en la carretera buscándote / al final del camino te encontraré / aceleré...” 🐸

vibe of a Caribbean bar. As soon as he saw us arrive, he played over and over again our favorite song: La Carretera, by the singer Julito who broke so many hearts. “Llueve y está mojada la carretera / Qué largo es el camino, qué larga espera!” – we sang, hand to chest, completely out of tune, following the wise motto of Julito, the driver: “Soy todo sentimiento.”

There were also some breaks in the life of revelry, when, in preparation for the night, we laid down on a sun lounger by the pool, on an unsuspecting siesta in the shade of a coconut tree, with the memories of Pablo Neruda sleeping on our chest, setting the tone for the chapters that we would still write: “I confess that I have lived.”

After two weeks, Julito somberly drove the bus towards the airport and the group noisily boarded the flight home. Tanned skins, full smiles, hair frizzy with sun and salt, singing in unison (or not at all): “Sigo en la carretera buscándote / al final del camino te encontraré / aceleré...” 🐸

## Além das praias de areia fina e águas cálidas, vale a pena visitar os parques que serviram de cenário a várias películas de Hollywood.

In addition to the fine sand beaches and warm waters, it is worth visiting the parks that served as the backdrop for several Hollywood films.



**3** “Sigo en la carretera buscándote / al final del camino te encontraré / aceleré...”

**►COMO IR HOW TO GO**

Voe para o aeroporto internacional Las Américas via Estados Unidos (Miami ou Newark) ou via Europa (a partir de Madrid). Fly to Las Américas International Airport via the United States (Miami or Newark) or via Europe (from Madrid).

**►ONDE FICAR WHERE TO STAY**

Opções não faltam naquele que é um dos mais populares destinos turísticos das Caraíbas. Boca Chica, a 30kms da capital, é uma das praias mais procuradas. A estância de Juan Dolio fica a 70kms. Options abound in what is one of the most popular tourist destinations in the Caribbean. Boca Chica, 30 kms from the capital, is one of the most popular beaches. The resort of Juan Dolio is 70 kms away.

**►ONDE COMER WHERE TO EAT**

Na República Dominicana, talvez a questão mais relevante seja o que beber e não tanto o que comer. Aconselhamos o rum envelhecido de textura rica e cor dourada (procure o “Ron Barceló Gran Añejo”), servido com muito gelo e umas gotas de lima. No caso de exagerar na quantidade, no dia seguinte tome um sumo de cana e tudo fica melhor. In the Dominican Republic, perhaps the most relevant issue is what to drink rather than what to eat. We recommend aged rum with a rich texture and golden color (look for the “Ron Barceló Gran Añejo”), served with lots of ice and a few drops of lime. In case of exaggerating in the amount, the next day, drink cane juice and everything gets better.

**►O QUE FAZER WHAT TO DO**

Além das praias de areia fina e águas cálidas, vale a pena visitar os parques naturais que serviram de cenário a várias películas de Hollywood. O colorido mercado de Santo Domingo também deve fazer parte do roteiro. In addition to the fine sand beaches and warm waters, it is worth visiting the natural parks that served as the backdrop for several Hollywood films. The colourful Santo Domingo market should also be part of the itinerary.

**►CUIDADOS A TER WHAT TO WATCH OUT FOR**

Passageiros provenientes da África do Sul são obrigados a apresentar um teste negativo de COVID-19. Dada a constante evolução da pandemia, convém actualizar-se antes de viajar através dos sites oficiais. Passengers from South Africa are required to test negative for COVID-19. Given the constant evolution of the pandemic, it is advisable to check the latest updates on official websites before travelling.

# RETOMA DE VOOS

## VOE DE MAPUTO PARA VILANKULO

ÀS SEGUNDAS  
E SEXTAS-FEIRAS



### SEGUNDAS-FEIRAS

MAPUTO-VILANKULO → 11:00 | 14:10

VILANKULO-MAPUTO ← 14:40 | 15:55

### SEXTAS-FEIRAS

MAPUTO-VILANKULO → 11:00 | 12:15

VILANKULO-MAPUTO ← 12:45 | 15:55



**COMPRE JÁ O SEU BILHETE!**

Acesse [www.lam.co.mz](http://www.lam.co.mz), Ligue para 1737,

Visite as nossas Lojas ou a sua Agência de Viagens.

## GASTRONOMIA

### GASTRONOMY

---

#### RECOLHA

PASSENGER PICK UP

##### MARACUJÁ

O fruto da serenidade . 28

PASSION FRUIT

The fruit of serenity

---

#### LUGAR SEAT

##### MARGINAL DE MAPUTO

Que tal um sumo de maracujá? . 30

MAPUTO MARGINAL ROAD

How about a passion fruit juice?

---

#### RECOLHA

PASSENGER PICK UP

##### ANANÁS

Doce e digestivo . 32

PINEAPPLE

Sweet and digestive

---

#### LUGAR EXTRA

EXTRA SEAT

##### NA PRAIA

Um rasgo de frescura . 34

ON THE BEACH

A sprinkle of freshness

---

#### HIDRATAR

HYDRATING

##### ESPORÃO MAGISTRA

A nobreza está no sabor . 36

Nobility is in the flavour





MARACUJÁ PASSION FRUIT

# O FRUTO DA SERENIDADE

## THE FRUIT OF SERENITY

ÍNDICE  
CONTEÚDOS

GASTRONOMIA

**TEXTO** TEXT:  
LEONEL MATUSSE  
JR.

**FOTO** PHOTO:  
JAY GARRIDO

O inverno chegou. As noites são mais longas. Durante o dia, procuramos os cantos mais quentes da casa e as árvores que fazem sombra no verão, por estas alturas, estão solitárias. É nesta época que o maracujá amadurece e no seu interior a polpa produz o líquido amarelado, agradável ao paladar. As sementes pretas ficam a boiar e há quem goste de as mastigar.

De origem americana, sobrevivente em zonas tropicais e subtropicais, hoje integra a galeria moçambicana de frutas.

A *Passiflora edulis*, árvore da qual o maracujá brota, oferece flores ornamentais de cinco pétalas brancas, com uma franja roxa e polinizada por abelhas. Este fruto pode ser usado para emagrecer e no combate ao envelhecimento.

Suave e delicado, o doce líquido amarelo percorre a língua, goela abaixo, a transportar consigo vitaminas A, C e o complexo B. O maracujá, que pode nascer na varanda do quintal, coberta de videiras e maracujazeiro é ainda composta por boa quantidade de sais minerais (ferro, sódio, cálcio e fósforo).

Uma das razões para designá-la fruto da serenidade está no seu chá, que pode ser usado para o tratamento da insónia, dores menstruais, dores de cabeça causadas por tensão ou para tratar a hiperactividade em crianças. Os médicos sugerem que, pelo facto de poder baixar a pressão arterial, o maracujá é contra-indicado a pessoas com pressão baixa, a menos que autorizadas por prescrição médica. 🍷

Winter has come. Nights are longer. During the day, we look for the warmest corners of our homes, and the trees that provide shade in summer are currently lonely. It is during this time that the passion fruit matures and inside the pulp produces a yellowish liquid, pleasant to the palate. The black seeds float and some people like to chew them.

Of American origin, surviving in tropical and subtropical areas, it is now part of the Mozambican fruit gallery.

*Passiflora edulis*, the tree from which the passion fruit sprouts, offers ornamental flowers with five white petals, with a purple fringe and pollinated by bees. This fruit may be used to slim down and fight aging.

Smooth and delicate, the sweet yellow liquid runs down the tongue, down the throat, carrying vitamins A, C and B complex. The passion fruit, which can be grown on a backyard veranda, covered with vines, is also composed of a good amount of minerals (iron, sodium, calcium and phosphorus).

One of the reasons for calling it the fruit of serenity is in its tea, which can be used to treat insomnia, menstrual pain, tension headaches or to treat hyperactivity in children.

Doctors suggest that because it can lower blood pressure, passion fruit is contraindicated for people with low blood pressure unless authorised by a doctor. 🍷



O MARACUJÁ É  
CONTRA-INDICADO  
A PESSOAS COM  
PRESSÃO BAIXA.

PASSION FRUIT IS  
CONTRAINDICATED  
FOR PEOPLE  
WITH LOW BLOOD  
PRESSURE.



**MARGINAL DE MAPUTO**  
MAPUTO MARGINAL ROAD

## QUE TAL UM SUMO DE MARACUJÁ? HOW ABOUT A PASSION FRUIT JUICE?

**TEXTO** TEXT:  
LEONEL  
MATUSSE JR.  
**FOTO** PHOTO:  
RICARDO FRANCO

Com o mar distante, as areias brancas a dominarem o cenário, algumas gaivotas a passearem nas águas rasantes, olho com saudade, percorrendo a zona da Miramar, para aquele que era o campo de futebol dos fins-de-semana, a fantasia traz para mim vozes dos adeptos, dos jogadores a pedir um passe, indignados com a defesa que vacilou e permitiu o golo do adversário. Não deixa de ter graça saber que alguns atletas da nossa selecção moçambicana de futebol de praia, que terminou em segundo lugar no primeiro Campeonato Africano das Nações em que participou, jogavam uma “peladinha” ali com a malta. É com esta memória que um comerciante de rua, como se ouvisse os meus pensamentos, aproxima-se. Com as roupas gastas e sorriso estampado no rosto, gestos

With the sea far away, the white sands dominating the scene, some seagulls strolling in the shallow waters, I look longingly to the Miramar area, to what used to be our football field on weekends, fantasy bringing me voices of supporters, of players asking for a pass, indignant with the defense that faltered and allowed the opponent’s goal. It’s funny to know that some athletes from our Mozambican beach football team, which finished second in the first African Nations Cup in which they participated, were playing a quick match there with the gang.

It is with this memory that a street trader, as if listening to my thoughts, approaches. With worn out clothes and a smile on his face, cheerful gestures, he comes to me with an offer he guarantees I can’t



alegres, chega-me com uma proposta que garante inegável. «Não vais te arrepender, Boss. Faço sumo de maracujá. E desta época é muito bom, porque está fresco, arranquei esta semana, no quintal da minha avó, em Marracuene».

Em dois minutos, promete, meu sumo está pronto. Sempre com a língua afiada, habilidade desenvolvida em mais de cinco anos a vender sumo de cana, água de lanho e, recentemente, de maracujá na praia, vai entretenendo-me enquanto termina de fazer o sumo. Recebo o meu copo plástico, descartável que tomou a cor amarela do maracujá e as sementes pretas que não atingem a superfície cobertas pelo gelo picado e hortelã a beijar. E o aroma do maracujá a perfumar. Quem me dera se pudesse acompanhar com um bitoque de porco ou por um marisco! 🍷

refuse. "You won't regret it, boss. I make passion fruit juice. And this time of year, it's very good, because it's fresh. I started this week, in my grandmother's backyard, in Marracuene."

In two minutes, he promises, my juice will be ready. Always with a sharp tongue, a skill developed in over five years selling sugarcane juice, fresh water and, recently, passion fruit on the beach, he keeps entertaining me while he finishes making the juice. I receive my plastic, disposable cup that has taken on the yellow color of passion fruit and the black seeds that do not reach the surface covered by crushed ice and mint leaves. And the scent of passion fruit takes over. I wish I could accompany it with a pork chop or seafood! 🍷



**Não vais te arrepender, Boss. Faço sumo de maracujá. E desta época é muito bom, porque está fresco.**

You won't regret it, boss. I make passion fruit juice. And this time of year, it's very good, because it is fresh. 🍷



**Agora tem tudo para gerir os cartões da sua empresa**

**A plataforma online de Gestão de Cartões SIM, tem como principal objectivo auxiliar na gestão do seu negócio.**

Subscreva a este serviço e faça a gestão remota dos cartões SIM da sua empresa.

Saiba mais em: [simmanagement@vm.co.mz](mailto:simmanagement@vm.co.mz), [empresa@vm.co.mz](mailto:empresa@vm.co.mz), ligue 100 ou contacte o seu gestor.

**#FicaSeguro**



Ligados temos tudobom

**vodacom business**

Termos e condições aplicáveis

## ANANÁS PINEAPPLE

# DOCE E DIGESTIVO

## SWEET AND DIGESTIVE

ÍNDICE  
CONTENTSGASTRONOMIA  
GASTRONOMY

Com uma colheita anual superior a 380 mil toneladas, a República Dominicana está na lista dos 20 maiores produtores de ananás no mundo, a qual é encabeçada pela Costa Rica. Originário das Américas, é nesta região onde continua concentrada a produção mundial deste fruto.

Carregado de fibras e nutrientes, em particular vitamina C e manganésio, o ananás encontra presença na mesa, desde as entradas às sobremesas. É muito apreciado também como acompanhante em alguns pratos principais, como é o caso do lombo de porco assado.

Com propriedades digestivas e zero de gordura e colesterol, o ananás consta em várias dietas de emagrecimento. E mesmo para quem tem preocupações de peso, podem-se acrescentar alguns toques para criar tentações tão doces quanto saudáveis: experimente cortá-lo em fatias finas, à semelhança do *carpaccio*, e leve ao forno com um toque de canela. No fim, regue com um fio de mel – vai ver que ninguém resiste.

A casca também pode ser aproveitada para sumos ou chás e tem aparentemente ainda mais nutrientes do que a polpa. Para fazer sumo, lave bem a casca, corte aos pedaços e coloque na trituradora juntamente com água. Se for muito doce, acrescente gengibre ou hortelã para um paladar mais fresco. Para um sumo espesso e irresistível, combine com maçã. Já no caso do chá, coloque as cascas bem lavadas e cortadas aos pedaços numa panela com água a ferver e deixe cozinhar durante 40 minutos. Depois retire do lume e deixe ficar em infusão, durante uns minutos, com umas folhas de hortelã. Ao servir, pode juntar mel como adoçante. 🍯

With an annual harvest exceeding 380,000 tonnes, the Dominican Republic is on the list of the 20 largest pineapple producers in the world, which is headed by Costa Rica. Originally from the Americas, it is in this region where the world production of this fruit continues to be concentrated.

Loaded with fibre and nutrients, in particular vitamin C and manganese, pineapples find their presence at the table, from starters to desserts. It is also very popular as an accompaniment to some main dishes, such as roasted pork loin.

With digestive properties and zero fat and cholesterol, the pineapple is included in several weight loss diets. And even for those with weight concerns, you can add some touches to create temptations as sweet as they are healthy: try cutting it into thin slices, similar to *carpaccio*, and bake it with a touch of cinnamon. To finish, drizzle it with a strand of honey – you'll see that no one can resist it.

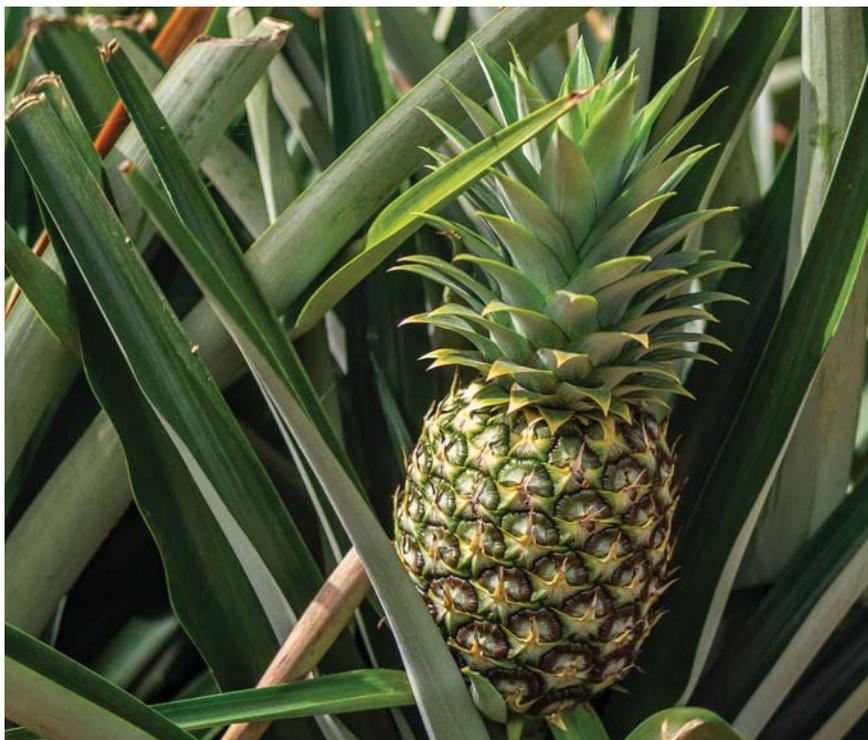
The peel can also be used for juices or teas and apparently has even more nutrients than the pulp. To make juice, wash the peel well, cut into pieces and put in the blender with water. If it's too sweet, add ginger or mint for a fresher taste. For a thick, irresistible juice, mix it with apple. In the case of tea, wash the peels well and cut into pieces into a pan of boiling water and cook for 40 minutes. Then remove from heat and let it brew for a few minutes with some mint leaves. When serving, you can add honey as a sweetener. 🍯

**TEXTO** TEXT:  
CRISTIANA  
PEREIRA  
**FOTO** PHOTO:  
SHUTTERSTOCK



A CASCA PODE SER APROVEITADA PARA SUMOS OU CHÁS E TEM AINDA MAIS NUTRIENTES DO QUE A POLPA.

THE PEEL CAN BE USED FOR JUICES OR TEAS AND HAS EVEN MORE NUTRIENTS THAN THE PULP.



## NA PRAIA ON THE BEACH

# UM RASGO DE FRESCURA

## A SPRINKLE OF FRESHNESS

TEXTO TEXT:  
CRISTIANA  
PEREIRA  
FOTO PHOTO:  
SHUTTERSTOCK

A areia é branca, mais fina do que açúcar. A água é azul turquesa, tão transparente que se vê o fundo do mar. As nuvens reflectidas na superfície parecem até o luar em pleno dia.

Para completar o quadro, nada melhor do que uma espetada de ananás talhada com a mesma perícia de quem esculpe uma peça de barro. A catana liberta a coroa e rasga a casca, seguindo em ziguezague até atingir o ponto de equilíbrio. Doce e fresco, o suco escorre-nos pelas mãos.

Dali seguimos de volta para a água e deixamo-nos a boiar, contemplando o céu infinito, sem pressa de sair. A única coisa capaz de nos arrancar da praia é a perspectiva de uma *piña colada* no bar da piscina. O cocktail tropical é sabiamente preparado na proporção exacta de sumo de ananás, rum, leite de coco e leite condensado. Chega-nos num copo alto adornado com uma sombrinha colorida e um pedaço de ananás com casca encaixado na borda.

Se há imagem que nos fica da República Dominicana é esta - um idílico postal das Caraíbas, adoçado com a frescura do ananás. 🍍

The sand is white, finer than sugar. The water is turquoise blue, so transparent you can see the bottom of the sea. The clouds reflected on the surface even look like moonlight in broad daylight.

To complete the picture, there's nothing better than a pineapple skewer carved with the same skill as someone who carves a piece of clay. The machete releases the crown and rips the skin, following in a zigzag pattern until reaching the balance point. Sweet and fresh, the juice runs down our hands.

From there we head back to the water and let ourselves float, contemplating the infinite sky, in no hurry to get out. The only thing that can pull us off the beach is the prospect of a *piña colada* at the pool bar. The tropical cocktail is wisely prepared in the exact proportion of pineapple juice, rum, coconut milk and condensed milk. It comes to us in a tall glass adorned with a colorful umbrella and a piece of pineapple with skin on fitted to the rim.

If there is any image that remains of the Dominican Republic, it is this one - an idyllic postcard from the Caribbean, sweetened with the freshness of pineapple. 🍍



**A única coisa capaz de nos arrancar da praia é a perspectiva de uma *piña colada* no bar da piscina.**

The only thing that can pull us off the beach is the prospect of a *piña colada* at the pool bar.



# MAPUTO-JOANESBURGO

## BUSINESS OR LEISURE?

### O IMPORTANTE É QUE SEJA PELA LAM



Desde

**16.099MZN**

Ida e Volta



#### VOE PELA LAM E DESFRUTE DE FANTÁSTICAS VANTAGENS:

- 2 voos todas as Segundas, Quartas, Sextas e Domingos;
- Leve consigo 2 peças de 23kg na Classe Económica ou 2 peças de 32kg na Classe Executiva;
- Descontos de até 40% em hotéis em Maputo e na África do Sul;
- Ganhe milhas e bilhetes prémio de forma fácil ao registar as suas viagens no Flamingo Club;
- Ganhe um voucher no Restaurante Bom Garfo na sua quinta viagem.

Faça já a sua reserva em [www.lam.co.mz](http://www.lam.co.mz), Lojas LAM, Agências de Viagens ou ligue para 1737.



**LAM**  
Linhas Aéreas de Moçambique

 **TSOGO SUN**  
HOTELS

 **CITY LODGE**  
HOTEL

 **POLANA SERENA**  
HOTEL

## ESPORÃO MAGISTRA

# A NOBREZA ESTÁ NO SABOR

## NOBILITY IS IN THE FLAVOUR

Vários são os momentos em que uma aguardente sabe bem para acompanhar certas refeições, seja em convívios ou mesmo momentos ocasionais. A aguardente Esporão Magistra é disto representativa.

De cor topázio, ligeiramente acastanhada, o Esporão Magistra, proveniente da região de Lourinhã, em Portugal, apresenta um aroma complexo e frutado que chegam pelos frutos secos, nozes e amêndoas, mas resiste também na boca o sabor à baunilha e às especiarias. Esta aguardente é produto de uma vinificação tradicional, com fermentação em temperatura controlada, sem adição de anidrido sulfuroso e apenas com leveduras endógenas. Além de condimentos que lhe conferem um perfume fascinante, esta aguardente apresenta um conjunto de aromas e sabores que a tornam absolutamente especial e única. 🍷

There are several times when an *aguardente* tastes good to accompany certain meals, either in social gatherings or even occasional moments. The Esporão Magistra *aguardente* is representative of this. Topaz in colour, slightly brown, the Esporão Magistra, from the region of Lourinhã, Portugal, has a complex and fruity aroma that comes from dried fruits, nuts and almonds, but the flavour of vanilla and spices also lingers in the mouth.

This *aguardente* is the product of traditional winemaking, with fermentation at controlled temperatures, without the addition of sulfur dioxide and only with endogenous yeasts. In addition to spices that lend it a fascinating perfume, this *aguardente* has a set of aromas and flavours that make it absolutely special and unique. 🍷



### ESPORÃO MAGISTRA

#### ORIGEM

Portugal

#### REGIÃO

Lourinhã

#### ENÓLOGO

Pedro Ribeiro

Corrêa

#### ÁLCOOL/VOLUME:

40,5%

#### ORIGIN

Portugal

#### REGION

Lourinhã

#### ENOLOGIST

Pedro Ribeiro

Corrêa

#### ALCOHOL/VOLUME

40,5%

#### TEXTO TEXT:

HERMENEGILDO

LANGA

#### FOTO PHOTO:

CEDIDA PELA

SOCIMPEX

COURTESY

OF SOCIMPEX



Exposição colectiva

**HISTÓRIAS COM CORES E VÍCIO-INVERSO, ARTEANDO MIA COUTO**  
AMANHÃ | ELIAS MANJATE | MARCOS P' FUKA

**07-31**  
JULHO | NA GALERIA

**06** | LITERATURA | 18H00

**APRESENTAÇÃO DO LIVRO DESIGN SUTRA**

MESA REDONDA COM GUIDIONE MACHAVA E HANS SCHILT

Conversa informal entre o autor e Hans Schilt, na qual irão contar sobre como foi escrever, a motivação e outras questões relacionadas com Design.

MAHALA

**08** | MÚSICA | 18H00

**MARRABENTA VELHA GUARDA COM DANIEL LANGA**

Vários anos depois de se ter isolado em Chibuto, Daniel Langa volta aos palcos para nos recordar seu repertório, que configuram o nosso imaginário colectivo quando pensamos na marrabenta.

MAHALA

**14** | RECITAL DE POESIA | 18H00

**NARRATIVAS PROIBIDAS PARA ADULTOS**

RAFO DIAS

O erotismo faz parte da vida humana desde sempre e é uma metáfora do amor na sua completa dimensão. Este recital é uma manifestação dessa vontade que todos temos.

200 MT | +18 ANOS

**15** | MÚSICA | 18H00

**BANDA KAKANA**

MELODIA POÉTICA - POEMAS DA MINHA TERRA

Espectáculo de poesia cantada, com o objectivo de dar melodia aos poemas de vários poetas nacionais.

300MT / 150MT ESTUDANTES

**21** | DANÇA | 18H00

**ENOQUE JOSÉ SIMOMOLE LA COSA**

No âmbito do tempo que apresenta períodos diferentes e cada época significar algum aspecto importante, a manifestação dos movimentos é ditado por cada período.

MAHALA

**24** | TEATRO INFANTIL | 10H00

**A FORMIGA JUJÚ - O SAPO CARIBU**

A actriz Sufaida Moiane dá vida em palco, ao 2º conto escrito por Cristiana Pereira. Este conto está integrado na colecção "A Formiga Juju" que conta com a ilustração de Walter Zand e o design de Mia Temporário.

MAHALA

**28** | LITERATURA | 18H00

**A MAIOR FLOR DO MUNDO SARAU LITERÁRIO COM EMERSON CHILOVEQUE**

Tributo ao único escritor de língua portuguesa galardoado com o Prémio Nobel de Literatura, até ao momento: José Saramago

MAHALA

Av. Kim Il Sung nº961,  
Maputo-Moçambique

ONLINE

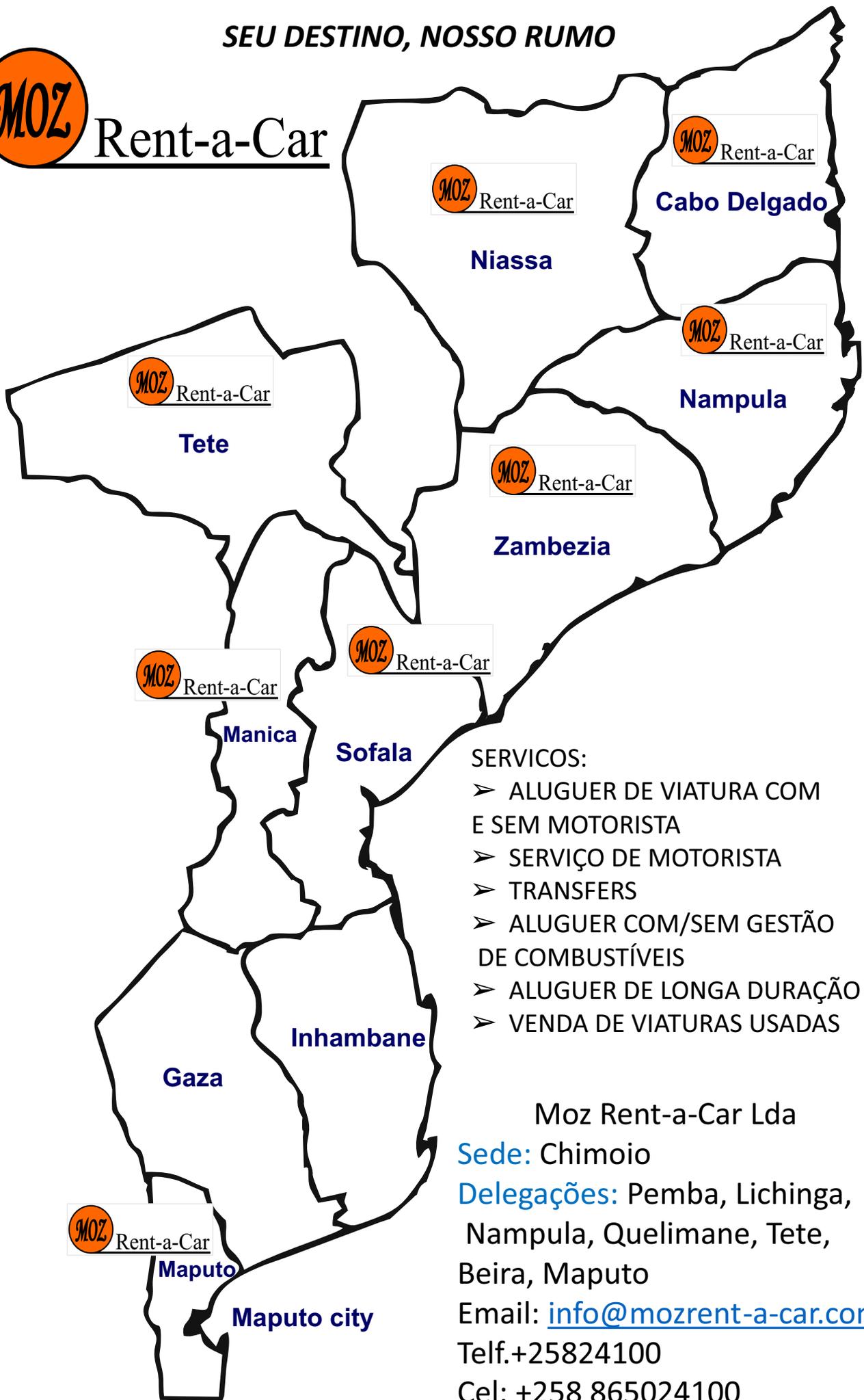
Fundação Fernando Leite Couto

www.ffc.org.mz

MANICA ÚNICO



**SEU DESTINO, NOSSO RUMO**



**SERVICOS:**

- ALUGUER DE VIATURA COM E SEM MOTORISTA
- SERVIÇO DE MOTORISTA
- TRANSFERS
- ALUGUER COM/SEM GESTÃO DE COMBUSTÍVEIS
- ALUGUER DE LONGA DURAÇÃO
- VENDA DE VIATURAS USADAS

Moz Rent-a-Car Lda

**Sede:** Chimoio

**Delegações:** Pemba, Lichinga,

Nampula, Quelimane, Tete,

Beira, Maputo

Email: [info@mozrent-a-car.com](mailto:info@mozrent-a-car.com)

Telf.+25824100

Cel: +258 865024100

**ESPECIAL INDÚSTRIA**  
INDUSTRY SPECIAL EDITION

**PROVÍNCIAS** PROVINCES  
**ZAMBÉZIA E NAMPULA** ZAMBÉZIA AND NAMPULA



# O MOTOR DA ECONOMIA

## THE ENGINE OF THE ECONOMY

A AIMO e a Executive Mozambique têm o privilégio de apresentar a 4ª edição do “Especial Indústria”.

Esta edição, tal como as anteriores, é um instrumento de divulgação e promoção da indústria nacional, no geral, e dos serviços dos associados da AIMO em particular.

A 4ª edição do “Especial Indústria” tem como principal foco as províncias de Zambézia e Nampula. As duas províncias são um grande motor de desenvolvimento social e económico do país, com um grande potencial industrial.

Em Nampula, o incontornável Porto de Nacala continua a ser o combustível vital para a economia na zona Norte. Mas a província de Nampula, que é a mais populosa do país, continua a ter na agricultura um importante ponto de dinamização de indústrias de processamento. A MoSagri, que se dedica ao plantio e processamento da moringa, acaba por ser o caso de sucesso chamado para esta edição.

Na província da Zambézia, outro pólo que escalamos nesta edição, o sector industrial é suportado por micro e pequenas empresas de diversos ramos de actividades ligadas ao agro-negócio. Nesta província, chá acaba sendo uma das bandeiras incontornáveis. Incontornável é, também, o Chá Magoma. Com 15 anos de operação, conta com uma produção de 13 400 toneladas de chá por época, facto que faz da chazeira uma referência mundial.

À semelhança das anteriores edições, não temos dúvidas de que esta “Especial Indústria” reforça o seu posicionamento como uma plataforma de expansão do Network de negócios e parcerias a nível nacional e internacional, numa altura em que o sector discute o Programa Nacional Industrializar Moçambique (PRONAIMO).

Por uma indústria dinâmica, moderna e competitiva.

AIMO and Executive Mozambique have the privilege of presenting the 4th edition of the “Industry Special”. This edition, like the previous ones, is an instrument for the dissemination and promotion of the national industry, in general, and of the services provided by AIMO members in particular.

The 4th edition of the “Industry Special” has as its main focus the provinces of Zambézia and Nampula. The two provinces are a great engine for the country’s social and economic development, with great industrial potential.

In Nampula, the unavoidable Port of Nacala continues to be the vital fuel for the northern region economy. But the province of Nampula, which is the most populous in the country, continues to have agriculture as an important point of dynamism for processing industries. MoSagri, which is dedicated to planting and processing moringa, turns out to be the success story brought forward in this edition.

In the province of Zambézia, another pole that we focus on in this edition, the industrial sector is supported by micro and small companies from various sectors of activity related to agribusiness. In this province, tea ends up being one of the unavoidable highlights. Inescapable is also Magoma Tea. With 15 years of operation, it has a production of 13,400 tonnes of tea per season, a fact that makes the producer a world reference.

As in previous editions, we have no doubts that this “Industry Special” reinforces its position as a platform for the expansion of the business network and partnerships at national and international level, at a time when the sector is discussing the Industrialising Mozambique National Program (PRONAIMO).

For a dynamic, modern and competitive industry.

Patrocínios  
Sponsors

**AIMO**

**ESCOPII**  
INDÚSTRIA

Siga-nos  
Follow us



AIMO

**OSVALDO FAQUIR**  
DIRECTOR EXECUTIVO DA AIMO  
EXECUTIVE DIRECTOR OF AIMO

**TEXTOS** TEXTS:  
ELTON PILA  
E AND  
HERMENEGILDO  
LANGA

**FOTOS** PHOTOS:  
MAURO PINTO  
E AND RICARDO  
FRANCO

# O seu parceiro de confiança, na concretização de projectos de Engenharia Industrial.

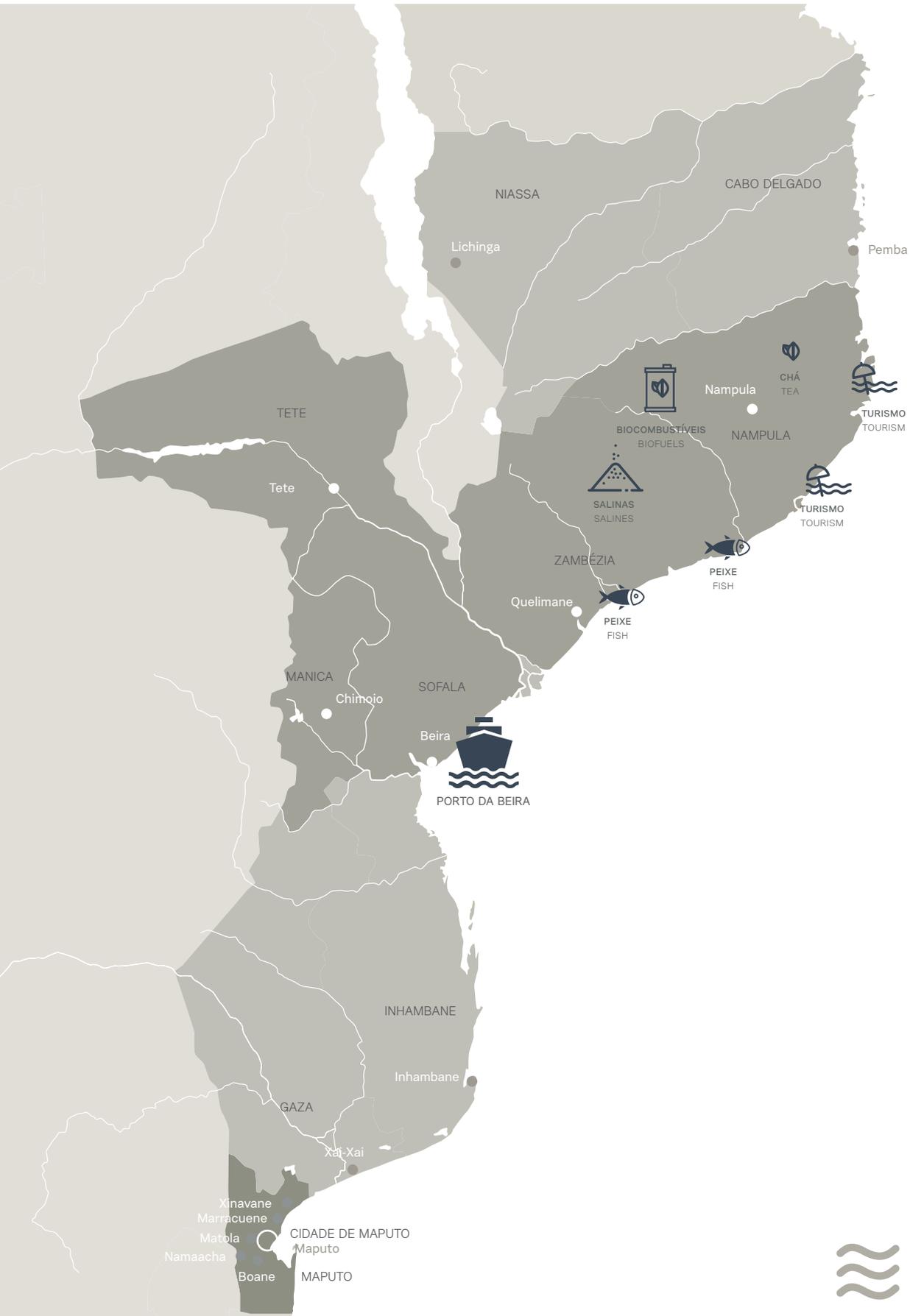
## Por que somos a escolha ideal?

- Mais de 20 anos de experiência.
- Soluções customizadas para os nossos parceiros.
- Qualidade internacionalmente reconhecida.
- Certificação ISO 9001 e ISO 14001.

VEJA O NOSSO PORTEFÓLIO

**ESCOPIL**   
INDÚSTRIA

**ROTAS**  
ROUTES



**PRODUTOS FINAIS**  
FINAL PRODUCTS



CHÁ  
TEA



SAL  
SALT



BIOCOMBUSTÍVEIS  
BIOFUELS



PEIXE  
FISH

**BREVES**  
FLASH NEWS

**BAD E CTA  
POTENCIALIZAM  
AGRONEGÓCIO**

AFDB AND  
CTA PROMOTE  
AGRIBUSINESS

São cerca de 74 milhões de meticais disponíveis para potencializar Pequenas e Médias Empresas (PME) do sector agrário, no âmbito do Projecto de Fortalecimento da Capacidade Produtiva das PME. A iniciativa é financiada pelo Banco Africano de Desenvolvimento (BAD) e a gestão está a cargo da Confederação das Associações Económicas de Moçambique (CTA). Espera-se que o fundo beneficie a, pelo menos, 300 Pequenas e Médias Empresas do sector agrário.

There are about 74 million meticais available to promote Small and Medium Enterprises (SME) in the agricultural sector, within the scope of the SME Productive Capacity Strengthening Project. The initiative is financed by the African Development Bank (AfDB) and is managed by the Confederation of Economic Associations of Mozambique (CTA). The fund is expected to benefit at least 300 small and medium enterprises in the agricultural sector.

**NACALA LOGISTICS  
REGISTA SUBIDA  
DE LUCRO**

INACALA LOGISTICS  
REGISTERS RISING  
PROFIT

O Relatório Financeiro e de Produção da Nacala Logistics do primeiro trimestre de 2021 apresenta um aumento do lucro bruto na ordem dos 6%, nos negócios de transporte de carvão e de carga geral. O crescimento do lucro bruto ficou a dever-se a gastos operacionais abaixo do previsto. Para este período foram orçados 88 milhões de dólares, sendo que o cumprimento situou-se na ordem dos 83 milhões de dólares.

The Nacala Logistics Production and Financial Report for the first quarter of 2021 shows an increase in gross profit of 6% in the coal transportation and general cargo businesses.

The growth in gross profit was due to lower-than-expected operating expenses. For this period, 88 million dollars were budgeted, and performance amounted to around 83 million dollars.

## SOMOS A VOZ DA INDÚSTRIA EM MOÇAMBIQUE

Como membro da AIMO a sua organização pode influenciar e melhorar a sua competitividade.



### CRÉDITO

Acesso a linhas crédito ao sector industrial.



### SEGUROS

Seguros à indústria a custos bonificados.



### SERVIÇOS

Serviços Indústrias a preços especiais.



### NETWORKING

Meio de ligação entre as empresas e projectos.

**Apoiamos aos nossos membros em diversas áreas para o benefício da industrialização em Moçambique. Entre em contacto conosco**

Av. 24 de Julho n° 2021-2023,  
P.O. Box 700, Maputo - Moçambique.

F: +258 21 314 028  
T: +258 82 691 4546  
E: info@aimo.org.mz

[www.aimo.org.mz](http://www.aimo.org.mz)



**PROVÍNCIAS DE ZAMBÉZIA E NAMPULA**  
ZAMBÉZIA AND NAMPULA PROVINCES

## **O NORTE CENTRAL DA INDÚSTRIA** THE INDUSTRIAL CENTRE NORTH

Zambézia e Nampula são as duas províncias mais populosas de Moçambique e marcam esta passagem da zona Centro para a zona Norte. As indústrias que florescem nestas províncias ganham dinâmica pela localização estratégica. As infra-estruturas portuárias e ferroviárias são a roda-giratória de uma economia marcada pelo agro-negócio, indústria extractiva e pelo turismo. É o norte central da Indústria moçambicana. Mas vamos por partes.

Na Zambézia, o sector industrial é suportado por micro e pequenas empresas dos diversos ramos de actividades ligadas ao agro-negócio. Segundo dados obtidos junto à direcção provincial da Indústria e Comércio, a rede industrial é composta por 3 028 unidades industriais, sendo 1 992 moageiras, 656 carpintarias, 90 serrações, 71 descascadeiras de arroz, 50 panificadoras,

Zambézia and Nampula are the two most populous provinces in Mozambique and mark this passage from the centre to the north. The industries that flourish in these provinces gain momentum due to their strategic location. Port and railway infrastructures are the turning point of an economy marked by agribusiness, the extractive industry and tourism. It is the Mozambican industrial centre north But let's go through it step by step.

In Zambézia, the industrial sector is supported by micro and small companies from the various sectors of activity related to agribusiness. According to data obtained from the Provincial Directorate of Industry and Commerce, the industrial network comprises 3,028 industrial units, 1,992 mills, 656 carpentry workshops, 90 sawmills, 71 rice husk mills, 50 bakeries, 49

## PROVÍNCIAS DE ZAMBÉZIA E NAMPULA

### ZAMBÉZIA AND NAMPULA PROVINCES

49 serralharias, 30 salineiras, 33 latoarias, 5 prensas de óleo, 4 processadoras de gelado, 4 de processamento de chá, 4 de água mineral e 40 outras unidades industriais. Mas o destaque vai para indústria pesqueira (KRUSTAMAZO e AQUAPESCA), indústria alimentar (Alif Quimica Lda, Winnua, Chá Magoma, Murrimo Macadâmia, Vali-indústria, Mocuba honey Company, Tia Ruquia, Reis Agricultura e Indústria), indústria de madeira (Pedra pedra, MAZA, Oliba) e indústria de plástico (INCALA e HL-sacos plásticos).

De acordo com a directora provincial da Indústria e Comércio da Zambézia, Vera Godinho, só no ano 2020, a produção industrial atingiu 4,9 mil milhões de meticais, de um plano de 4,5 mil milhões de meticais, o que representa uma execução acima de 100% e um crescimento na ordem de 5% se comparado a igual período do ano 2019 em que foram atingidos 4,6 mil milhões de meticais.

Já a província de Nampula, conhecida como a capital do Norte, joga um papel de fulcrum importância para a economia moçambicana.

Já desde 2010, a província se mostrava o pólo de desenvolvimento que mais se devia ter em conta, muito fruto do histórico dos anos anteriores. Entre 2005-2009, Nampula captou perto de metade de todos os

metalworkers, 30 salt mills, 33 tin mills, 5 oil presses, 4 ice cream processors, 4 tea processors, 4 mineral water bottlers, and 40 other industrial units. But the highlight goes to the fishing industry (KRUSTAMAZO and AQUAPESCA), food industry (Alif Quimica, Lda., Winnua, Chá Magoma, Murrimo Macadâmia, Vali-indústria, Mocuba Honey Company, Tia Ruquia, Reis Agricultura e Indústria), wood industry (Pedra pedra, MAZA, Oliba) and plastics industry (INCALA and HL-Sacos Plásticos).

According to the Provincial Director of Industry and Commerce of Zambézia, Vera Godinho, in 2020 alone, industrial production reached 4.9 billion meticais, based on a 4.5 billion meticais plan, which represents an performance above 100% and a growth in the order of 5% compared to the same period in 2019, when 4.6 billion meticais were reached.

The province of Nampula, known as the capital of the north, plays a crucial role for the Mozambican economy. Since 2010, the province has shown itself to be the centre of development that should be most taken into account, thanks to the history of previous years. Between 2005 and 2009, Nampula captured close to half of all authorised

ZAMBÉZIA  
PRODUÇÃO  
INDUSTRIAL  
INDUSTRIAL  
PRODUCTION

**4.9**

MIL MILHÕES  
DE METICAIS  
BILLION METICAIS  
em 2020  
in 2020



## PROVÍNCIAS DE ZAMBÉZIA E NAMPULA

### ZAMBÉZIA AND NAMPULA PROVINCES

investimentos privados autorizados no país, a maior parte dos quais ficariam concentrados em dois mega-projectos: um na mineração (a refinaria Ayr-Petro Nacala em Nacala-Velha) e outro no sector da agricultura (Lurio Green Resources, uma plantação de eucaliptos em Mecuburi, Ribauée e Rapale).

Desde a criação da Zona Económica Especial de Nacala em 2009, segundo um estudo do Instituto de Estudos Sociais e Económicos, o investimento nacional e estrangeiro nos sectores da agricultura, biocombustíveis, serviços e turismo na zona ultrapassariam, em apenas um ano, os USD 80 milhões. Esta zona, que abrange o distrito de Nacala-Velha e do Porto, cobre uma área aproximada de 1 300 km<sup>2</sup> a beneficiar de 3 milhões de habitantes.

Mas o turismo também joga um papel fulcral para a economia de Nampula, muito por conta de reformas políticas associadas a promoção do investimento na província. A Ilha de Moçambique aparece como porta-estandarte. De acordo com dados disponibilizados pela Direcção de Cultura e Turismo de Nampula, os investimentos aprovados no sector do turismo estão estimados em cerca de USD 38 milhões.

private investments in the country, most of which would be concentrated in two mega-projects: one in mining (the Ayr-Petro Nacala refinery in Nacala-a-Velha) and the other in agriculture sector (Lurio Green Resources, a eucalyptus plantation in Mecuburi, Ribauée and Rapale).

Since the creation of the Nacala Special Economic Zone in 2009, according to a study by the Institute of Social and Economic Studies, national and foreign investment in the sectors of agriculture, biofuels, services and tourism in the area would exceed 80 million dollars in just one year. This area, which covers the districts of Nacala-a-Velha and Porto, covers an area of approximately 1,300 km<sup>2</sup>, benefiting 3 million inhabitants. But tourism also plays a pivotal role in Nampula's economy, largely due to political reforms associated with promoting investment in the province. The Island of Mozambique appears as a standard-bearer. According to data provided by the Directorate of Culture and Tourism of Nampula, investments approved in the tourism sector are estimated at around 38 million dollars.

**NAMPULA**  
PRODUÇÃO  
INDUSTRIAL  
INDUSTRIAL  
PRODUCTION

**50**

**MIL TURISTAS**  
THOUSAND  
TOURISTS

por ano  
a year



## CASOS DE ESTUDO

CASE STUDIES

### VILLA SANDS O TURISMO A POTENCIAR O DESENVOLVIMENTO

VILLA SANDS  
TOURISM BOOSTING DEVELOPMENT

Foi a paixão pela Ilha de Moçambique, este fenómeno cultural e histórico no Oceano Índico, que potenciou o surgimento do Villa Sands. No princípio eram três armazéns e foram transformados no Hotel que tem vista para o mar e todo o património cultural às costas.

Aberto a pensar no potencial turístico da Ilha de Moçambique, esta estância hoteleira sempre quis fazer diferença no espaço em que opera. “Parte do lucro do turismo tem de beneficiar a comunidade”, indica Gisela Antman, moçambicana, gestora e co-proprietária desta estância hoteleira.

A visão foi sempre fazer da cultura um produto comercializável e colocá-la a contribuir para o desenvolvimento económico da Ilha. Prova maior foi o esforço feito para qualificar o pessoal do hotel, que é 100% moçambicano, visto que não havia pessoal qualificado disponível no Norte do país aquando da inauguração. Mas não se deixaram ficar por aí, acoplaram ao Hotel a primeira carpintaria da Ilha, localizada no limiar entre a cidade de Macúti e a de Pedra e Cal, que serve de incubadora de crianças artistas. É uma espécie de responsabilidade social com fins comerciais, 90% do valor angariado é revertido para os pequenos artistas.

Não há estrelas a encimar o logótipo do Villa Sands. Porquê? “Os hóspedes é que fazem as nossas estrelas”, clarifica Gisela.

It was the passion for the Island of Mozambique, this cultural and historical phenomenon in the Indian Ocean, that boosted the establishment of Villa Sands. In the beginning, there were three warehouses and they were transformed into a Hotel that overlooks the sea and all the cultural heritage on its back. Open to thinking about the tourism potential of the Island of Mozambique, this resort hotel has always wanted to make a difference in the space in which it operates. “Part of the tourism profit has to benefit the community,” says Gisela Antman, Mozambican, manager and co-owner of this hotel resort.

The vision was always to turn culture into a marketable product and make it contribute to the Island’s economic development. Greater proof of this was the effort made to train the hotel staff, who are 100% Mozambican, as there were no qualified staff available in the north of the country at the time of the opening. But they didn’t let it stop there, they added the first carpentry shop on the island to the Hotel, located on the threshold between the city of Macúti and Pedra e Cal, which serves as an incubator for children artists. It is a kind of social responsibility for commercial purposes, with 90% of the amount raised going to the little artists. There are no stars above the Villa Sands logo. Why? “The guests make our stars,” Gisela explains.

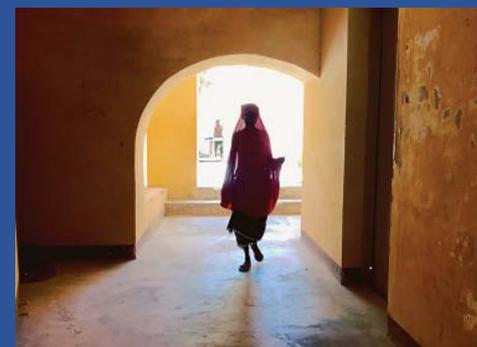
**O Cluster da Cooperação Portuguesa na Ilha de Moçambique, visa apoiar o Governo de Moçambique no desenvolvimento integrado e sustentado da Ilha de Moçambique e região adjacente,**



*“A tradição secular desta antiga capital de Moçambique respira nas casas de pedra e cal e de macúti, cruzando as mil e uma histórias de portugueses, africanos, muçulmanos e de todos os povos que por ela passaram e se deixaram enfeitar”.*



*“Sobre as águas esmeralda, deslizam os “dhow”, barcos tradicionais feitos com toscos troncos de madeira, desafiando os caprichos do ora calmo ora tormentoso Índico”.*



*“Envoltas em misteriosos véus ou com os rostos maquilhados pelo pó branco do mussiro, a beleza das mulheres macuas inspirou gerações de poetas”.*

**nos domínios da preservação e reabilitação do património, da gestão e ordenamento territorial e urbanístico, da formação profissional, do ensino pré-escolar e sua ligação ao ensino primário na região, de apoio à sociedade civil, artes e ofícios e empreendedorismo.**

Financiado pelo Camões, I.P, em parceria com: UCCLA; Turismo de Portugal; HELPO; EPM; DGPC; ADPM; Fundação Aga Khan CMIM; GACIM; IMPIM; UNILÚRIO

## CASOS DE ESTUDO CASE STUDIES

### MOSAGRI E PROMOÇÃO DA MORINGA MOSAGRI AND MORINGA PROMOTION

A MoSagri, um agro-negócio virado ao processamento, distribuição e comercialização da moringa, existe desde 2015. Começou com três hectares, em Lumbo, Ilha de Moçambique.

expansão da produção foi em Naguema, Mossuril, uma área de 1000 hectares, que, por agora, é explorada apenas a metade.

A produção é 100 % orgânica, envolvendo a comunidade através da Fundação Pérola.

“Incentivamos a comunidade a produzir. Queremos que as pessoas plantem e depois nos vendam”, indica Nelvi Quefasse, gestor financeiro e administrativo da MoSagri. Com certificação internacional, enquanto conquista o mercado nacional, o negócio já tem inúmeros adeptos no estrangeiro. Até Maio de 2021, já haviam sido exportadas 20 mil toneladas.

São cerca de 80 os trabalhadores efectivos. Mas existem sempre os sazonais, que são uma média de 200 mensalmente. Desde o chá, produzido através de folhas secas; passando pelo óleo, originado nas sementes até ao pó, que é proveniente da folha ou da raiz seca da moringa, são vários os produtos da MoSagri que promovem o super-alimento que serve, entre outros benefícios, de suporte imunológico.

MoSagri, an agribusiness focused on the processing, distribution and sale of moringa, exists since 2015. It started with three hectares, in Lumbo, Island of Mozambique.

Production was expanded to Naguema, Mossuril, an area of 1000 hectares, which, for now, is only half-explored.

The production is 100% organic, involving the community through the Pérola Foundation. “We encourage the community to produce. We want people to plant and then sell to us,” says Nelvi Quefasse, financial and administrative manager at MoSagri. Internationally certified, while conquering the national market, the business already has numerous followers abroad. By May 2021, 20,000 tonnes had already been exported.

There are about 80 permanent workers. But there are always seasonal ones, which are an average of 200 monthly. From tea, produced from dried leaves; to oil, originating in the seeds, to the powder, which comes from the leaf or dry root of the moringa, there are several MoSagri products that promote the super-food that serves, among other benefits, as immunological support.

EXPORTAÇÃO  
EXPORTATION

**20**

MIL TONELADAS  
THOUSAND TONS

até Maio de 2021  
until May 2021



## CASOS DE ESTUDO CASE STUDIES



### MAGOMA, UM CHÁ DE SABOR UNIVERSAL MAGOMA, A TEA WITH A UNIVERSAL FLAVOUR

Falar da indústria chazeira em Moçambique é mesmo que falar da província da Zambézia, visto que é neste ponto onde encontramos a maior parte das fábricas que se dedica ao cultivo e processamento do chá que confere a Moçambique um posicionamento sólido a nível internacional.

Segundo dados obtidos na direcção provincial da Indústria e Comércio da Zambézia, o Chá Magoma, com 15 anos de operação, já conta com uma produção de 13 400 toneladas de chá por época, facto que faz da chazeira uma referência mundial, principalmente nos mercados da Alemanha, China, Rússia, Dubai e Índia.

Localizado no distrito do Gurué, a qualidade de Chá Magoma é reflexo dos seus altos padrões de produção cujo cultivo abstém-se de aditivos químicos e fertilizantes. A empresa emprega até agora um total de 50 funcionários todos contratados dentro do distrito do Gurué.

Além da produção do chá, a chazeira Magoma dedica-se igualmente a produção do café.

Talking about the tea industry in Mozambique is the same as talking about the province of Zambézia, as this is where we find most of the factories dedicated to the growing and processing of tea, which gives Mozambique a solid position on an international level.

According to data obtained from the Provincial Directorate of Industry and Commerce of Zambézia, Chá Magoma, with 15 years of operation, already has a production of 13,400 tons of tea per season, a fact that makes the tea producer a global reference, mainly in the markets of Germany, China, Russia, Dubai and India.

Located in the district of Gurué, the quality of Chá Magoma is a reflection of its high production standards whose cultivation refrains from chemical additives and fertilizers. The company so far employs a total of 50 employees, all hired within the district of Gurué. In addition to the production of tea, Magoma is also dedicated to the production of coffee.

PRODUÇÃO  
PRODUCTION

**13 400**

TONELADAS  
TONS

de chá por época  
tea per season

## CULTURA CULTURE

---

### ALTITUDE ALTITUDE

**AFRIG SIMONE**  
**De Xipamanine para o mundo . 52**  
From Xipamanine to the world

---

### JANELA WINDOW

**MUSEU NACIONAL DE GEOLOGIA**  
**O interior da terra trazido  
para superfície . 56**

NATIONAL MUSEUM OF GEOLOGY  
The earth's innards brought to  
the surface

---

### ROTAS ROUTES

**Mapa cultural . 57**  
Cultural map





**NOTA DO EDITOR** EDITOR'S NOTE

Nesta edição dos "Encontros Índicos" saímos da rotina. Não é um encontro como os que apresentamos nas edições anteriores. É um encontro entre uma jornalista e um músico, entre uma admiradora e um ídolo, um encontro entre Paola Rolletta e Afric Simone, um artista moçambicano que se fez do mundo a agitar as pistas de dança desde os anos 70. Um encontro que é um reencontro, o que diz alguma coisa de ter muito de passado, de presente e de futuro.

In this edition of the "Indian Ocean Encounters" we skip the routine. It is not an encounter like the ones we presented in previous editions. It is an encounter between a journalist and a musician, between an admirer and an idol, a meeting between Paolla Rolletta and Afric Simone, a Mozambican artist who made the world shake on the dance floors since the 70s. An encounter that is a reunion, which says something about having a lot to do with the past, the present and the future.



Na Itália, é famosíssimo. Toda a gente tem dançado e cantado umas das suas músicas. Ele é o êxito do verão, das discotecas, do espectáculo puro desde os finais dos anos 70.

Afric Simone, seu nome de Arte, é uma espécie de versão masculina de Pippi das Meias Longas ou o Feiticeiro de Oz. Um concentrado de ritmos, de simpatia surreal, de palavras inventadas, um autêntico animal de palco que brinca com o corpo, o fogo e uma cadeira agarrada com os dentes. Ele faz parte da história da dança, da música afro e funk e é por isso que é absolutamente necessário ouvi-lo e dançar com ele.

Desde sempre tenho um fascínio por este senhor que encantou a minha adolescência nos anos 70/80. Faz muito tempo que ando à procura dele, mas como ele é uma espécie de lenda viva, uma Greta Garbo da discoteca, não tem sido fácil. Muitos telefonemas, muitos indícios, mas nada de concreto. Até que, por sugestão de outro músico moçambicano na diáspora, Fu Manjate, tive um contacto e finalmente lá cheguei a falar, pelo telefone, com o meu ídolo. Que emoção!

Vive em Berlim, o meu herói surreal, fala uma língua toda sua, feita de um mix de muitas línguas, desde bitonga até alemão, passando pelo português, o italiano e o espanhol, com uma pitada de francês e muito inglês. Não leva nada a sério, aparentemente, mas tem muito cuidado naquilo que conta sobre a sua vida aventureira, cheia de estórias e segredos.

In Italy, he is very famous. Everyone has been dancing and singing one of his songs. He's been the summer hit, of clubs, of pure showmanship since the late 70s.

Afric Simone, his artistic name, is a kind of male version of Pippi Longstocking or the Wizard of Oz. A concentration of rhythms, surreal friendliness, made-up words, an authentic stage animal that plays with the body, fire and a chair gripped with teeth. He is part of the history of dance, afro and funk music and that is why it is absolutely necessary to listen to him and dance with him.

I have always been fascinated by this gentleman who enchanted my adolescence in the 70s/80s. I've been looking for him for a long time, but since he's something of a living legend, a club Greta Garbo, it hasn't been easy. Lots of phone calls, lots of clues, but nothing concrete. Until, at the suggestion of another Mozambican musician in the diaspora, Fu Manjate, I got in touch and finally got to talk to my idol over the phone. How exciting!

My surreal hero lives in Berlin, speaks his own language, made up of a mix of many languages, from Bitonga to German, passing through Portuguese, Italian and Spanish, with a hint of French and a lot of English. He doesn't take anything seriously, apparently, but he's very careful about what he tells about his adventurous life, full of stories and secrets.

**AFRIC SIMONE**

# DE XIPAMANINE PARA O MUNDO FROM XIPAMANINE TO THE WORLD

**TEXTO** TEXT:  
PAOLA ROLLETTA  
**FOTO** PHOTO:  
AGHI



Tudo começou quando o seu pai, um pastor brasileiro de São Paulo, chegou a Moçambique, nos anos 40. Encontrou a mãe de Afric Simone e formaram família: duas filhas e um filho. Não sabe dizer ao certo o ano de nascimento. “No meu passaporte está escrito que tenho 80 anos, mas eu acho que devo ter uns 75 ou 76 e, de resto, como posso lembrar quando nasci?”

Órfão de pai, o menino Henrique Joaquim Simone foi para Lourenço Marques para ganhar dinheiro. Tinha arranjado emprego como babá, mas ele adorava tocar e dançar. “Tocava com os meus amigos no parque de diversões Chipada, no Xipamanine – conta – cantávamos ‘Tutti Frutti’ do Elvis. Aprendi a tocar sozinho e até hoje não sei ler a pauta...”

Na altura, o seu nome de arte era Kid Kid e esse nome de banda desenhada até hoje lhe ficaria bem.

Conta-me que é primo de Eusébio e que um dia um empresário sul-africano o convidou para se exhibir nos clubes da Inglaterra. Não tinha maior idade, não tinha documentos e foi aí que foi inventada a sua data de nascimento. Isto aconteceu quando Moçambique era ainda uma província ultramarina de Portugal...

Foi a Londres, exibiu-se nos clubes mais em voga até o dia em que se zangou com o seu empresário e foi-se embora “só com o meu casaco e mais nada” para Berlim. Foi nessa altura que teve de renovar o seu passaporte para viajar. Foi quando arranjou um passaporte alemão. “Uma história de burocracia que nunca mais acabava... eu sou moçambicano, mas naquela altura era um problema sério com os portugueses. E assim nunca mais tive o passaporte de Moçambique...”

A sua vida mudou quando começou a cantar ‘Barracuda’. E veio a primeira digressão a Venezuela. “Tinha até uma banda no aeroporto para me saudar... e tive de aprender a fazer autógrafos de tanto que era famoso! – conta divertido.

Enquanto conta a sua vida, toca a guitarra e canta uns refrões de ‘Ramaya’ e ‘Hafanana’. “Sabes, Ramaya é famosa na Europa do Oeste ao passo que Hafanana na Europa do Leste. Até hoje não sei o porquê, mas a vida é assim mesmo...”

Continua a dar *shows* com os seus hits de então, sobretudo nos Países da Europa do Leste. As muitas razões para esta onda de nostalgia serão certamente mais complexas de investigar, mas um factor central

It all started when his father, a Brazilian pastor from São Paulo, arrived in Mozambique in the 1940s. He found Afric Simone’s mother and they formed a family: two daughters and a son. He can’t say for sure the year of his birth. “On my passport it says that I am 80 years old, but I think I must be around 75 or 76 and, besides, how can I remember when I was born?”

Having lost his father, the boy Henrique Joaquim Simone went to Lourenço Marques to earn money. He had taken a job as a nanny, but he loved to play and dance. “I played with my friends at Chipada amusement park, in Xipamanine, he says. We sang “Tutti Frutti”, by Elvis. I learned to play by myself and to this day I can’t read a staff...”

At the time, his artistic name was Kid Kid and that comic name would still suit him today.

He tells me that he is Eusébio’s cousin and that one day a South African manager invited him to play in clubs in England. He wasn’t of age, had no documents and that was when his birth date was made up. This happened when Mozambique was still an overseas province of Portugal...

He went to London, played in the most trendy clubs until the day he got angry with his manager and left “with only my coat and nothing else” to Berlin. It was then that he had to renew his passport to travel. That’s when he got a German passport. “A story of bureaucracy that never ended... I’m Mozambican, but at that time it was a serious problem with the Portuguese. And so I never had a Mozambican passport again...”

His life changed when he started singing “Barracuda”. And then came the first tour to Venezuela. “I even had a band at the airport to greet me... and I had to learn to sign autographs because I was so famous!” he says amused.

As he tells his life, he plays the guitar and sings the choruses of “Ramaya” and “Hafanana”. “You know, ‘Ramaya’ is famous in Western Europe whereas ‘Hafanana’ is famous in Eastern Europe. To this day I don’t know why, but life is like that...”

He continues to give concerts with his hits of the time, especially in Eastern European countries. The many reasons for this wave of nostalgia will certainly be more complex to research, but a main factor is that the



## **Gostaria de mostrar ao meu filho a terra onde nasci. Sim, gostaria de lhe mostrar Inhambane.**

I would like to show my son the land where I was born. Yes, I would like to show him Inhambane. **“**



é que os anos 70/80 foram divertidos, irreverentes e corajosos. A dança dos anos 70/80 incendiava os clubes e havia também a tendência da música afro que fazia enlouquecer o público.

Ficou um “pouco rico”, mas perdeu tudo quando o seu amigo-empresário faleceu e deixou-lhe o empréstimo bancário para o estúdio que tinham montado juntos para pagar. “Não me importa ser um homem rico, sou um rico homem... Tenho um filho maravilhoso, Fábio ‘Ramaiiito’ Simone, vou de bicicleta e ainda dou shows – conta sempre com um sorriso nos lábios – O corona tem sido um desastre neste aspecto. Logo depois da segunda dose de vacina, fui dar um show à Sardenha, na Itália. Que quero mais? Gostaria de mostrar ao meu filho a terra onde nasci. Sim, gostaria de lhe mostrar Inhambane.”

Hambanine, Afric Simone, muitos fãs esperam por ti, em Moçambique. 🇸🇰

70s/80s were fun, irreverent and brave. The dance of the 70s/80s set the clubs on fire and there was also the trend of Afro music that made the public go crazy.

He became “a little rich”, but lost everything when his friend-manager died and left him the bank loan for the studio they had set up together to pay for. “I don’t care about being a rich man, I’m a valuable man... I have a wonderful son, Fábio “Ramaiiito” Simone, I ride my bike and even give shows – he always has a smile on his lips. The corona has been a disaster in this respect. Right after the second dose of the vaccine, I went to Sardinia, Italy, to give a show. What more could you want? I would like to show my son the land where I was born. Yes, I would like to show him Inhambane.”

Hambanine, Afric Simone, many fans are waiting for you in Mozambique. 🇸🇰

MUSEU NACIONAL DE GEOLOGIA NATIONAL MUSEUM OF GEOLOGY

# O INTERIOR DA TERRA TRAZIDO PARA SUPERFÍCIE

## THE EARTH'S INNARDS BROUGHT TO THE SURFACE



**TEXTO** TEXT:  
HERMENEGILDO  
LANGA  
**FOTO** PHOTO:  
MAURO PINTO

Existente, oficialmente, há 20 anos, o Museu Nacional de Geologia representa hoje um dos principais pontos de atracção turística da capital do país, principalmente para quem é amante de pedras preciosas ou gemas. O edifício de arquitectura peculiar a manter presente o estilo manuelino que caracterizou algumas construções coloniais por si só já vale a visita. Mas no interior há o interior da terra trazido para superfície, que vale sempre a pena ver.

“O museu conta actualmente com cerca de 5 853 amostras. Dessas, 800 estão expostas no Museu Nacional de Geologia, enquanto as outras fazem parte da reserva do Museu”, conta o director desta instituição, Dino Milisse. O Museu Nacional de Geologia, segundo Milisse, foi criado com objectivo de adquirir, registar, documentar, conservar, expor e divulgar as espécies que são considerados património mineral moçambicano com o propósito de fazer-se o seu estudo para o conhecimento do público.

Além de servir de ponto turístico, o Museu Nacional de Geologia tem claramente uma vocação pedagógica. Segundo conta o director da instituição, até aqui existem 14 estudantes que fizeram as suas monografias para licenciatura ali, estudando a história das gemas, sobretudo a área de paleontologia.

Actualmente, pela limitação na recepção de visitas imposta pela pandemia, o Museu tem estado a apostar em exposições virtuais. 📺

Officially in existence for 20 years, the National Museum of Geology is today one of the main tourist attractions in the country’s capital, especially for those who love precious stones or gems.

The building with a peculiar architecture that maintains the Manueline style that characterized some colonial buildings is in itself worth the visit. But inside you can find the earth’s innards brought to the surface, which is always worth seeing.

“The museum currently has around 5,853 samples. Of these, 800 are exhibited at the National Museum of Geology, while the others are part of the Museum’s reserve,” says the institution’s director, Dino Milisse.

The National Museum of Geology, according to Milisse, was created with the aim of acquiring, registering, documenting, preserving, exhibiting and disseminating species that are considered to be Mozambican mineral heritage, with the aim of making their study known to the public.

In addition to serving as a tourist spot, the National Museum of Geology clearly has an educational vocation. According to the director of the institution, so far there are 14 students who have completed their monographs for their degree there, studying the history of gemstones, especially the area of paleontology.

Currently, due to the limitation in welcoming visitors imposed by the pandemic, the Museum has been investing in virtual exhibitions. 📺

# MAPA CULTURAL

## CULTURAL MAP

**A ÍNDICO SUGERE-LHE  
ALGUNS DOS GRANDES  
EVENTOS EM ÁFRICA**  
ÍNDICO SUGGESTS SOME  
GREAT EVENTS IN AFRICA

### MOÇAMBIQUE MOZAMBIQUE MAPUTO

#### LUGAR DAS ILHAS ARTES ARTS

▶ Até 07 de Agosto, está patente, na Galeria do Centro Cultural Brasil-Moçambique, a exposição “Lugar das Ilhas” da artista plástica e também poeta Sónia Sultuane, com curadoria de Alda Costa. A partir da capulana, a que junta o mosaico, a artista interroga e questiona a natureza e a própria definição de arte. Until 7 August, the exhibition “Lugar das Ilhas” by the artist and poet Sónia Sultuane, curated by Alda Costa, is on display at the Gallery of the Mozambique-Brazil Cultural Centre. Starting with capulana, an then adding tiles, the artist interrogates and questions nature and the very definition of art.

<https://web.facebook.com/CentroCulturalBrasilMocambique>

#### A FORMIGA JUJU E O SAPO KARIBU TEATRO INFANTIL

CHILDREN’S THEATRE  
▶ A actriz Sufaida Moiane dá vida, no dia 24 de Julho, no palco da Fundação Fernando Leite Couto, ao conto “O Sapo Karibu”, o segundo escrito por Cristiana Pereira na coleção “A Formiga Juju”, que conta com ilustração de Walter Zand e o design de Mia Temporário. On 24 July, on the stage of the Fernando Leite Couto Foundation, actress Sufaida Moiane gives life to the short story O Sapo Karibu, the second written by Cristiana Pereira in the A Formiga Juju collection, with illustrations by Walter Zand and design by Mia Temporário.  
[www.ffc.org.mz](http://www.ffc.org.mz)



### ÁFRICA AFRICA

#### ZANZIBAR INTERNATIONAL FILM FESTIVAL

##### CINEMA CINEMA

▶ A edição 2021 do Zanzibar International Film Festival será realizada entre 21 e 25 de Julho. O Festival, que se realiza todos os anos, apresenta um dos mais cativantes e inovadores cinemas de África. De estreias mundiais a curtas locais, há uma longa história de exibição de filmes da mais alta qualidade de todo o mundo. The 2021 edition of the Zanzibar International Film Festival will be held from 21 to 25 July. The Festival, which takes place every year, features some of the most captivating and innovative feature films in Africa. From world premieres to local shorts, there is a long history of showing the highest quality films from around the world.

<http://www.ziff.or.tz/>

#### SARDINE RUN TURISMO TOURISM

▶ Sardine Run, este ano, acontecerá até 29 Julho e pode acompanhar a partir de Pietermaritzburg, KwaZulu Natal, África do Sul. The Sardine Run, in this year, will take place until 29 July and can be followed from Pietermaritzburg, KwaZulu Natal, South Africa.

<https://karibuworld.co.tz/>

### ÁFRICA AFRICA

21/25.JUL JUL

#### ZANZIBAR INTERNATIONAL FILM FESTIVAL



##### CINEMA CINEMA

O Festival tem como objectivo sensibilizar e promover o cinema internacional como arte, entretenimento e indústria, promovendo o diálogo, os direitos humanos e a liberdade. Através dos seus programas, este festival atinge um vasto público, que normalmente não é o foco dos festivais de cinema, e é aí que está a diferença do ZIFF. Por meio de seus Panoramas de Mulheres, Crianças e Aldeias, sua Plataforma de Música e Arte, seus Fóruns Públicos e Exibições, retrospectivas e homenagens, o Festival dá uma grande contribuição para uma melhor compreensão do cinema.

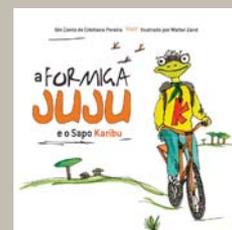
The Festival aims to raise awareness and promote international cinema as art, entertainment and business sector, promoting dialogue, human rights and freedom.

Through its programmes, this festival reaches a wide audience, which is not normally the focus of film festivals, and that is where ZIFF sets itself apart. Through its Women, Children and Village Panoramas, its Music and Art Platform, its Public Forums and Exhibitions, retrospective and tributes, the Festival makes a great contribution to a better understanding of cinema.

### MAPUTO

24.JUL JUL

#### A FORMIGA JUJU E O SAPO KARIBU



O Sapo Karibu é um sapo viajante, resistente e resiliente. A sua boa disposição é uma constante: aguenta qualquer tempestade com um sorriso e uma grande força de vencer. É mudo, mas isso não o desanima. Conhece muitas outras formas de se comunicar. Quando a sua bicicleta fica “cansada” de tanto andar, a sua amiga de infância, formiga Juju, procura uma solução junto das formigas, conhecidas pelo seu espírito empreendedor e solidário. Aí, a grande heroína da Cidade das Papaias recebe um choque tremendo: afinal, as formigas perderam o sentido de comunidade. Karibu the Frog is a traveling frog, resistant and resilient. His good mood is a constant: he withstands any storm with a smile and a great will to win. He’s mute, but that doesn’t discourage him. He knows many other ways of communicating. When his bicycle gets “tired” from so much cycling, his childhood friend, Juju the Ant, looks for a solution with the ants, known for their entrepreneurial spirit and solidarity. Then, the great heroine of Papaya City gets a tremendous shock: after all, the ants have lost their sense of community.

# A REVISTA ÍNDICO VIAJA CONSIGO

*THE ÍNDICO MAGAZINE TRAVELS WITH YOU.*



**DESCARREGUE GRÁTIS ATRAVÉS DESTA QR CODE  
E TENHA UMA BOA VIAGEM E BOA LEITURA.**

*FREE DOWNLOAD THROUGH  
THIS QR CODE AND HAVE A GOOD TRIP  
WITH A GOOD READING.*

**ÍNDICO**



EXECUTIVE

# ESPECIAL DESPORTO

SPORT SPECIAL

**TÓQUIO** TOKYO

**UMA DUPLA DE PESO** A TOUGH DUO



# **FESTA OLÍMPICA**

## OLYMPIC CELEBRATION

Depois de um ano suspenso, ainda que com a pandemia a continuar a espreitar pela janela, o Desporto volta a respirar à superfície. Desporto assim escrito em maiúsculas para abarcar todas modalidades possíveis. E os Jogos Olímpicos, que são esta celebração do Desporto, das nações, da humanidade, da vida, embora com as limitações de público impostas pela pandemia, regressam este ano e o lugar é Tóquio, Japão.

Moçambique leva na comitiva um naipe de atletas que alimentam esperança de pódio. No momento em que fechamos esta edição, há certezas da qualificação das velejadoras Deisy Nhanquile, Denise Parruque, Maria Machava; das pugilistas Alcinda Panguana e Rady Gramane; do judoca Kevin Loforte; dos nadadores Domingas Munhemeze e Igor Mogne e do canoísta Joaquim Lobo. Mas há outros ainda em fase de qualificação e esperamos que lá consigam chegar para fazer soar ainda mais forte a marcha moçambicana.

A Revista Índico não podia ter uma oportunidade melhor para estreiar a nova secção em parceria com Comité Olímpico de Moçambique e Freestyle Talkz, plataforma de produção de conteúdos multimédia. Chamamo-la Especial Desporto e quer ser um espaço de partilha de histórias de vida de atletas que se impõem desafios diários em nome dos assombros que fazem cada manhã valer a pena. Nesta edição, traçamos o perfil das pugilistas olímpicas Alcinda Panguana e de Rady Gramane, sempre a olhar para a amizade entre elas, que as ajudou a chegar ao top 5 do Ranking Internacional da modalidade.

After a suspended year, even though the pandemic continues to peek through the window, Sport is once again back to the surface for air. Sport written in capital letters to cover all possible sports. And the Olympic Games, which are this celebration of sport, nations, humanity, life, despite the public limitations imposed by the pandemic, return this year and the place is Tokyo, Japan.

Mozambique takes in its delegation a team of athletes who hope for the podium. As we close this edition, there is certainty about the qualification of sailors Deisy Nhanquile, Denise Parruque, Maria Machava; boxers Alcinda Panguana and Rady Gramane; judoka Kevin Loforte; the swimmers Domingas Munhemeze and Igor Mogne, and the canoeist Joaquim Lobo. But there are others still in the qualifying stage and we hope they can get there to make the Mozambican march sound even stronger.

Índico Magazine could not have a better opportunity to launch the new section in partnership with the Olympic Committee of Mozambique and Freestyle Talkz, a multimedia content production platform. We call it Sport Special and it wants to be a space for sharing the life stories of athletes who set for themselves daily challenges in the name of the wonders that make each morning worthwhile. In this edition, we outline the profile of Olympic boxers Alcinda Panguana and Rady Gramane, always looking at their friendship, which helped them reach the top 5 of the international ranking of the sport.



## PUGILISTAS

### BOXERS

# ALCINDA PANGUANA E RADY GRAMANE DUAS AMIGAS NOS JOGOS OLÍMPICOS

## ALCINDA PANGUANA AND RADY GRAMANE TWO FRIENDS AT THE OLYMPIC GAMES

Não era suposto que Alcinda Panguana e Rady Gramane fossem pugilistas. Era menos suposto que as duas fossem campeãs da África Austral da modalidade. Ainda menos suposto que participassem em um mundial e agora no Top 5 do Ranking Internacional estivessem a caminho dos Jogos Olímpicos. Não era suposto.

Há nove anos, Rady nem sabia que o boxe existia em Moçambique e Alcinda não gostava da ideia de violência associada à modalidade. “Achava que o boxe era porrada e hoje sei que o boxe é porrada” - Alcinda.

Foi o destino – para usar uma imagem do pugilismo – a empurrá-las às cordas. Rady só queria emagrecer e Alcinda – como deviam ser todos os amigos – estava disposta a ajudá-la. Corriam diariamente na certeza de que os pés tornariam o corpo de Rady mais leve. Mas o porte físico de Alcinda chamou atenção de Lucas Sinoia, a maior referência do pugilismo moçambicano, que a convidou para a Academia que lhe eterniza o nome. Alcinda estava relutante, Sinoia teve de ser insistente.

E naquelas promessas que ao acaso desbloqueiam tudo o treinador disse que era capaz de fazer com que Rady emagrecesse em três meses. “Era inacreditável” - Rady.

As duas começaram a treinar sem nunca pensar em subir a um ringue. “Era só para que Rady emagrecesse” – Alcinda. E emagreceu.

“Pesava 102 kg e hoje estou entre 75 e 72 kg” - Rady. Mas em nove anos, passaram de pugilistas amadoras para campeãs regionais, finalistas continentais e competidoras mundiais. “Tudo aconteceu de repente” - Rady.

A reacção das duas famílias foi diferente. A de Rady pensava que ela, que já tinha um temperamento forte, se tornaria ainda mais violenta, mas o tempo provou o contrário. “Até fiquei mais calma” – Rady. A de Alcinda aceitou com relativa facilidade, mas a mãe continua a preferir não assistir aos combates. “Mãe é sempre mais sensível” – Alcinda.

Alcinda Panguana and Rady Gramane were not supposed to be boxers. The two were less supposed to be Southern African champions of the sport. An even less supposed that they took part in the world championship, and now that they are in the top 5 of the international ranking, that they were on their way to the Olympic Games. It wasn't supposed to.

Nine years ago, Rady didn't even know boxing existed in Mozambique and Alcinda didn't like the idea of the violence associated with the sport. “I thought boxing was brawling and now I know that boxing is brawling” - Alcinda. It was fate – to use a boxing image – pushing them against the ropes. Rady just wanted to lose weight and Alcinda – as all friends should – was willing to help her. They ran daily in the certainty that their feet would tone Rady's body. But Alcinda's physical complexion caught the attention of Lucas Sinoia, the greatest reference in Mozambican boxing, who invited her to the Academy that has set his name in stone for all eternity. Alcinda was reluctant, Sinoia had to be insistent. And with one of those promises that randomly unlock everything, the coach said he was capable of making Rady slim in three months. “It was unbelievable” - Rady. The two began training without ever thinking about stepping into a ring. “It was just for Rady to lose weight” – Alcinda. And she got thin. “I weighed 102 kg and today I weigh between 75 and 72 kg” - Rady. But in nine years, they've gone from amateur boxers to regional champions, continental finalists and world competitors. “It all happened very fast” - Rady. The reaction of the two families was different. Rady's thought that she, who already had a strong temper, would become even more violent, but time proved otherwise. “I even got calmer” – Rady. Alcinda's accepted it relatively easily, but her mother still prefers not to watch the fights. “A mother is always more sensitive” – Alcinda.

## PUGILISTAS

### BOXERS

Agora, cada uma na sua categoria, Alcinda na de 69 kg e Rady na de 75 kg, estão a caminho dos jogos olímpicos, depois da qualificação conseguida aos punhos sempre cerrados em Dakar, Senegal. Com a direcção de Lucas Sinoia, o mesmo treinador de sempre, continuam a treinar juntas, uma a ajudar a outra, uma a puxar pela outra, uma a influenciar a outra e isto diz muito dos resultados delas serem sempre similares. “Acho que é sintonia. Mas também pode ser porque eu sou sempre a primeira a combater, então quando perco a Rady fica a pensar que também pode perder e quando ganho ela pensa que também pode ganhar. É psicológico.” - Alcinda.

Aos Jogos Olímpicos chegarão a pensar eliminatória a eliminatória, cientes de que com as posições que ocupam no Ranking Internacional carregam o país nas luvas. Mas já estão habituadas a esta pressão. “No boxe, ou enfrentas ou desistes” – Rady. E onde está escrito boxe se pode ler vida.

Now, each in their category, Alcinda in the 69 kg and Rady in the 75 kg, are on their way to the Olympic Games, after qualifying with clenched fists in Dakar, Senegal. Under the direction of Lucas Sinoia, the same coach as always, they continue to train together, helping each other, pushing each other, influencing each other and this says a lot about their results being always similar. “I think it’s about being in tune to each other. But it could also be because I’m always the first to fight, so when I lose Rady thinks she can lose too and when I win she thinks she can win too. It’s psychological.” - Alcinda. They will be at the Olympic Games focusing on one elimination at a time, aware that with the positions they occupy in the international ranking, they carry the country in their gloves. But they are already used to this pressure. “In boxing, you either face it or you quit” – Rady. And you can replace the word boxing with the word life.



TEXTO TEXT:  
ELIANA SILVA  
FOTO PHOTO:  
DILAYLA  
ROMUALDO



# COMO ANIMA CRIAR ANIMA(TING)

Construir algo porque anima criar. Foi desta premissa que o Anima - Estúdio Criativo nasceu, em 2012, pelas mãos de quatro amigos que procuravam contrariar a comunicação demasiado concentrada em conteúdos promocionais e comerciais.

É quase uma década de história que agora se celebra. E porque é que este espaço anima tanto? Porque é um estúdio criativo dedicado ao desenvolvimento social, à preservação de biodiversidade e do meio ambiente e à evolução das indústrias criativas. Mais recentemente, direccionaram o seu olhar para a vertente humana. Hoje, Anima é a concretização da sua própria identidade: fazer porque anima.

Na prática, prestam serviços nas áreas do design, do audiovisual e dos meios digitais. Dentro destes sectores apresentam soluções digitais – aplicativos móveis, websites e até mesmo instalações interactivas – e têm feito vários filmes como documentários, animação e trabalhado bastante em design, que é uma área que funciona de forma transversal.

Efeitos pandémicos, construíram o seu estúdio de áudio, o que lhes permitiu explorar formatos como as radionovelas, podcasts e músicas. Como extensão do seu trabalho, o próprio espaço do estúdio está em constante desenvolvimento. Nesta fase, estão inclusive a desenvolver a abertura de uma loja de artesanato para vender produtos nacionais.

Build something because it is exciting to create. It was based on this premise that Anima - Estúdio Criativo was born, in 2012, at the hands of four friends who sought to counteract communication that was too focused on promotional and commercial content.

It's almost a decade of history now being celebrated. And why is this space so exciting? Because it is a creative studio dedicated to social development, the preservation of biodiversity and the environment, and the evolution of creative industries. More recently, they turned their gaze to the human side. Today, Anima is the realisation of its own identity: doing because it animates.

In practice, they provide services in the areas of design, audiovisual and digital media. Within these sectors they present digital solutions – mobile apps, websites and even interactive installations – and have made several films such as documentaries, animation and worked a lot in design, which is an area that cuts across all others.

Pandemic effects, they built their audio studio, which allowed them to explore formats such as radio soaps, podcasts and music. As an extension of their work, the studio space itself is under constant development. At this stage, they are even developing the opening of a craft shop to sell national products.

**Anima é a concretização da sua própria identidade: fazer porque anima.**

Anima is the realisation of its own identity: doing because it animates.

OS  
INFORMAIS



**Como extensão do seu trabalho, o próprio espaço do estúdio está em constante desenvolvimento. Está em vista a abertura de uma loja de artesanato para vender produtos nacionais.**

As an extension of their work, the studio space itself is under constant development. The opening of a craft shop to sell national products is planned.





E porque a criatividade não tem limites, têm projectos para todos os gostos e feitios: o makelinks.africa, um espaço que promove o intercâmbio de artistas; o Koordlive; “os informais”, um livro que revive a relação que Moçambique tem com a banda desenhada e a narrativa se passa num futuro não muito distante, abordando temáticas do continente africano no presente.

“Outro projecto é uma curta-metragem de animação com base em *batiks*. A técnica inspirou a animação e partimos de um conto escrito por António Cabrita e concorreremos com o ‘O Cego Nwavu’ ao ICA, o Instituto de Cinema e Audiovisual de Portugal, e ganhámos um fundo para co-produção entre Portugal e Moçambique”, conta João Roxo, co-fundador do Anima - Estúdio Criativo.

Nos últimos meses, o foco tem sido partilhado com o MAKE, um projecto que procura facilitar a acessibilidade à arte, ao empreendedorismo e às ferramentas que permitem essa relação. João Roxo conta que o acesso a um fundo UNESCO possibilitou a elevação deste projecto ao identificar um movimento ou uma metodologia que permitisse a relação das actividades dos vários agentes culturais e do sector criativo. 🌱

And because creativity has no limits, they have projects for all tastes and shapes: makelinks.africa, a space that promotes artist exchange; Koordlive; *os informais*, a book that relives the relationship that Mozambique has with comics and the narrative that takes place in the not-too-distant future, addressing themes of the African continent in present days.

“Another project is an animation short film based on *batiks*. The technique inspired the animation and we started from a short story written by António Cabrita and competed with *O Cego Nwavu* to ICA, the Institute of Cinema and Audiovisual of Portugal, and we won a fund for a co-production between Portugal and Mozambique,” João Roxo, co-founder of Anima - Estúdio Criativo, says.

In recent months, focus has been shared with MAKE, a project that seeks to facilitate accessibility to art, entrepreneurship and the tools that allow this relationship. João Roxo says that access to a UNESCO fund made it possible to elevate this project by identifying a movement or a methodology that would allow the relationship between the activities of the various cultural agents and the creative sector. 🌱





# UMA COZINHA DE GARRAFAS PLÁSTICAS

## A KITCHEN OF PLASTIC BOTTLES

**TEXTO** TEXT:  
PAOLA ROLLETTA  
**FOTO** PHOTO:  
YASSMIN FORTE

Foi recentemente inaugurada a cozinha comunitária São Felipe de Neri, uma iniciativa da Aliança da Misericórdia, uma organização cristã que faz trabalho comunitário em vários bairros de Maputo. Esta cozinha é muito especial porque é feita inteiramente de garrafas de plástico. Foram necessárias exactamente 8900 garrafas PET para além de pedras, areia e chapas para o telhado. Foi construída em oito meses por muitas pessoas, de dois bairros, Hulene B e Massaca.

A cozinha foi construída junto da Escolinha Comunitária dos Pequenos Libombos, em Massaca, distrito de Boane. «A iniciativa

The community kitchen São Felipe de Neri was recently opened, an initiative of Aliança da Misericórdia, a Christian organisation that conducts community work in several Maputo neighbourhoods. This kitchen is very special because it is made entirely of plastic bottles. Exactly 8900 PET bottles were needed in addition to stones, sand and roofing sheets. It was built in eight months by many people from two neighbourhoods, Hulene B and Massaca.

The kitchen was built next to the Pequenos Libombos Community School, in Massaca, Boane district. “The bioconstruction initia-



## O projecto quis agregar valor à geração de renda das mulheres catadoras de garrafas PET na lixeira do Hulene.

The project wanted to add value to the income generation of women waste picking PET bottles in the Hulene Landfill.

da Bioconstrução buscou unir os três pilares do desenvolvimento sustentável – conta-nos Rosana Fernandes, representante da Aliança da Misericórdia – benefícios sociais, económicos e ambientais. Para as fundações da cozinha foram utilizadas pedras locais, recolhidas na aldeia de Massaca pela própria comunidade, e as paredes foram projectadas e construídas em garrafas PET provenientes da Lixeira de Hulene».

Na base da operação, um conceito tão simples e tão nobre: agregar valor à geração de renda das mulheres catadoras na lixeira do Hulene. «O preço

tive sought to unite the three pillars of sustainable development – Rosana Fernandes tells us, the representative of Aliança da Misericórdia – social, economic and environmental benefits. For the foundations of the kitchen, local stones were used, collected in the village of Massaca by the community itself, and the walls were designed and built with PET bottles from the Hulene Landfill.”

At the base of the operation, a concept so simple and so noble: to add value to the income generation of women waste pickers in the Hulene Landfill. “The price that is normally paid to them per kilo (about 19

que normalmente lhes é pago por quilo (cerca de 19 garrafas) ronda os 4 meticais. É muito pouco! – comenta Rosana – nós pagamos 2 meticais cada garrafa. Garantimos o pagamento. Somos uma organização sem fins lucrativos e vivemos de doações. Às vezes não tínhamos o dinheiro para lhes pagar, mas elas aceitavam receber depois, porque perceberam a importância da obra e confiavam em nós».

Entretanto, lá em Massaca, havia outras mulheres e outros homens a recolher pedras e a peneirar areia.

Enquanto se juntavam garrafas e pedras para que a cozinha ganhasse corpo, os rumores da construção feita de garrafas plásticas iam-se espalhando. «Quase que virou ponto turístico – comenta Rosana Fernandes – mas eu gosto de pensar que essa cozinha funciona como ponte de comunicação entre comunidades». Foi assim que entraram outros parceiros como a Plataforma Makobo, a Edimade – uma empresa de construção - e a Coca-Cola que se comprometeu com o projecto de sustentabilidade através da reciclagem e ofereceu cerca de 2.000 garrafas. O custo total da obra ronda aos 900.000 Meticais. Foram cerca de 700 pessoas envolvidas directamente na obra. E hoje nessa cozinha já se confeccionam as sopas para os meninos da Escolinha Comunitária dos Pequenos Libombos. Com a bênção das comunidades de Hulene B e Massaca, o coração da Grande Maputo está todo lá. 🐾

bottles) is around 4 meticais. It is very little! – Rosana comments – we pay 2 meticais for each bottle. We guarantee payment. We are a non-profit organization and we live on donations. Sometimes we didn't have the money to pay them, but they accepted to receive it later, because they realized the importance of the work and trusted us.”

Meanwhile, there in Massaca, there were other women and men collecting stones and sifting sand.

As bottles and stones were brought together so that the kitchen could take shape, rumors of the construction made of plastic bottles were spreading. “It almost became a tourist attraction, Rosana Fernandes comments, but I like to think that this kitchen works as a communication bridge between communities.”

This is how other partners joined, such as the Makobo Platform, Edimade – a construction company – and Coca-Cola, which committed to the sustainability project through recycling and offered around 2,000 bottles. The total cost of the work is around 900,000 meticais.

About 700 people were directly involved in the construction. And today, soups are already being made in this kitchen for the boys of the Pequenos Libombos Community School. With the blessing of the communities of Hulene B and Massaca, the heart of Greater Maputo is all there. 🐾

## Com a bênção das comunidades de Hulene B e Massaca, o coração da Grande Maputo está todo lá.

With the blessing of the communities of Hulene B and Massaca, the heart of Greater Maputo is all there.







# BE GIRL E O CAMINHO PARA O BEM-ESTAR FEMININO

## BE GIRL AND THE PATH TO FEMALE WELL-BEING

Conhecer alguém com um pensamento disruptivo dá esperança. Mas mais do que isso, acaba por contagiar quem ouve ou lê a sua história. Diana Sierra concretiza o lugar-comum de alguém que virou o seu mundo ao contrário para tornar o caminho de milhares de raparigas num trajecto mais feliz. Preparados para percorrer o maravilhoso caminho do bem-estar feminino?

Tudo começou com uma viagem ao Uganda em 2012, quando Diana Sierra, na altura estudante da Columbia University, fez um intercâmbio para desenvolver um projecto numa zona rural. Enquanto desenvolvia a sua pesquisa, percebeu que muitas jovens estavam à procura de trabalhos diferentes daqueles que realizavam nas machambas. “Questionei-me o porquê de aquelas raparigas não estarem a ir para a escola”, partilha. Foi ao ouvir a explicação de dezenas de raparigas que Sierra percebeu a relevância da dignidade menstrual.

Meeting someone with disruptive thinking gives hope. But more than that, it ends up infecting those who hear or read their story. Diana Sierra embodies the commonplace of someone who turned her world upside down to make the path of thousands of girls a happier one. Ready to take the wonderful path of female well-being?

It all started with a trip to Uganda in 2012, when Diana Sierra, then a student at Columbia University, went on an exchange to develop a project in a rural area. While developing her research, she realized that many young women were looking for different jobs from those they were doing in the fields. “I wondered why those girls weren’t going to school,” she shares. It was when hearing the explanations from dozens of girls that Sierra realized the relevance of menstrual dignity. After all, whenever

**TEXTO** TEXT:  
ELIANA SILVA  
**FOTO** PHOTO:  
DILAYLA  
ROMUALDO

**A Be Girl trabalha para um mundo onde a menstruação é considerada bela e onde o factor do género não interfere nas oportunidades.**

Be Girl works for a world where menstruation is considered beautiful and where the gender factor does not interfere with opportunities.

Afinal sempre que aquelas jovens estivessem de período deixavam de ir à escola, porque não tinham qualquer produto para geri-lo.

Depois de regressar a Nova Iorque, a colombiana decide abandonar o conforto e a segurança do seu trabalho na Panasonic como designer industrial e cria uma empresa de design que desenvolve produtos menstruais inovadores, bonitos e acessíveis a todas as raparigas, feitos com materiais de qualidade para permitir o maior conforto, cuidando das raparigas e do meio ambiente.

A Be Girl trabalha para um mundo onde a menstruação é considera-

those girls were on their period, they stopped going to school, because they didn't have any product to manage it.

After returning to New York, the Colombian decides to abandon the comfort and safety of her work at Panasonic as an industrial designer and creates a design company that develops innovative, beautiful and accessible menstrual products for all girls, made with quality materials, to allow for the greatest comfort, taking care of the girls and the environment.

Be Girl works for a world where menstruation is considered beau-

**1** Empoderamento através do design foi a resposta de Diana Sierra à falta de protecção sanitária e educação sobre saúde e higiene menstrual. Empowerment through design was Diana Sierra's answer to the lack of health protection and education on menstrual health and hygiene.

**2** Em Moçambique, a Be Girl já chegou a mais de 44 mil adolescentes. In Mozambique, Be Girl has reached more than 44,000 adolescents.





## Mais do que vender produtos de higiene feminina, a nossa preocupação passa por empoderar rapazes e raparigas com informação sobre o ciclo menstrual.

More than selling feminine hygiene products, our concern is to empower boys and girls with information about the menstrual cycle. “”

da bela e onde o factor do género não interfere nas oportunidades. “Qualquer rapariga tem o que é necessário para conquistar o mundo. Acima de tudo, é importante que cada uma delas saiba que vale por si só”, é assertiva Diana.

O projecto já nasceu a pensar no contexto moçambicano, especialmente pelas características demográficas, já que mais de metade da população é feminina e tem menos de 18 anos. Porque a história de Diana se funde com o crescimento da Be Girl é com entusiasmo que a ouvimos a contar cada capítulo deste projecto. “Na primeira campanha que desenvolvemos cá, ao longo de seis meses, educámos mais de 15 mil raparigas (e rapazes) na zona peri-urbana de Maputo e recolhemos dados sobre qual era a percepção sobre o período. Mais do que vender produtos de higiene feminina, a nossa preocupação passa por empoderar rapazes e raparigas com informação sobre o ciclo menstrual, mostrando o quão importante é a menstruação para que a humanidade seja possível e o papel que rapazes e homens devem assumir na luta contra estigmas e tabus. Enquanto desenvolvíamos o nosso trabalho, vimos que essa mensagem ia gradualmente sendo passada e as pessoas estão cada vez mais confortáveis com o que transmitimos e com a nossa marca”. Hoje, a Be Girl já chegou a mais de 150 mil raparigas com alternativas de gestão menstrual em mais de 30 países contribuindo para dignidade menstrual de todas elas, e em Moçambique foram alcançados mais de 44 mil adolescentes. O empoderamento através do design foi a resposta de Diana Sierra à falta de protecção sanitária e educação sobre saúde e higiene menstrual de milhares de jovens mulheres. 🌱

tiful and where the gender factor does not interfere with opportunities. “Any girl has what it takes to conquer the world. Above all, it’s important that each one of them know they have worth,” Diana says.

The project was born thinking of the Mozambican context, especially due to demographic characteristics, as more than half of the population is female and under 18 years of age. Because Diana’s story merges with Be Girl’s growth, it’s with excitement that we hear her tell each chapter of this project. “In the first campaign we developed here, over six months, we educated more than 15,000 girls (and boys) in the suburban area of Maputo and collected data on how they perceived their period. More than selling feminine hygiene products, our concern is to empower boys and girls with information about the menstrual cycle, showing how important menstruation is for humanity to be possible and the role that boys and men must assume in the fight against stigmas and taboos. As we developed our work, we saw that this message was gradually being passed on and people are increasingly comfortable with what we convey and with our brand.” Today, Be Girl has reached more than 150,000 girls with menstrual management alternatives, in more than 30 countries, contributing to the menstrual dignity of all of them, and in Mozambique more than 44,000 adolescents were reached. Empowerment through design was Diana Sierra’s answer to the lack of health protection and education on menstrual health and hygiene of thousands of young women. 🌱

# NA ROTA DOS CABELOS

## ON THE HAIR ROUTE



**TEXTO** TEXT:  
MAGDA ARVELOS  
**FOTO** PHOTO:  
DILAYLA ROMEO

Cabelos. Encaracolados, lisos ou ondulados, compridos ou curtos, eles andam na cabeça e na mente das mulheres, literal e figurativamente. Eles adornam, compõem um visual, marcam a diferença e, acima de tudo, são os melhores aliados para elevar a auto-estima.

A última década tem sido particularmente abençoada para o mercado dos cabelos. Das extensões às próteses, passando pelas perucas, várias foram as inovações nesta área, para deleite principalmente das amantes das mudanças de visual. E Moçambique é um actor predominante nesta “rota dos cabelos”, a julgar pela quantidade de lojas e salões de cabeleireiro especializados na venda e aplicação deste, que já é considerado praticamente um produto indispensável.

Tânia Manguela e Yumna Yuzna são duas mulheres com percursos diferentes, mas que abraçaram o negócio dos cabelos. A primeira é dona da Winnies Fashion, uma loja de vestuário, mas que com o tempo se especializou na venda de perucas e próteses, mas também na costura e renovação das mesmas. Já Yumna é dona

Hair. Curly, straight or wavy, long or short, they are on women’s heads and minds, literally and figuratively. They embellish, create a look, make a difference and, above all, are the best allies when raising your self-esteem.

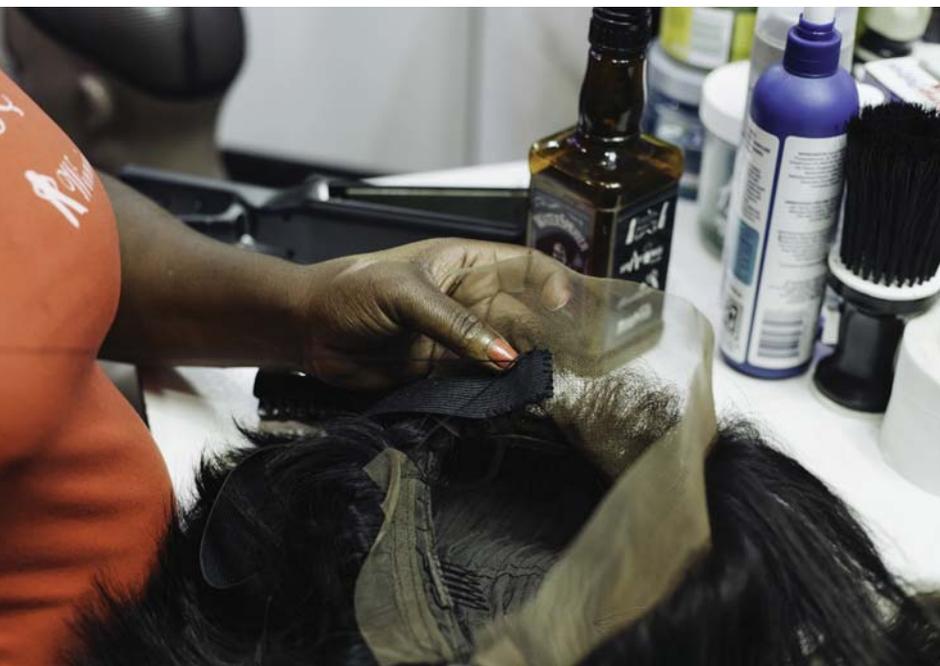
The last decade has been particularly blessed for the hair care market. From extensions to applications, passing through wigs, there have been several innovations in this area, mainly to the delight of those who love to change their looks. And Mozambique is a predominant player in this “hair route”, judging by the number of shops and hairdressing salons specialized in the sale and application of hair, which is already considered practically an indispensable product.

Tânia Manguela and Yumna Yuzna are two women with different paths, but who embraced the hair business. The first is the owner of Winnies Fashion, a clothing store, but which over time has specialised in the sale of wigs and applications, but also in

**Alinhados ao longo da via, são às dezenas os carros que usam as bagageiras como mostruário para atrair quem vai à procura das novidades.**

Lined along the road, there are dozens of cars that use the luggage compartments as a showcase to attract those who are looking for new items.





## O negócio dos cabelos movimenta hoje centenas de milhares de meticais.

The hair business today moves hundreds of thousands of meticais.

do salão Bellehair, especializado na aplicação de próteses e cabelos em saia, e que conta também com a componente de venda. Cada uma importa os cabelos de países diferentes – Tânia da Índia e Yumna da China – mas ambas têm em comum a fidelidade das suas clientes, facto que é atestado pelo elevado número de encomendas e pela rapidez com que os cabelos “voam” das prateleiras.

Mas - como se diz por aí - quanto custa andar com “a cabeça em dia”? Depende muito do bolso da freguesia, já que os mínimos variam em função do estabelecimento. Mas também depende do que se pretende. É possível comprar uma extensão ou uma peruca por 1,500 meticais, mas as próteses mais acessíveis rondam aos 4.000 a 5.500 meticais.

Engana-se quem pensa que só nas lojas e salões são adquiridos os cabelos. Também em algumas ruas da Baixa da cidade de Maputo, para dar um exemplo, que fervilham com actividade comercial, é possível encontrar “o cabelo certo”. Alinhados ao longo da via, são às dezenas os carros que usam as bagageiras como mos-

sewing and renovating them. Yumna, on the other hand, owns the Bellehair salon, specialising in the application of clip-ins and weaves, and which also has a sales component. Each imports hair from different countries – Tânia from India and Yumna from China – but both share the loyalty of their customers, a fact that is attested by the high number of orders and the speed with which the hair “flies” off the shelves.

But - as the saying goes - how much does it cost to have an “up to date head”? It depends a lot on the customer’s pocket, as the minimum price varies depending on the establishment. But it also depends on what you want. It is possible to buy an extension or a wig for 1,500 meticais, but the most affordable applications are around 4,000 to 5,500 meticais.

It is a mistake to think that hair can only be purchased in stores and salons. Also in some streets of downtown Maputo, to give an example, teeming with commercial activity, it is possible to find “the right hair”. Lined along the road, there are dozens



truário para atrair quem vai à procura das novidades. E clientes não faltam!

Porém, numa era de libertação e aceitação dos cabelos naturais, em especial os crespos, será esta uma moda passageira? As nossas duas entrevistadas acreditam que não. “Mesmo a mulher que usa os seus cabelos naturais, crespos ou afro, depois de algum tempo quer mudar de visual. Se tem uma cerimónia ou casamento quer estar diferente e coloca uma peruca ou prótese”, afirma Tânia. Já Yumna defende que “o negócio dos cabelos tem sempre inovações. Começámos com as extensões, passámos para as perucas e agora para as próteses, e acredito que teremos mais evoluções futuramente. As crespas não são uma ameaça porque um dia elas também vão querer usar as próteses”.

Moda ou não, o certo é que o negócio dos cabelos movimenta hoje centenas de milhares de meticais, e é uma fonte segura de rendimento, principalmente para muitas jovens empreendedoras e, só por isso, já é algo para “manter na cabeça”! 🐾

of cars that use the luggage compartments as a showcase to attract those who are looking for new items. And customers abound!

However, in an era of liberation and acceptance of natural hair, especially frizzy ones, is this a fad? Our two interviewees believe it isn't. “Even a woman who wears her natural hair, curly or afro, after a while wants to change her look. If you have a ceremony or wedding, you want to be different and put on a wig or application,” Tânia says. Yumna argues that “the hair business always has innovations. We started with extensions, moved to wigs and now to applications, and I believe we will have more evolutions in the future. The customers with curly hair are not a threat because one day they will also want to use the applications.”

Fad or not, what is certain is that the hair business today moves hundreds of thousands of meticais, and it is a safe source of income, especially for many young entrepreneurs and, for that reason alone, it is something to “keep in mind”! 🐾





PALETELAS MZ

# COM QUANTAS PALETES SE FAZ UM LAR?

## HOW MANY PALLETS DO YOU MAKE A HOME WITH?



É no trabalho com a madeira que a Paletelas MZ se tem estado destacar no mercado moçambicano. A partir da madeira pinho montam – num belíssimo trabalho de marcenaria e design - móveis luxuosos.

Com apenas dois anos de existência, a Paletelas MZ já granjeou simpatia de muitos clientes, sobretudo da capital do país. Fazem produtos como armários para salas, quartos, cozinhas, bandejas, sofás para varandas, reques para televisão e uma variedade de molduras.

O *design* inovador torna matérias como madeiras bases para objectos extraordinários, a misturar tradição e modernidade fazem nascer objectos de luxo, com registo também de inspiração estrangeira, como faz saber Rachid Maboia, gestor e proprietário

It is through woodworking that Paletelas MZ has stood out in the Mozambican market. From pine wood, they assemble – in a beautiful work of carpentry and design – luxurious furniture.

At just two years of existence, Paletelas MZ has already won the admiration of many customers, especially in the country's capital. They make products such as cabinets for living rooms, bedrooms, kitchens, trays, sofas for balconies, TV cabinets and a variety of picture frames.

The innovative design makes materials such as wood the basis for extraordinary objects, mixing tradition and modernity to give rise to luxury objects, also with a touch of foreign inspiration, as Rachid Maboia, manager and owner of Paletelas MZ, explains.

**TEXTO** TEXT:  
HERMENE GILDO  
LANGA  
**FOTO** PHOTO:  
RICARDO FRANCO



## A ideia é fazer algo diferente, trazendo uma inovação para sociedade.

The idea is to do something different, bringing innovation to society. “

da Paletelas MZ. “A nossa maior inspiração vem de certos fabricantes brasileiros, seguimos muito mais a moda brasileira. O nosso foco é trazer objectos cada vez mais modernos para sociedade”. Mas não são apenas eles que pensam. Há sempre espaço para que quem lhes procura os serviços possa materializar objectos imaginados. “A ideia é fazer algo diferente, trazendo uma inovação para sociedade ou nova forma de fazer as coisas, fugindo um pouco do tradicional”, explica.

A olhar para o futuro, a Paletelas MZ quer continuar a inovar e a ajudar a transformar casas em lares. Se é verdade que quem faz os lares são as pessoas, não é menos verdade que a mobília torna o lar um lugar mais agradável de estar. 🌿

“Our biggest inspiration comes from certain Brazilian manufacturers. We follow Brazilian fashion a lot more. Our focus is to bring more and more modern objects to society.” But it’s not just them who think about the pieces. There is always space for those looking for custom projects, to materialise imagined objects. “The idea is to do something different, bringing innovation to society or a new way of doing things, getting away from the traditional,” he explains.

Looking to the future, Paletelas MZ wants to continue to innovate and help transform houses into homes. If it is true that its is the people who make a home, it is no less true that furniture makes the home a more pleasant place to be. 🌿

**CESTAS DATHONGA**  
DATHONGA BASKETS

# O SEGREDO DA RAIZ

## THE ROOT SECRET

**TEXTO** TEXT:  
MAGDA ARVELOS  
**FOTO** PHOTO:  
JAY GARRIDO

### UM NOME ORIGINAL

#### AN ORIGINAL NAME

De origem Bitonga, Dina Márcia Nangy é a mente – e também as mãos – por detrás das cestas Dathonga, que remontam a 2003. A palavra Dathonga significa “daquela pessoa Thonga”, referindo-se aos naturais da província de Inhambane.

Of Bitonga origin, Dina Márcia Nangy is the mind – and also the hands – behind Dathonga baskets, which date back to 2003. The word *dathonga* means “of that Thonga person”, referring to the natives of the province of Inhambane.

### MISTURA DE MATERIAIS

#### MIXED MATERIALS

Fibra de palmeira Llala – a mais apropriada para a cestaria – couro e tintas naturais provenientes da floresta moçambicana e outras processadas compõem a lista dos materiais destas cestas. A inspiração para a escolha das cores usadas provém, na maioria, dos animais marinhos do Oceano Índico.

Llala palm fiber – the most suitable for basketry – leather and natural dyes from the Mozambican forest and other processed ones make up the list of materials for these baskets. The inspiration for the choice of colours used comes mostly from marine animals in the Indian Ocean.

### A INTERNACIONALIZAÇÃO

#### INTERNATIONALISATION

Produzidas no Tofo, província de Inhambane, as cestas Dathonga já conquistaram Moçambique e o mundo às mãos dos seus inúmeros fãs nacionais e estrangeiros.

Produced in Tofo, Inhambane province, Dathonga baskets have already conquered Mozambique and the world at the hands of their numerous domestic and foreign fans.

### EMPODERAMENTO COMUNITÁRIO

#### COMMUNITY EMPOWERMENT

Têm origem nas cestas tradicionais moçambicanas e a produção conta com a ajuda de mulheres das comunidades rurais. A estas comunidades, e outras nas quais actua, a Dathonga paga não só com dinheiro, mas com formações e acções de voluntariado, através do programa “Design for Social impact”.

They originate from traditional Mozambican baskets and their production is supported by women from rural communities. To these communities, and others in which it operates, Dathonga pays not only with money, but with training and volunteer activities, through the “Design for Social Impact” programme.

### MODELOS PARA TODAS AS OCASIÕES

#### MODELS FOR ALL OCCASIONS

Elas desfilam pela praia, mercearias e supermercados, enfeitam um passeio no parque ou qualquer outra ocasião do dia-a-dia. Existem numa diversidade de modelos e têm nomes sonantes como Thonga, Zambezi, Kwenga, Beach ou Tribe, e a queridinha é a Nhafoto.

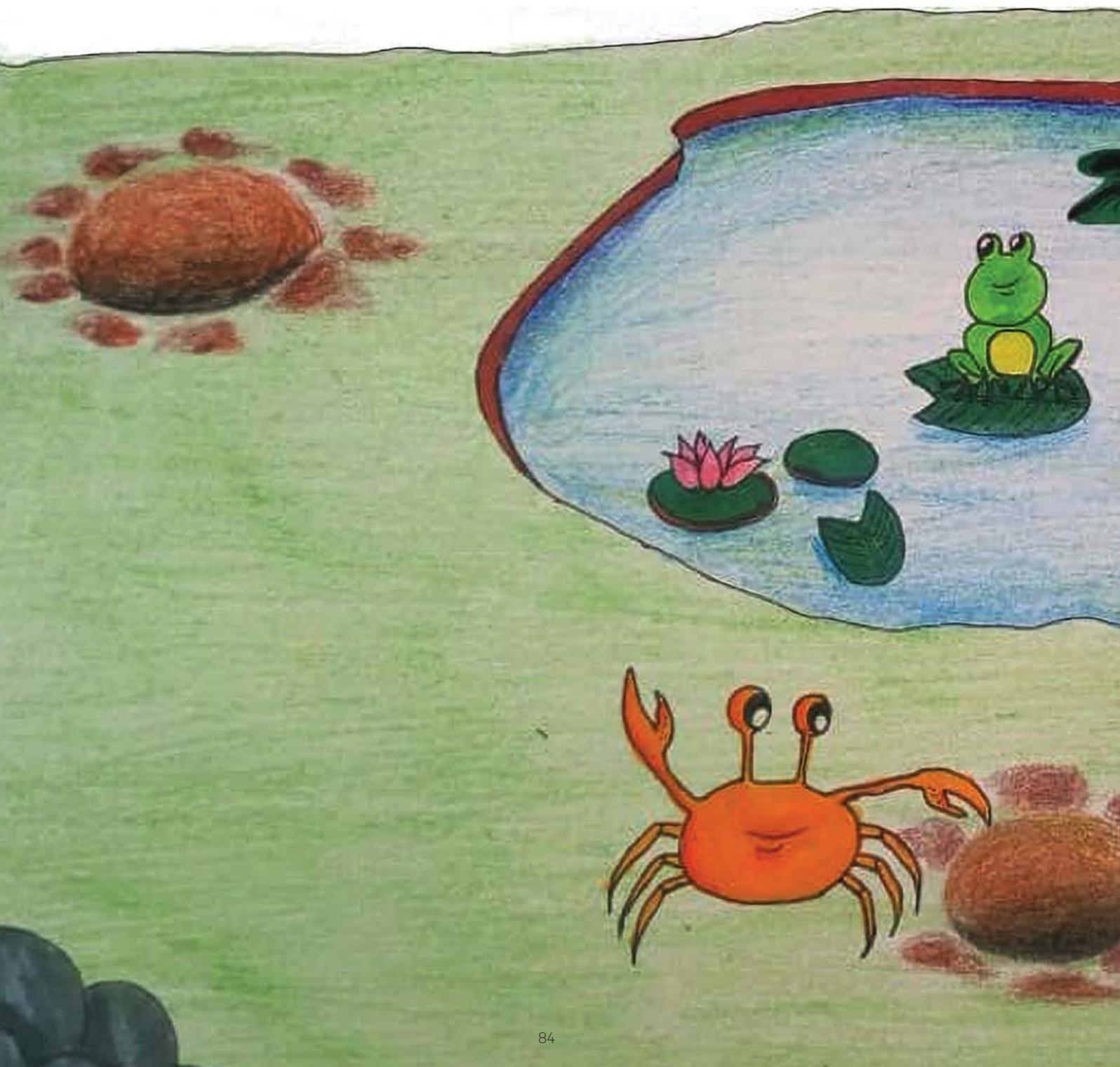
They are present along the beach, grocery stores and supermarkets, decorate a walk in the park or any other everyday occasion. There are a variety of models and they have big names like Thonga, Zambezi, Kwenga, Beach or Tribe, and the darling is Nhafoto.



**NOTA DO EDITOR** EDITOR'S NOTE

Um novo universo é agora aberto, universo mágico, construído e habitado por crianças. Contos infantis, escritos e ilustrados por elas (as crianças), mas que também podem ser lidos por adultos para (re)descobrirem a magia da inocência na infância. Em todas as edições, há um encontro marcado neste espaço, que é agora uma parceria entre a Revista Índico e a Editora Fundza.

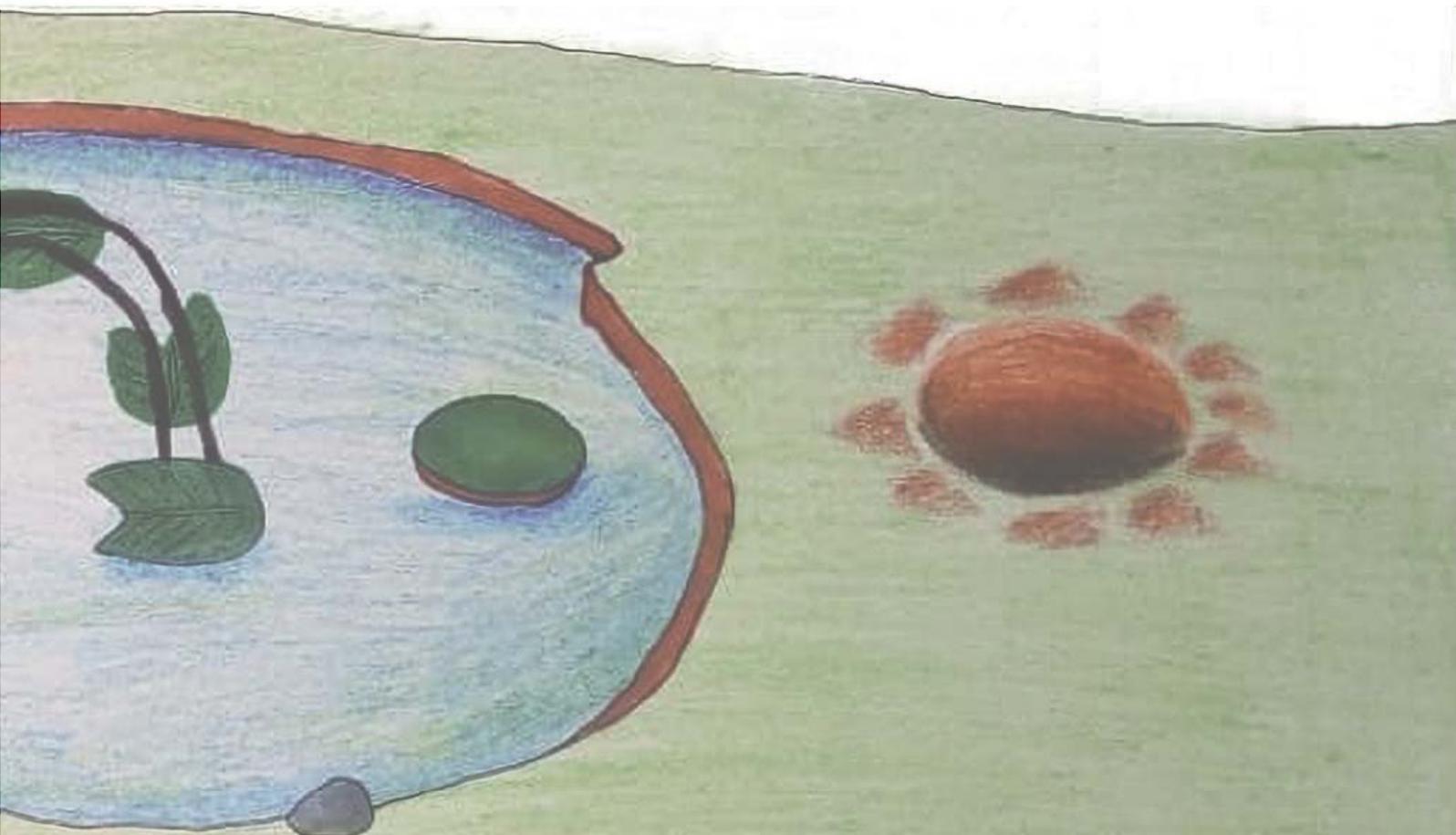
A new universe is now open, a magical universe, built and inhabited by children. Children's stories, written and illustrated by them (the children), but which can also be read by adults, to (re)discover the magic of their childhood innocence. In all editions, there is a meeting scheduled in this space that is a partnership between Índico Magazine and Editora Fundza.



# O SAPO E O CARANGUEJO

## THE FROG AND THE CRAB

TEXTO TEXT:  
BEATRIZ NAENE, 11 ANOS YEARS OLD  
ILUSTRAÇÃO ILLUSTRATION:  
CLEIDE CONGA 13 ANOS YEARS OLD



Era uma vez, o sapo e o caranguejo eram grandes amigos. Num dia, os dois amigos encontraram uma lagoa que nunca secava. Então, o sapo e o caranguejo ficaram muito contentes. Os dois sempre se divertiam e se alimentavam na lagoa. Um dia, o caranguejo, maravilhado com a lagoa, quis advertir o sapo: — Meu amigo, nós não conhecemos quem fez essa lagoa. Imagine que o dono venha e decida expulsar-nos ou secar esta água, o que seria de nós? Temos que encontrar alternativas para a nossa sobrevivência. O caranguejo começou a abrir buracos à volta da lagoa. Se um dia, a água secasse, ele teria um lugar seguro para se esconder. Mas o sapo não levou a ideia do amigo caranguejo a sério. Continuou a divertir-se. Chegou o tempo de seca, a chuva ficou dois anos sem cair e a lagoa secou. O sapo começou a saltitar pela lagoa sem água. Os corvos, cobras, águias e outros animais começaram a atacar o sapo e seus descendentes. Os caranguejos, sãos e salvos, refugiavam-se nos buracos. 🐸

Once upon a time, the frog and the crab were great friends. One day, the two friends found a pond that never ran dry. So the frog and the crab were very happy. The two always had fun and fed in the pond. One day, the crab, marveling at the pond, wanted to warn the frog: “My friend, we don’t know who made this pond. Imagine that the owner comes and decides to expel us or to dry this water, what would become of us? We have to find alternatives for our survival. The crab began to dig holes around the pond. If one day the water dried up, it would have a safe place to hide. But the frog didn’t take his crab friend’s idea seriously. It continued to enjoy itself. The time of drought arrived, the rain did not fall for two years and the lake dried up. The frog began to hop across the waterless pond. Crows, snakes, eagles and other animals began to attack the frog and its offspring. The crabs, safe and sound, took refuge in the holes. 🦀

CELEBRATING TRAVEL EXCELLENCE  
SINCE 1993



## **Africa's Leading Inflight Magazine 2021**

**Índico (LAM - Mozambique Airlines)**

This certifies that the holder has been nominated for this award  
in the 28<sup>th</sup> annual World Travel Awards.

GRAHAM E. COOKE

Founder

[worldtravelawards.com](http://worldtravelawards.com)



# MUNDO LAM

## LAM'S WORLD

### O ÚLTIMO VOO DO COMANDANTE BENTO PACHO

CAPTAIN BENTO PACHO'S  
LAST FLIGHT

### HOMENAGEM A... ISAÍAS MUBONE

TRIBUTE TO...  
ISAÍAS MUBONE

### PERFIL DO FUNCIONÁRIO

EMPLOYEE PROFILE

### COMO COMPRAR O SEU BILHETE ONLINE

HOW TO BUY YOUR TICKET  
ONLINE

### FLAMINGO CLUB





TEXTO TEXT:  
LAM  
FOTO PHOTO:  
CEDIDAS PELAS  
FDS COURTESY  
OF FDS

## O ÚLTIMO VOO DO COMANDANTE BENTO PACHO CAPTAIN BENTO PACHO'S LAST FLIGHT

O comandante Bento Pacheco encerrou, com júbilo, dia 20 de Junho de 2021, em Maputo, a sua longa e briosa carreira, enquanto piloto de aviação comercial.

Justamente na data em que celebrou o seu sexagésimo quinto (65º) aniversário, o comandante fez aterrar pela última vez, no Aeroporto Internacional de Maputo, o Boeing 737-700, que tocou a pista às 16:09 horas, ido de Pemba.

Os momentos a seguir foram de ovação a este aviador cuja carreira iniciou-se na Força Aérea Moçambicana, em 1976. O primeiro acto coube às Forças de Salvação Pública (Bombeiros), afectas aos Aeroportos de Moçambique, que deram as boas-vindas à aeronave com jactos de água. Depois, foi a salva de palmas quando o comandante Pacheco, como é carinhosamente tratado, abriu a janela da cabine de pilotagem e acenou para o exterior.

Já em terra, após o desembarque da aeronave, teve a saudação de parte do Presidente do Conselho de Administração do IACM – Instituto de Aviação Civil de Moçambique, Comandante João de Abreu, que procedeu à recolha das insígnias de Navegante Técnico, terminologia pela qual são designados os pilotos.

Esse momento liderado pela autoridade máxima da aviação civil moçambicana simbolizou o encerramento da carreira do comandante Bento Pacheco, que contabilizou vinte e oito mil e trezentas e quarenta horas (28.340) de voo, das quais vinte e seis mil e quinhentas e dezasseis horas (26.516)

Captain Bento Pacheco concluded with joy, on 20 June, 2021, in Maputo, his long and proud career as a commercial aviation pilot.

Precisely on the date he celebrated his sixty-fifth (65th) birthday, the captain landed for the last time at Maputo International Airport the Boeing 737-700, which touched down at 4h09 pm, from Pemba.

The following moments were of celebration for this aviator whose career began in the Mozambican Air Force, in 1976. The first act was performed by the Public Salvation Forces (firefighters), assigned to Mozambique Airports, who welcomed the aircraft with water jets. Then there was a round of applause when Captain Pacheco, as he is affectionately treated, opened the cockpit window and waved to the outside. On the ground, after disembarking the aircraft, he received the usual greeting from the Chairman of the Board of Directors of the IACM – Mozambique Civil Aviation Institute, Captain João de Abreu, who collected the Technical Navigators insignia, the terminology by which pilots are known.

This moment, led by the highest authority of Mozambican civil aviation, symbolized the end of the career of Captain Bento Pacheco, who accounted for twenty-eight thousand, three hundred and forty hours (28,340) of flight, of which twenty-six thousand, five hundred and sixteen hours (26,516) were achieved at LAM and the remaining in the Mozambican Air Force.

"Captain Pacheco's departure does not worry us, as he leaves an important legacy in the company, in which he also taught several colleagues to fly

foram alcançadas na LAM e as restantes na Força Aérea de Moçambique.

“A saída do comandante Pachos não nos inquieta, pois ele deixa um legado importante na companhia, na qual ensinou vários colegas também a voar ao longo da sua carreira”, referiu, na ocasião, João Carlos Pó Jorge, Director Geral da LAM.

Visivelmente emocionado, o Comandante Bento Pachos disse que o momento representa uma mistura de alegria e tristeza, uma vez que deixa de fazer o que gosta por conta da idade.

“Ainda tenho forças para voar, mas continuarei a trabalhar noutros campos da aviação. Agradeço a nação moçambicana que me deu o privilégio de voar dentro dela, aos meus pais, instrutores nacionais e estrangeiros, à LAM e à minha família, que suportou ficar sozinha enquanto eu viajava”, frisou.

Importa referir que, como piloto, Bento Pachos fez parte de tripulações das aeronaves Boeing 737-200, Boeing 737-300, Fokker 100, Embraer 190, Boeing 737-500 e Boeing 737-700, nas quais chegou à categoria de Comandante, para além do McDonnell Douglas DC10 em que foi co-piloto e Engenheiro de Voo. ✈

throughout his career,” João Carlos Pó Jorge, LAM’s Managing Director said at the time.

Visibly moved, Captain Bento Pachos said that the moment represents a mixture of joy and sadness, as he stops doing what he likes due to age.

“I still have the strength to fly, but I will continue to work in other fields of aviation. I thank the Mozambican nation that gave me the privilege of flying within it, my parents, national and foreign instructors, LAM and my family, who endured being alone while I travelled,” he stressed.

It should be noted that, as a pilot, Bento Pachos was part of the crews of the Boeing 737-200, Boeing 737-300, Fokker 100, Embraer 190, Boeing 737-500 and Boeing 737-700 aircraft, in which he reached the category of Captain, in addition to the McDonnell Douglas DC10 in which he was co-pilot and Flight Engineer. ✈

## EM CELEBRAÇÃO DOS 41 ANOS DA EMPRESA

# LAM CONDECORA 110 COLABORADORES

## CELEBRATING 41 YEARS OF THE COMPANY

# LAM AWARDS 110 EMPLOYEES

A LAM - Linhas Aéreas de Moçambique, no âmbito das celebrações do seu 41º aniversário, condecorou, no dia 14 de Maio, em Maputo, 110 colaboradores que têm 20, 25, 30 e 35 anos de serviços prestados à empresa. Os mesmos receberam medalhas e diplomas condecorativos.

A cerimónia foi orientada pelo Director-Geral da LAM, João Carlos Pó Jorge, que, na ocasião, explicou tratar-se de um reconhecimento feito aos trabalhadores pela sua dedicação e tempo de serviço prestado e, em especial, por darem seguimento às orientações do patrono da Empresa, o herói nacional Marcelino dos Santos, com o objectivo de tornar a LAM em Companhia de Bandeira Nacional. “Todos nós, vinculados a esta empresa, hoje, de forma particular, assinalamos a nossa existência profissional que contribui para criar o legado da LAM, cuja importância, pertinência e impacto no progresso de Moçambique e desenvolvimento dos moçambicanos é evidente. Hoje, a efeméride marca o reconhecimento disso e aos colegas que perderam a vida nestes últimos 18 meses”, explicou João Carlos Pó Jorge.

Por sua vez, o Secretário do Comité da Empresa, Alexandre Mulima, enalteceu o desejo de ver todos os condecorados com uma vida cada vez mais activa na empresa, por estarem a representar a essência da LAM e cumprirem com zelo a missão da Companhia. ✈

LAM - Mozambican Airlines, within the scope of its 41st anniversary celebrations, awarded, on 14 May, in Maputo, 110 employees who have 20, 25, 30 and 35 years of service to the company. They received medals and award diplomas.

The ceremony was hosted by LAM’s Managing Director, João Carlos Pó Jorge, who, on the occasion, explained that it was a recognition given to the workers for their dedication and time of service and, in particular, for following up on the guidelines of the Company’s patron, national hero Marcelino dos Santos, with the aim of turning LAM into a Flag Company.

“All of us associated to this company, today, in a particular way, highlight our professional existence that contributes to establishing LAM’s legacy, whose importance, relevance and impact on the progress of Mozambique and the development of Mozambicans is evident. Today, the anniversary marks the recognition of those efforts and the colleagues who lost their lives in these last 18 months,” João Carlos Pó Jorge explained.

In turn, the Company Committee Secretary, Alexandre Mulima, highlighted his wish to see all those awarded with an increasingly active life in the company, as they represent the essence of LAM and fulfill the company’s mission with zeal. ✈



## HOMENAGEM A TRIBUTE TO

ISAÍAS MUBONE

# UMA CARREIRA A RESPEITAR ETAPAS

## A CAREER RESPECTING STAGES

**TEXTO** TEXT:  
HERMENEGILDO  
LANGA

**FOTO** PHOTO:  
JAY GARRIDO

Sonhar não é o bastante, é preciso determinação para conseguir o que se deseja. É o que aprendemos quando olhamos para o percurso de Isaías Mubone, que desde cedo lutou por um emprego que lhe proporcionasse paz e estabilidade.

Trabalhou primeiro com ensino. Mas foi nas Linhas Aéreas de Moçambique (LAM) onde encontrou a realização. Nascido no distrito de Chibabava, província de Sofala, numa aldeia onde as oportunidades eram quase inexistentes, Isaías ingressa na LAM em 1984 como carregador. Mas “em 1985 fui a vida militar na quinta brigada da Infantaria Motorizada, enquanto continuava os meus estudos no período nocturno e a trabalhar ainda como carregador”.

E graças a sua dedicação, não tardou para ter a primeira progressão na carreira. “Um tempo depois realizei funções de porta-valores, depositava as receitas da empresa”. Volvido mais algum tempo, foi transferido para o Aeroporto da Beira, local onde está afecto até hoje.

Actualmente a trabalhar como técnico tesoureiro de nível 2, e com 36 anos de serviço, a fonte olha para o seu percurso com entusiasmo. “Tive muitos momentos marcantes, principalmente quando tive a primeira condecoração após completar 20 anos de serviço.” 🇸🇰

Dreaming is not enough. It takes determination to get what you want. This is what we learn when we look at the path Isaías Mubone has taken, who from an early age struggled for a job that would provide him with peace and stability.

He worked first with teaching. But it was at Mozambican Airlines (LAM) where he found fulfillment. Born in Chibabava district, Sofala province, in a village where opportunities were almost non-existent, Isaías joins LAM in 1984, as a porter. But “in 1985, I went on to my military life, in the fifth brigade of the Motorised Infantry, while continuing my studies at night and still working as a porter.”

And thanks to his dedication, it didn't take long for his first career progression. “Some time later, I performed functions as a money carrier, depositing the company's revenues.” After a while, he was transferred to Beira Airport, where he is still employed to this day.

Currently working as a level 2 Technical Treasurer, and with 36 years of service, he looks at his career with enthusiasm. “I had many memorable moments, especially when I got my first decoration after completing 20 years of service.” 🇸🇰



**Tive a primeira  
condecoração  
após completar  
20 anos de  
serviço.**

I got my first  
decoration after  
completing 20 years  
of service. "

## PERFIL DO FUNCIONÁRIO EMPLOYEE PROFILE

TÂNIA BULHA

# "A LAM É A MINHA SEGUNDA CASA"

## "LAM IS MY SECOND FAMILY"

**TEXTO** TEXT:  
HERMENEGILDO  
LANGA  
**FOTO** PHOTO:  
JAY GARRIDO

Tânia Bulha desde adolescente já ambicionava trabalhar nas Linhas Aéreas de Moçambique (LAM) por influência de uma tia, então assistente de bordo. Quis o destino que ela – Tânia – entrasse para o ramo da aviação em 2005. “Primeiro trabalhei na MAHS, uma empresa de Handling provedora de serviços para LAM e a partir de 2009 fui convidada para fazer parte directamente da companhia, após a conclusão da minha licenciatura”, conta.

Tendo entrado para exercer as funções de chefe de escala e, mais tarde, gestora comercial na delegação da Beira, Tânia não esconde a sua satisfação por fazer parte desta companhia aérea, frisando que “a LAM é a minha segunda casa, sinto-me orgulhosa e realizada profissionalmente por fazer parte dela”. É a satisfação e realização profissional que não chegou ao acaso, é fruto da predisposição para o trabalho e um certo alento familiar. 🌱

Since she was a teenager, Tânia Bulha already aspired to work at Mozambican Airlines (LAM) under the influence of an aunt, who was then a flight attendant. As fate would have it, Tânia joined the aviation business in 2005. “First I worked at MAHS, a handling company providing services for LAM and in 2009, I was invited to join the company directly, after the completion of my degree,” she says.

Having become a Station Manager and, later, commercial manager at the Beira delegation, Tânia does not hide her satisfaction for being part of this airline, stressing that “LAM is my second home. I feel proud and professionally fulfilled because I am part of it.” The satisfaction and professional fulfillment did not happen by chance. They are the result of a willingness to work and family support. 🌱



**Sinto-me  
orgulhosa  
e realizada  
profissionalmente  
por fazer parte  
da LAM.**

I feel proud and  
professionally  
fulfilled for being part  
of LAM. **”**

# COMO COMPRAR O SEU BILHETE ONLINE

## HOW TO BUY YOUR TICKET ONLINE

Comprar o seu bilhete online é fácil, seguro e mais barato. Agora, além de comprar o seu bilhete online, pode também fazer a reserva e pagar a posteriori (book now pay later).

Aconselhamos sempre a efectuar a compra de passagens aéreas pela Internet com a máxima antecedência, de maneira a encontrar o melhor preço. Independentemente da antecedência, pela Internet tem um desconto de 5% em relação ao balcão.

Partilhamos consigo, Cliente Amigo, os passos a serem seguidos para comprar bilhetes online:

1. Aceda à página de Internet da LAM, em [www.lam.co.mz](http://www.lam.co.mz);
2. Vá a grelha de reservas que, por *default*, já se encontra no menu RESERVAS ONLINE;
3. Escolha a origem, o destino, a(s) data(s) da(s) viagem(ns), o número de passageiros, para cada tipo de passageiro, isto é, se é adulto, criança ou bebé. Escolha o tipo de viagem, se é só IDA ou IDA E VOLTA, ou ainda se é MULTI-DESTINOS, e prima em PESQUISAR VOOS;
4. Escolha a tarifa e o voo pretendidos e prima em CONTINUAR;
5. Preencha todos os dados do(s) passageiro(s) e prima em CONTINUAR;
6. Escolha PAGAR AGORA ou PAGAR A POSTERIORI;
7. Confirme que aceita os termos e as condições, colocando um "tick" no respectivo quadrado, e prima em CONTINUAR;

### NO CASO DE PAGAMENTO EM TEMPO REAL (BOOK NOW PAY NOW)

|| Caso tenha escolhido PAGAR AGORA, será encaminhado para a página de pagamentos onde deve colocar o *Card Holder* (nome que aparece no cartão de crédito/débito), o número do cartão, a data que expira e o CVV, que é o código secreto – são os últimos 3 ou 4 dígitos – que aparece no verso do cartão, e prima NEXT;

|| Após a confirmação do pagamento, irá receber dois e-mails, um com a confirmação da reserva (onde aparece o número do bilhete) e outro com a confirmação do pagamento (recibo *online*).

### NOTAS

|| O nosso sistema aceita apenas cartões de crédito VISA e MASTERCARD e de débito VISA ELECTRON;

|| Caso o Cliente nunca tenha usado o cartão para fazer pagamentos por Internet, aconselhamos a contactar o seu banco antes de efectuar a compra.

### EM CASO DE PAGAMENTO A POSTERIORI (BOOK NOW PAY LATER)

|| Caso tenha escolhido PAGAR A POSTERIORI, abrirá uma página contendo o código da reserva (PNR), o valor a pagar e o tempo limite para efectuar o pagamento. Receberá ainda a mesma informação por e-mail;

|| Para efectuar o pagamento por Internet, antes de expirar o tempo limite, o Cliente deve aceder à página [www.lam.co.mz](http://www.lam.co.mz) e escolher o menu GERIR RESERVAS;

|| Coloque o código da reserva e o apelido e prima em SUBMETER;

|| O sistema mostra uma página com os dados da reserva, de seguida escolha o campo PROSSEGUIR PARA PAGAMENTO;

|| Será encaminhado para a página de pagamentos onde deve colocar o *Card Holder* (nome que aparece no cartão de crédito/débito), o número do cartão, a data que expira e o CVV, que é o código secreto – são os últimos 3 ou 4 dígitos – que aparece no verso do cartão, e prima NEXT;

|| Após a confirmação do pagamento, irá receber dois e-mails, um com a confirmação da reserva (onde aparece o número do bilhete) e outro com a confirmação do pagamento (recibo *online*).

**NOTA:** O Cliente poderá efectuar o pagamento numa das lojas da LAM (dentro do tempo limite). Neste caso, o preço a pagar não será o mesmo do canal *online* (Internet), sofrendo um agravamento de cerca de 5%.

Buying your ticket online is easy, safe and cheaper. Now, in addition to buying your ticket online, you can also make a reservation and pay later (book now and pay later).

We always recommend that you purchase airline tickets online as much as in advance as possible, in order to find the best price. Regardless of the advance, online tickets have a 5% discount over regular counter tickets.

We share with you, Friendly Customer, the steps to be followed when buying tickets online:

1. Head to LAM's website at [www.lam.co.mz](http://www.lam.co.mz);
2. Go to the bookings table which by default is already on the ONLINE RESERVATIONS menu;
3. Select the origin, destination, travel date(s), the number of passengers for each type of passenger, i.e., whether an adult, a child or a baby. Choose the type of trip, whether ONE WAY or ROUNDTRIP or MULTIPLE DESTINATIONS, and press SEARCH FLIGHTS;
4. Pick the rate and the desired flight and press CONTINUE;
5. Fill in all passenger details and press CONTINUE;
6. Choose PAY NOW or PAY LATER;
7. Confirm that you accept the terms and conditions by placing a "tick" in its square, and press CONTINUE;

### IN CASE YOU WISH TO PAY NOW (BOOK NOW PAY NOW)

|| If you chose PAY NOW, you will be forwarded to the payment page where you should fill in the Card Holder name (name that appears on your credit/debit card), the card number, the expiration date and the CVV, which is the secret code - the last 3 or 4 digits - that appear on the back of the card, and click NEXT;

|| Upon confirmation of payment, you will receive two emails, one with the booking confirmation (where the ticket number appears) and another with the payment confirmation (online receipt).

### NOTE

|| Our system only accepts VISA and MASTERCARD credit cards and VISA ELECTRON debit cards;

|| If the client has never used the card to make online payments, we advise you to contact your bank before making the purchase.

### IN CASE YOU WISH TO PAY LATER (BOOK NOW PAY LATER)

|| If you chose PAY LATER, a page will open containing the reservation code (PNR), the amount payable and the time limit for payment. You will also receive the same information by e-mail;

|| To pay online before expiry of the time limit, the Client must access the page [www.lam.co.mz](http://www.lam.co.mz) and choose the menu MANAGE RESERVATIONS;

|| Insert the reservation code and the last name and press SUBMIT;

|| The system will display a page with the reservation details. Then select the field PROCEED TO PAYMENT;

|| You will be forwarded to the payment page where you should fill in the Card Holder name (name that appears on your credit/debit card), the card number, the expiration date and the CVV, which is the secret code - the last 3 or 4 digits - that appear on the back of the card, and click NEXT;

|| Upon confirmation of payment, you will receive two emails, one with the booking confirmation (where the ticket number appears) and another with the payment confirmation (online receipt).

**NOTE:** The Client will be able to make the payment in one of LAM's stores (within the time limit). In this case, the price to pay will not be the same as the one online, with an increase of around 5%.

## FLAMINGO CLUB

### PROGRAMA DE PASSAGEIRO FREQUENTE FREQUENT FLYER PROGRAM

O Flamingo Club é o programa de passageiro frequente da LAM e foi concebido para oferecer aos seus membros privilégios especiais como expressão do apreço pela sua fidelidade.

Ao tornar-se membro do Flamingo Club ganha pontos por voar na LAM, pontos que poderão ser trocados por bilhetes grátis na LAM. Terá ainda inúmeras vantagens ao utilizar os serviços dos parceiros do programa.

Para ser membro do programa de passageiro frequente da LAM, Flamingo Club Singular Classic, e/ou Corporate, preencha a ficha de adesão disponível na página [www.lam.co.mz](http://www.lam.co.mz).

Após o preenchimento, anexe a capa de, pelo menos, um bilhete utilizado na LAM nos últimos seis meses e entregue em qualquer representação da LAM. Poderá ainda enviá-lo para o Flamingo Club da LAM através do endereço abaixo ou pode fazer o registo no *website* da LAM: Edifício-Sede da LAM

Largo da DETA, nº 113  
Telefone: +258 21 468 783 ou +258 21 360 841/2  
E-mail: [flamingoclub@lam.co.mz](mailto:flamingoclub@lam.co.mz)  
[www.lam.co.mz](http://www.lam.co.mz)  
Maputo – Moçambique

Para obter o cartão Flamingo VISA, preencha o formulário de adesão e entregue num balcão do Millennium BIM. Caso reúna as condições definidas pelo Banco Millennium BIM para obter o cartão Flamingo VISA, receberá o cartão através do banco, onde também aparecerá registado o seu código do Flamingo, passando assim a usufruir de todas as vantagens adjacentes a este cartão. Ao utilizar o cartão Flamingo VISA em qualquer instituição ganhará milhas para o seu extracto do Flamingo.

The Flamingo Club is LAM's frequent flyer program, and it was designed to offer its members special privileges as an expression of appreciation for their loyalty.

By becoming a member of the Flamingo Club you earn points by flying on LAM, points that may be redeemed for free tickets on LAM. You will also have numerous advantages when using services provided by our program partners.

To become a member of LAM's frequent flyer program, the Flamingo Club Singular Classic and/or Corporate, complete the registration form available at [www.lam.co.mz](http://www.lam.co.mz).

After filling, attach the jacket of at least one LAM ticket used in the last six months and deliver it at any LAM representation. You may also send it to LAM's Flamingo Club at the address below or you can register on LAM's website:

Edifício-Sede da LAM  
Largo da DETA, nº 113  
Phone: +258 21 468 783 or +258 21 360 841/2  
Email: [flamingoclub@lam.co.mz](mailto:flamingoclub@lam.co.mz)  
[www.lam.co.mz](http://www.lam.co.mz)  
Maputo – Moçambique

To get the Flamingo VISA card, fill out the membership form and deliver it at a Millennium BIM branch.

If you meet the conditions set by Millennium BIM for the Flamingo VISA card, you will receive the card through the bank, which will also present your Flamingo code, enabling you to enjoy all the advantages associated with this card. By using the Flamingo VISA card at any institution you will earn miles for your Flamingo account.

## FLAMINGO LOUNGES

As Salas Flamingo Lounge da LAM proporcionam um ambiente confortável e acolhedor, ideal para o Cliente poder descansar, relaxar, utilizar meios de comunicação, reunir-se com outras pessoas e até trabalhar, enquanto aguarda o embarque do seu voo.

O Cliente da LAM encontra esse serviço nos seguintes aeroportos:

- ▮ Aeroporto Internacional de Mavalane, em Maputo, com duas salas Flamingo, sendo uma de partidas domésticas e outra de partidas internacionais;
- ▮ Aeroporto Internacional da Beira, com uma sala Flamingo;
- ▮ Aeroporto de Tete, com duas salas Flamingo, sendo uma de partidas domésticas e outra de partidas internacionais;
- ▮ Aeroporto de Nampula tem uma sala Flamingo;
- ▮ Aeroporto de Pemba tem uma sala Flamingo.

As FLAMINGO LOUNGES da LAM são um serviço exclusivo para os Clientes que tenham o Cartão Flamingo Plus e Visa Gold.

Para ter acesso às salas, basta apresentar um dos cartões acima mencionados dentro da data de validade, juntamente com o cartão de embarque da LAM com a data do dia vigente.

Os cartões Visa Gold e Plus dão direito a um cartão convite para as FLAMINGO LOUNGES da classe executiva, mesmo que a sua viagem seja feita em classe económica.

LAM's Flamingo Lounges provide a comfortable and welcoming atmosphere, ideal for the Customer to rest, relax, use media facilities, meet with other people and even work, while waiting to board the flight.

LAM's Customer may find this service at the following airports:

- ▮ Mavalane International Airport, in Maputo, with two Flamingo lounges, one for domestic departures and another for international departures;
- ▮ Beira International Airport, with a Flamingo lounge;
- ▮ Tete Airport, with two Flamingo lounges, one for domestic departures and another for international departures;
- ▮ Nampula Airport has a Flamingo lounge;
- ▮ Pemba Airport has a Flamingo lounge.

LAM's FLAMINGO LOUNGES are an exclusive service for Customers who possess the Flamingo Plus and Visa Gold Card.

To access the lounges, just present one of the above mentioned cards within the expiration date, along with the LAM boarding pass with the current day date.

The Visa Gold and Plus cards award an invitation for business class FLAMINGO LOUNGES, even if your trip is in economy class.

## VANTAGENS EM ADERIR AOS CARTÕES FLAMINGO PLUS E FLAMINGO VISA GOLD

### ADVANTAGES WHEN SUBSCRIBING FLAMINGO PLUS AND FLAMINGO VISA GOLD CARDS

#### AO ADERIR A UM DESTES CARTÕES, O CLIENTE PASSA A TER DIREITO A:

- ▮ Fazer o *check-in* no balcão da classe executiva;
- ▮ Suplemento de bagagem nos voos da LAM na seguinte ordem:  
10 Kgs nos voos domésticos e regionais;  
15 Kgs nos voos intercontinentais;
- ▮ Nos voos em *codeshare* com a South African Airways, o suplemento de bagagem é de 20 Kg;
- ▮ Cartão convite para os FLAMINGO LOUNGES, mesmo que a sua viagem seja feita em classe económica.

#### WHEN SUBSCRIBING ONE OF THESE CARDS, THE CUSTOMER HAS THE RIGHT TO:

- ▮ Check in at the business class counter;
- ▮ Baggage supplement on LAM flights, in the following order:  
10 Kg on domestic and regional flights;  
15 Kg on intercontinental flights;
- ▮ For *codeshare* flights with South African Airways, the baggage supplement is 20 Kg;
- ▮ Invitation card for FLAMINGO LOUNGES, even if your trip is in economy class.

## RECOMENDAÇÕES A BORDO ON BOARD RECOMMENDATIONS

### BAGAGEM DE MÃO PERMITIDA NA CABINE HAND BAGGAGE ALLOWED IN THE CABIN

É considerada bagagem de cabine toda a bagagem pessoal transportada pelo passageiro a bordo do avião, estando isenta de pagamento de taxas. Para viagens efectuadas em aeronaves Boeing 737 e Embraer 190, a sua bagagem de mão não deverá exceder as medidas 115 cm (55x40x20 cm) e pesar mais de 7 Kg. Para viagens efectuadas em aeronaves Q400, a sua bagagem de mão não deverá exceder as medidas 105 cm (55x30x20 cm) e pesar mais de 5 Kg.

Cabin luggage is all personal luggage carried by passengers aboard the plane, being exempt from the payment of fees.

For trips aboard Boeing 737 and Embraer 190 aircraft, your hand luggage must not exceed a total of 115 cm (55x40x20 cm) and weigh more than 7 Kg. For trips aboard Q400 aircraft, your hand luggage must not exceed a total of 105 cm (55x30x20 cm) and weigh more than 5 Kg.

### OBJECTOS QUE PODEM SER CONSIDERADOS BAGAGEM DE MÃO OBJECTS THAT MAY BE CONSIDERED HAND LUGGAGE

- || Medicamentos ou artigos de higiene necessários para a viagem, não excedendo 1 Kg ou 1 L e a quantidade líquida de cada artigo não ultrapasse os 0.1 Kg ou 0.1 L. **Nota:** estes artigos devem ser colocados num saco de plástico transparente devidamente selado;
- || Gelo seco em quantidade não superior a 2 Kg por passageiro, para preservar itens perecíveis (ex: vacinas);
- || Bebidas cujo teor alcoólico não seja superior a 70% (até 5 L por pessoa), quando adquiridas em lojas francas no aeroporto, devendo ser colocadas num saco de plástico transparente devidamente selado;
- || Bolsa de mão, mala ou equipamento;
- || Manta ou cobertor;
- || Guarda-chuva ou bengala;
- || Livros de leitura;
- || Alimentação infantil;
- || Equipamentos electrónicos (não se aconselha o despacho como bagagem registada de porão).

- || Medicines or toiletries that are needed for the trip, not exceeding 1 Kg or 1 L, with the net quantity of each item not exceeding 0.1 Kg or 0.1 L. **Note:** These items must be placed in a properly sealed transparent plastic bag;
- || Dry ice in quantities not exceeding 2 Kg per passenger, to preserve perishable items (e.g. vaccines);
- || Alcoholic beverages whose content must not exceed 70% alcohol by volume, and up to 5 L per person, when purchased in duty free shops at the airport, which should be placed in a properly sealed transparent plastic bag;
- || Handbags, briefcases or equipment;
- || Blankets;
- || Umbrellas or walking sticks;
- || Books;
- || Baby food, for consumption during the trip;
- || Electronic equipment (dispatching these items as checked luggage is not advised).

**ATENÇÃO:** Fazem ainda parte da bagagem de mão objectos que acompanham passageiros incapacitados, como muletas, aparelhos ortopédicos ou cadeiras de rodas desmontáveis que, porém, devem ser transportadas no porão.

**ATTENTION:** Objects that accompany disabled passengers, such as crutches, braces, fully collapsible wheelchairs, are also considered hand luggage which, however, must be carried in the hold.

### ARTIGOS PROIBIDOS NA BAGAGEM DE PORÃO/CABINE NOT CLEARED FOR TAKEOFF



**CORROSIVOS**  
CORROSIVES



**GASES  
COMPRIMIDOS**  
COMPRESSED  
GASES



**PERÓXIDOS**  
PEROXIDES



**RADIOACTIVOS**  
RADIOACTIVE



**SUBSTÂNCIAS  
INFECCIOSAS**  
INFECTIOUS  
SUBSTANCE



**GASES  
INFLAMÁVEIS E  
NÃO INFLAMÁVEIS**  
FLAMMABLE/NON-  
FLAMMABLE GAS



**OXIDANTES**  
OXIDISING



**EXPLOSIVOS**  
EXPLOSIVES



**TÓXICOS**  
TOXICS



**LÍQUIDOS  
INFLAMÁVEIS**  
FLAMMABLE  
LIQUIDS



**MATERIAIS  
MAGNÉTICOS**  
MAGNETIC  
MATERIALS



**SPRAYS  
IMOBILIZADORES**  
INCAPACITATING  
SPRAY



**ISQUEIROS - PERMITIDO  
APENAS UM E COM O PASSAGEIRO**  
FLAMMABLE LIGHTERS  
(PERMITTED ON PERSON ONLY)



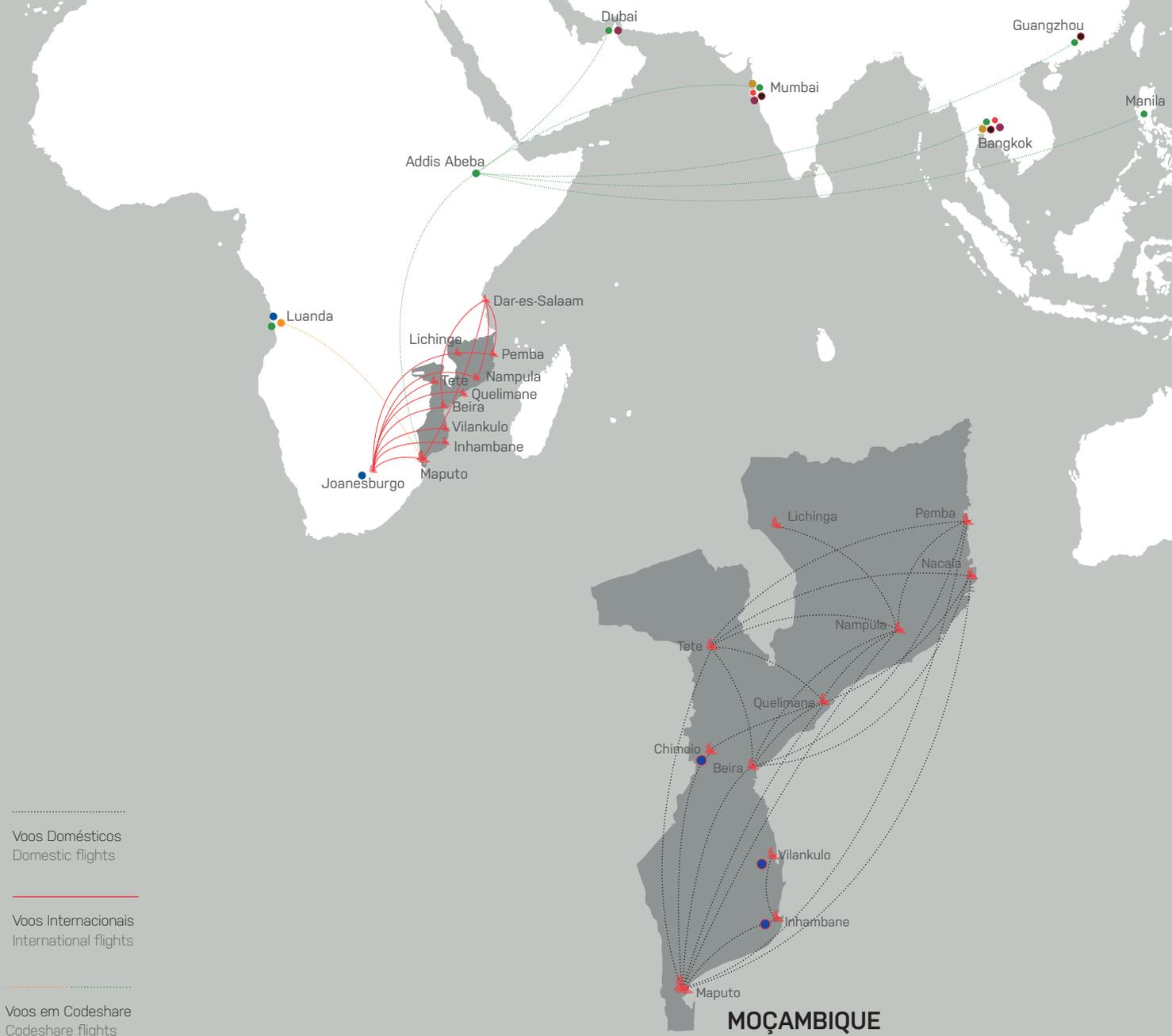
**BATERIAS DE LÍTIU**  
LITHIUM BATTERY

**NOTAS / NOTES:**

Até 100 Wh (Watt-Hour) - Permitido  
Up to 100 Wh (Watt-Hour) - Allowed  
De 100 Wh a 160 Wh - Requer aprovação da LAM  
From 100 Wh a 160 Wh - LAM approval required  
Superior a 160 Wh - Proibido  
Exceeding 160 Wh - Forbidden

# MAPA DE ROTAS

## ROUTE MAP



## FROTA FLEET

### EMBRAER 145

✈ Nº AVIÕES || NUMBER OF PLANES | 3

COMPRIMENTO || LENGTH | 30 M

ENVERGADURA || WINGSPAN | 20 M

ALTURA || HEIGHT | 6,8 M

VELOCIDADE DE CRUZEIRO || CRUISING SPEED | 830 Km/H

ALCANCE || MAXIMUM RANGE | 2870 Km

CAPACIDADE COMBUSTÍVEL || FUEL CAPACITY | 6880 L

Nº DE PASSAGEIROS || SEATING CAPACITY | 50



### DASH8 Q400

✈ Nº AVIÕES || NUMBER OF PLANES | 1

COMPRIMENTO || LENGTH | 32,6 M

ENVERGADURA || WINGSPAN | 28,4 M

ALTURA || HEIGHT | 8,2 M

VELOCIDADE DE CRUZEIRO || CRUISING SPEED | 639 Km/H

ALCANCE || MAXIMUM RANGE | 2591 Km

CAPACIDADE COMBUSTÍVEL || FUEL CAPACITY | 6647 L

Nº DE PASSAGEIROS || SEATING CAPACITY | 76



### BOEING 737-700 NG

✈ Nº AVIÕES || NUMBER OF PLANES | 2

COMPRIMENTO || LENGTH | 33.60 M

ENVERGADURA || WINGSPAN | 35.79 M

ALTURA || HEIGHT | 12.50 M

VELOCIDADE DE CRUZEIRO || CRUISING SPEED | 968 Km/H

ALCANCE || MAXIMUM RANGE | 5926 Km

CAPACIDADE COMBUSTÍVEL || FUEL CAPACITY | 26120 L

Nº DE PASSAGEIROS || SEATING CAPACITY | 132



# LEVA+3KG

A BAGAGEM EXPRESSO AGORA  
DA-LHE 23KG.

A compra antecipada de bagagem extra deve ser efectuada com mais de 24H de antecedência em relação a partida do voo.

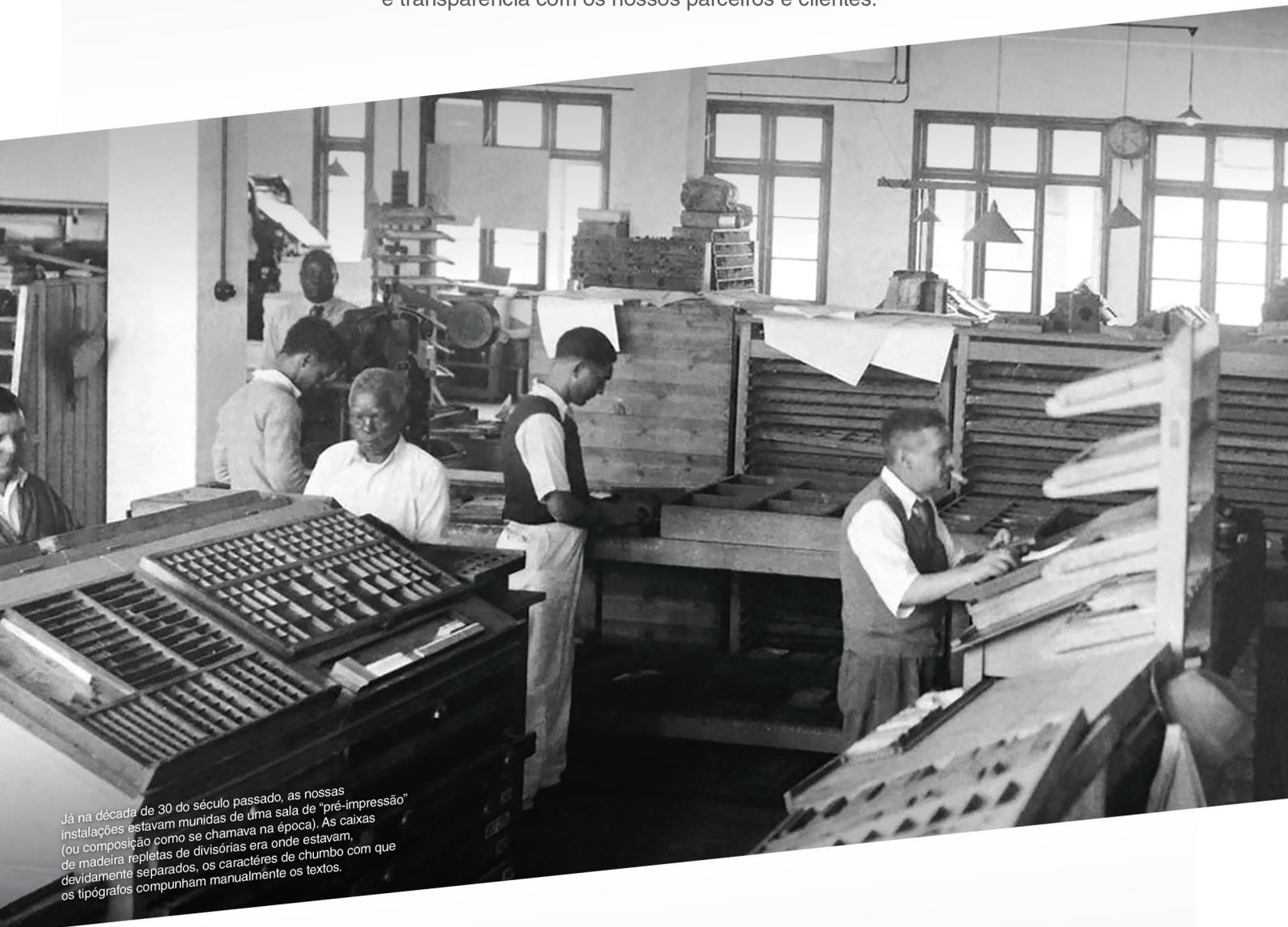
Compre o voucher online em [www.lam.co.mz](http://www.lam.co.mz), numa loja LAM ou agência de viagens.



Termos e condições aplicáveis.

# Novos tempos, a **confiança** de sempre

Presentes no mercado há cento e dez anos, acompanhámos a mudança, a independência e o desenvolvimento de Moçambique. Com sólidos alicerces centenários e uma visão objectiva no futuro, orgulhamo-nos de continuar a construir uma relação de confiança e transparência com os nossos parceiros e clientes.



Já na década de 30 do século passado, as nossas instalações estavam munidas de uma sala de "pré-impressão" (ou composição como se chamava na época). As caixas de madeira repletas de divisórias era onde estavam, devidamente separados, os caracteres de chumbo com que os tipógrafos compunham manualmente os textos.



Pré-impressão • Impressão Digital, Offset, Web e Grande formato • Acabamento

[www.print.co.mz](http://www.print.co.mz)

Av. Mohamed Siad Barre nº 365, Maputo • +258 84 77 46 • [geral@print.co.mz](mailto:geral@print.co.mz)