

# Villas & Golfe®

Mozambique Edition

Entrevistas

DANIEL DAVID, Grupo SOICO

RIZWAN ADATIA, Grupo COGEF

CLAIRE MATEUS ZIMBA, IPEME

Bairro da MAFALALA

Artista Plástico BUTCHECA

Golfe V&G POLANA CUP

# Pouco Pouco é coisa do passado.

Com o Standard Bank Leasing, é pra já!

Vai ser complicado trabalhar assim, não?  
Esse tempo já passou.

Com o Standard Bank Leasing, é pra já!  
Dirija-se ao balcão mais próximo e faça a sua simulação.

Leasing - Business Office, Av. 25 de Setembro Nº1821  
Tel: +258 21 35 29 00, 21 35 13 00 - Cel: +258 82 3142340 / 82 3142410 / 82 3142620  
E-mail: leasing@standardbank.co.mz - www.standardbank.co.mz  
Linha do cliente: +258 21329777 | 800412412 (grátis)



Standard  
Bank

Seguindo em Frente

# EDITORIAL

## Acreditar

As comemorações que assinalaram o primeiro aniversário da **Villas&Golfe** em Moçambique espelham não só a alegria que sentimos ao brindarmos com os nossos amigos e parceiros, como o nosso empenho em contribuir para um país melhor. D. Dinis Sengulane, bispo Emérito dos Libombos, mereceu o nosso reconhecimento enquanto *Personalidade do Ano*, graças ao notável esforço que o tem movido em prol da paz no país e da erradicação da malária. Mas fomos ainda mais longe, mobilizando esforços para que fosse entregue ao gabinete da Primeira-dama um camião solidário repleto de bens de primeira necessidade (no valor equivalente a 65 mil dólares) para apoiar as vítimas das cheias no Norte do país.

A verdade é que ainda as festividades não tinham terminado, estávamos já no encaço de novos protagonistas e de outras histórias com o propósito de continuar a surpreendê-lo ao virar de cada página. Nesta oitava edição, revelamos-lhe sonhos destemidos como os de Daniel David, que se materializaram na fundação do Grupo SOICO, do artista plástico Butcheca e do guitarrista Jorge Domingos... Falamos com Rizwan Adatia, administrador do Grupo COGEF, e com Claire Mateus Zimba, director-geral do IPEME, sobrando-nos ainda tempo para deambular no mítico Bairro da Mafalala – berço da FRELIMO, que albergou nomes tão distintos como Samora Machel, Eusébio, José Craveirinha e Noémia de Sousa –, onde vibrámos com a energia eletrizante do grupo de dança Tufo da Mafalala, antes de rumarmos à Ilha de Macaneta e a tantos outros lugares que, a pensar em si, queremos partilhar.

Se este primeiro ano simbolizou a consolidação deste projecto que nos enche de orgulho, também nos renovou a vontade de desvendar o país aos nossos conterrâneos e de soprá-lo além-fronteiras. Porque os nossos corações acreditam plenamente em Moçambique, sem nunca duvidar que os melhores dias ainda estão por vir!

## Believe

The celebrations marking the first anniversary of **Villas&Golfe** in Mozambique reflect not only the joy we feel in toasting this event with our friends and partners, but also our commitment to contributing to a better country. Dom Dinis Sengulane, Bishop Emeritus of Libombos, was worthy of our recognition as *Personality of the Year*, thanks to the remarkable efforts he has made to promote peace in the country and to get rid of malaria. But we took it even further, mobilising efforts to ensure that a charity lorry was handed over to the First Lady's office, packed with emergency supplies (to the value of USD 65,000) to support flood victims in the north of the country.

In truth, before the festivities had come to an end we were already on the trail of new protagonists and of other stories, with the goal of continuing to surprise you with the turn of every page. In this eighth issue we bring you fearless dreams such as those of Daniel David, which have taken form in the foundation of the SOICO Group, of artist Butcheca and of guitar player Jorge Domingos... We speak to Rizwan Adatia, chairman of the COGEF group, and to Claire Mateus Zimba, managing director of IPEME, and there's also time to take a stroll through the mythical neighbourhood of Mafalala – birthplace of FRELIMO, which was home to such distinguished names as Samora Machel, Eusébio, José Craveirinha and Noémia de Sousa – in which we buzz with the invigorating energy of the Mafalala Tufo dance group, before setting off to the Ilha de Macaneta and to so many other places, which, we you in mind, we want to share.

If this year symbolised the consolidation of this project in which we take such pride, it also revived in us the wish to reveal the country to our fellow Mozambicans and to send this around the world. Because our hearts fully believe in Mozambique, and have no doubt that the best days are yet to come!

EQUIPA VILLAS&GOLFE TEAM

A Villas&Golfe® é propriedade da PM Media | Editora: UP Media, Lda. | www.villasegolfe.co.mz | Sede: Rua dos Governadores, 61, Bairro da Sommerschild, Maputo, Moçambique - T: +258 848 261726 | Portugal: Centro Empresarial Lionesa G19, Rua da Lionesa, 446, 4465-671 Leça do Balio, Matosinhos, Porto - T: +351 229069530 | Angola: Rua Arsenio Pompilio Pompeu do Carpo, 46, Município de Rangel, Vila Alice, Luanda - T: +244 935545893 | Presidente: Paulo Martins paulomartins@pmmediacorporate.com Director: Abilio Soeiro | Redacção: Carolina Xavier e Sousa, Estela Atalide, Filomena Abreu, Maria Amélia Pires, Andreia Filipa Ferreira | Revisão: Maria Pires | Tradução: Algarvedia | Fotografia de capa: ©Daniel Camacho | Produção: Sérgio Martins (coordenação), Laura Martins, Sérgio Teixeira | Digital Marketing: Sara Macedo | Materiais: Sílvia Fernandes | Depart. Financeiro: Elisabete Alves | Periodicidade: Bimestral | Impressão: Orgal, Lda. | Publicação registada no Gabinete de Informação da República de Moçambique sob o n.º 18/GABINFO-DEC/2013 | ISSN: 1645 – 2798

Villas&Golfe® marca registada. Todos os direitos reservados.

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

Publicidade: Andrea Lourenço, andrealourenco@pmmediacorporate.com  
Assinaturas: villasegolfe@villasegolfe.co.mz

Errata: Por lapso, o nome do festival mencionado na entrevista a Eden Martin na edição n.º 7 (página 56) foi *Dance, la Sweet Dance* quando o correcto seria *Danse L'Afrique Danse*. Lamentamos qualquer transtorno que esta incorrecção possa ter causado.



## NOVO RUMO NA SATISFAÇÃO DO CLIENTE.

COMERCIALIZAMOS PRODUTOS PARA OS MAIS DIVERSOS SEGMENTOS DE MERCADO, COM QUALIDADE E TECNOLOGIA RECONHECIDA.



Estamos presentes no seu dia-a-dia, com produtos petrolíferos e seus derivados, que respondem às suas necessidades de mobilidade, conforto e eficiência.

A nossa longa experiência, aliada a nossa capacidade de inovação, garantem a qualidade dos nossos produtos e serviços, que se enquadram nos mais elevados padrões de qualidade, segurança e respeito ambiental.





136

**CAMIÃO SOLIDÁRIO**

A **V&G** e os seus parceiros entregaram à Primeira-dama bens no valor de 65 mil dólares  
**V&G** and its partners handed over to the First Lady goods to the value of USD 65,000



14

**MAJOR INTERVIEW  
 DANIEL DAVID**

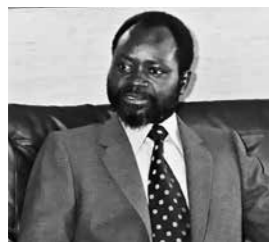
«Tenho ainda muito a fazer...»  
 «I still have much to do...»



60

**INSPIRING PLACES  
 ILHA DE MACANETA**

Pequena em dimensão. Grande...  
 Small in size. Great...



22

**ART & CULTURE  
 BAIRRO DA MAFALALA**

O lugar de onde renasce uma nação  
 The place where a nation is reborn



66

**INSPIRING PLACES  
 ESLOVÉNIA**

O coração da Europa  
 The heart of Europe



48

**ECONOMY & BUSINESS  
 RIZWAN ADATIA**

«Moçambique tem muitas...»  
 «Mozambique has a lot...»



140

**SOCIAL & EVENTS  
 V&G POLANA CUP**

Torneio animado, entre...  
 Exciting tournament, between...



*bem-vindo*  
 Momentos únicos.



**POLANA SERENA**  
 HOTEL



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

# NEWS



©JÚLIO DENGUCHO

## PROGRAMA QUINQUENAL 2015-2019 \ \ FIVE-YEAR PROGRAMME 2015-2019

O Governo moçambicano tem debatido afincadamente o Programa Quinquenal 2015-2019, incluindo o desenvolvimento económico e social como topo de prioridades. Este programa constitui o compromisso do Governo em focalizar a sua acção na busca de soluções aos desafios que impossibilitam o desenvolvimento do país. O aumento do emprego, da produtividade e da competitividade para melhorar as condições de vida das populações, tanto do campo como da cidade, são o foco central da acção. A proposta é criar 1,5 milhões de postos de trabalho até 2019, com destaque principal para a juventude. Mas no plano estão também listadas outras preocupações, como: promover um ambiente de paz, consolidar a democracia e a governação participativa e inclusiva, desenvolver infra-estruturas com intervenções nas estradas e pontes do país ou permitir uma gestão sustentável dos recursos e do ambiente. A agricultura é vista também como um patamar de desenvolvimento importante, de maneira a terminar com as lacunas na alimentação.

The Mozambican government has intensively debated the Five-year Programme 2015-2019, including economic and social development as its top priority. This programme represents the government's commitment to focusing its action on the quest for solutions to the challenges that make it impossible for the country to develop. Increasing employment, productivity and competitiveness to improve the living conditions of the population, as much in the countryside as in the city, are the focal points for the action. The proposal is to create 1.5 million jobs by 2019, with particular interest paid to the young. But other concerns are also listed in the plan, such as: promoting an environment of peace, consolidating democracy and participatory and inclusive governance, developing infrastructures including work to roads and bridges within the country, or allowing the sustainable management of resources and of the environment. Agriculture is also seen as an important development stage, with the aim to remove any food shortages.

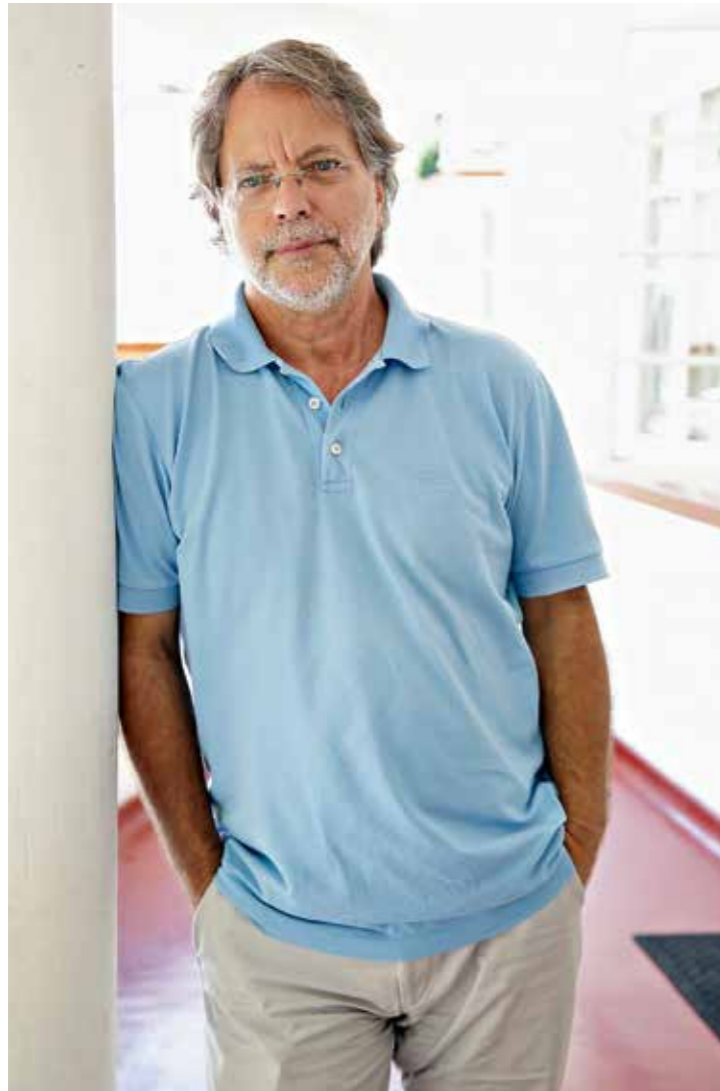


©JAY GARRIDO

## NOVAS SALAS DE CINEMA LUSOMUNDO \ \ NEW LUSOMUNDO CINEMA THEATRES

O complexo de cinemas da Lusomundo, no Parque dos Poetas, na Matola, foi oficialmente inaugurado com a projecção do filme *A Montanha Misteriosa*, do moçambicano Júlio Silva. Com um investimento de 2,3 milhões de euros, este novo complexo da Lusomundo traz três salas de cinema, a somar às salas que a empresa já detém no centro de Maputo, numa altura em que, de acordo com o ministro da Cultura, Silva Dundero, o país se depara com falta deste tipo de equipamentos. A maior sala inaugurada tem uma capacidade para 370 pessoas, que podem assistir aos filmes exibidos adquirindo um bilhete no valor de 225 meticais. Nesta parceria cultural entre a Lusomundo e o Governo de Moçambique as principais preocupações recaem sobre as políticas de defesa dos direitos de autor. «Não podemos continuar a ver o roubo de obras cinematográficas ou de música na rua», afirma Luís Mota, administrador da Lusomundo, apelando para o reforço da fiscalização.

The Lusomundo cinema complex in the Parque dos Poetas, in Matola, has been officially opened with the screening of the film *A Montanha Misteriosa* (*The Mysterious Mountain*), by Mozambican Júlio Silva. With an investment of 2.3 million Euros, this new Lusomundo complex features three screens, adding to the theatres that the company already owns in the centre of Maputo, at a time in which, according to the minister for culture, Silva Dundero, the country is faced with a lack of this kind of facilities. The largest screen has seating for up to 370 spectators, who can watch films at a ticket price of 225 Meticaís. In this cultural partnership between Lusomundo and the Mozambican government the main concerns include policies for exercising copyrights. «We cannot continue to see the theft of films or of music in the street», says Luís Mota, managing director of Lusomundo, calling for an increase to piracy controls.



©JÚLIO DENGUCHO

## MIA COUTO

Atribuído bienalmente numa escolha aberta a autores de todo o mundo, o *Man Booker International Prize* é um prémio que provém do *Booker Prize*, um dos mais prestigiados galardões literários britânicos. Mia Couto é o primeiro moçambicano a figurar na lista de dez finalistas. Destacando as obras traduzidas para inglês como *Terra Sonâmbula*, *O Último Voo do Flamingo* ou *Jerusalém*, o júri do concurso reconheceu o carácter «preciso» e «profundo» com que a língua é utilizada nas «histórias de civilização e barbárie» presentes na obra do escritor. O vencedor desta edição é anunciado no dia 19 de Maio, em Londres.

Given out every two years in a selection open to authors from around the world, the *Man Booker International Prize* is a prize related to the *Booker Prize*, one of the UK's most prestigious literary awards. Mia Couto is the first Mozambican to figure on the shortlist of ten finalists. Highlighting the works translated into English such as *Sleepwalking Land*, *The Last Flight of the Flamingo* or *The Tuner of Silences*, the contest's jury recognised the «precise» and «profound» nature of the language with which he tells his «stories of civilisation and barbarity». The winner of this edition will be announced on May 19, in London.

## COMEMORAR A INDEPENDÊNCIA COMMÉMORATING INDEPENDENCE

O Presidente da República de Moçambique, Filipe Nyusi, declarou aberto o início das cerimónias comemorativas do 40.º aniversário da independência nacional, celebrada a 25 de Junho. As actividades vão começar pelo distrito de Mueda, local onde, segundo o registo histórico da FRELIMO, foi disparado o primeiro tiro contra o regime colonial português e, também, zona onde nasceu o próprio chefe de Estado. O momento em que se acende a Chama da Unidade Nacional, que percorrerá as 11 províncias moçambicanas até ao dia da independência, simbolizou o começo da contagem decrescente para o festejo dos 40 anos em liberdade.

The President of the Republic of Mozambique, Filipe Nyusi, has declared open the start to the ceremonies commemorating the 40<sup>th</sup> anniversary of national independence, celebrated on June 25. The activities will begin with the district of Mueda, the place where, according to historical records of FRELIMO, the first shot against the Portuguese colonial regime was fired and, also, the place where the head of state himself was born. The moment in which the *Flame of National Unity* was lit, which will travel through the 11 Mozambican provinces until Independence Day, symbolised the start of the countdown to the celebrations for 40 years in freedom.



©DIREITOS RESERVADOS

WINE-MODERATION  
Seja responsável. Beba com moderação.

Reserva do Douro

RESERVA  
DUAS QUINTAS  
DOURO 2012

RAMOS PINTO  
Est. 1880

www.ramospinto.pt

25  
ANOS  
DUAS QUINTAS  
1990 - 2015



©JAY GARRIDO

RIZWAN ADATIA E JORGE FERRÃO

## NOVAS SALAS DE AULA \ \ NEW CLASSROOMS

A Escola Primária do Mali, situada nas imediações do Projecto Intaka, no município da Matola, inaugurou recentemente sete novas salas de aula. Fruto de financiamento da Fundação Rizwan Adatia em parceria com o Rotary Club de Maputo, uma organização internacional dedicada à prestação de serviços humanitários que melhorem a qualidade de vida das populações, a inauguração destas novas valências da Escola Primária do Mali foi presidida pelo ministro da Educação e Desenvolvimento Humano, Jorge Ferrão.

Numa altura em que a procura por uma nova visão para o futuro das gerações vindouras acendeu o debate nacional, com a realização da 1.ª Reunião de Reflexão sobre a Educação e Desenvolvimento Humano, este projecto tem como objectivo dar às crianças melhores competências de leitura, escrita e cálculo. De acordo com o ministro, «este gesto vai permitir que aqueles alunos que estudavam debaixo de árvores passem a beneficiar de salas condignas», em condições propícias à melhoria dos seus conhecimentos.

Mali Primary School, located in the vicinity of the Intaka Project, in the municipality of Matola, recently opened seven new classrooms. The result of financing from the Rizwan Adatia Foundation, in partnership with the Rotary Club of Maputo, an international organisation dedicated to providing humanitarian services that improve the quality of life of the population, the opening of these new facilities for Mali Primary School was presided over by the minister for Education and Human Development, Jorge Ferrão.

At a time in which the demand for a new vision for the future of coming generations has set national debate alight, with the holding of the 1st Meeting Reflecting on Education and Human Development, the aim of this project is to provide children with better skills in reading, writing and arithmetic. According to the minister, «this gesture will enable those children, who have been studying under trees to now benefit from proper classrooms», in conditions conducive to improving their knowledge.



©DIREITOS RESERVADOS

## MOÇAMBIQUE NO TÊNIS MUNDIAL MOZAMBIQUE IN WORLD TENNIS

Pela primeira vez, Moçambique disputará a fase africana da *Fed Cup* de ténis, uma das provas femininas mais privilegiadas e de carácter mundial organizadas pela Federação Internacional de Ténis. Na competição que acontece em Abril, em Montenegro, o país será representado por quatro tenistas: Cláudia Bulha (capitã da selecção), Cláudia Sumaia, Ilga João e Marieta Nhamitambo. Mas a participação moçambicana em grandes torneios internacionais de ténis não se fica pelo feminino. Em competição na *Davis Cup*, versão masculina da *Fed Cup*, estarão também atletas moçambicanos, pela segunda vez, a disputar o torneio entre os melhores tenistas do mundo.

For the first time ever Mozambique will take part in the African phase of the *Fed Cup*, one of the most prestigious women's tennis events of a world nature organised by the International Tennis Federation. In the competition being held in April in Montenegro, the country will be represented by four players: Cláudia Bulha (team captain), Cláudia Sumaia, Ilga João and Marieta Nhamitambo. But Mozambique's participation in major international tennis tournaments isn't just for women. Competing in the *Davis Cup*, the men's version of the *Fed Cup*, for the second time Mozambican players will also be represented, taking part in this team event among the finest players in the world.

## FEIRA DO LIVRO BOOK FAIR

Entre os dias 7 e 10 de Maio, o Conselho Municipal de Maputo organiza a primeira *Feira Internacional do Livro de Maputo*, uma iniciativa para promover a literatura nacional. Com a participação de autores nacionais, como Paulina Chiziane e Calane da Silva, que vão orientar a palestra *O livro como instrumento de combate à pobreza*, esta feira terá exposições, zonas de venda e troca de livros, sessões de tertúlia e autógrafos e ainda oficinas para troca de experiências entre os escritores e os leitores. Escritores lusófonos como Lopito Feijó ou António Marques vão também marcar presença.

From May 07-10, Maputo City Council is organising the first *Maputo International Book Fair*, an initiative to promote national literature. With the participation of national authors such as Paulina Chiziane and Calane da Silva, who will lead the talk *The Book as an instrument for fighting poverty*, this fair will feature exhibitions, book sales and swap areas, gatherings and signing sessions, and also workshops for exchanging experiences between writers and readers. Portuguese language authors, such as Lopito Feijó and António Marques, will also attend.



©DIREITOS RESERVADOS



---

GRANDE ENTREVISTA \ \ MAJOR INTERVIEW

---

# DANIEL DAVID

«Tenho ainda muito a fazer por Moçambique»

«I still have much to do for Mozambique»

A sua presença não passa despercebida. Como poderia? Se não fosse pelo seu *curriculum* ser já conhecido, então seria pela forte personalidade que transmite num simples gesto de um aperto de mão. Seguro. Sincero. Mesmo que apressado, porque no mundo do jornalismo o planeta dá cinco voltas sobre si num só dia. Por isso não foi fácil 'apanhá-lo', mas sabíamos que valeria a pena. Dedicou grande parte da sua vida à comunicação. Hoje é respeitado pelo trabalho feito. Principalmente porque criou a Sociedade Independente de Comunicação – SOICO –, o único grupo de *media* privado no país, que agrega o canal de televisão STV e STV Notícias, a estação de rádio SFM, o jornal diário *O País*, entre outros projectos.

His presence doesn't go unnoticed. How could it? If it wasn't for his career already been known, it would be for the strong personality that he transmits in a simple gesture of a handshake. Firm. Sincere. Despite being in a hurry, because in the world of journalism the planet twists on its axis five times a day. As such it wasn't easy 'catching him', but we knew it would be worth the effort. He has dedicated much of his life to the media. Today he is respected for the work he has done. Principally because he created *Sociedade Independente de Comunicação (SOICO)*, the country's only private media group, which includes the television channels *STV* and *STV Notícias*, the radio station *SFM*, the daily newspaper *O País*, among other projects.

---

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY DANIEL CAMACHO

---





**Fundou o Grupo SOICO com 36 anos de idade. Como resumiria o seu percurso de vida até esse momento?**

A minha vida é baseada em desafios e procura de excelência em tudo quanto me proponho fazer. Depois de um longo percurso profissional na televisão pública (onde iniciei como técnico e mais tarde passei a membro do Conselho de Administração) propus-me enfrentar mais um desafio. Foi assim que decidi criar o Grupo SOICO, o único grupo de *media* privado em Moçambique que congrega a televisão, a rádio, o jornal, para além de projectos inovadores como o *MOZEFO* e o *MOZTECH*.

**O que o levou a criar este 'gigante'?**

Eu tinha um sonho de infância que era o de desenvolver um projecto capaz de fazer a diferença e que pudesse deixar um legado à sociedade moçambicana. O nascimento do Grupo SOICO foi a materialização deste grande sonho. O SOICO nasceu da necessidade de concepção de um projecto inovador e de referência para Moçambique e além-fronteiras.

**You founded the SOICO Group at 36 years of age. How would you sum up your life until that moment?**

My life is based on challenges and striving for excellence in everything I do. After a long career in public television (where I began as a technician and later became a member of the board of directors), I set out to face another challenge. That was how I decided to create the SOICO Group, the only private media group in Mozambique, which includes television, radio, newspaper, in addition to innovative projects such as *MOZEFO* and *MOZTECH*.

**What led you to create this 'giant'?**

I had a childhood dream of developing a project able to make a difference and that would leave a legacy for Mozambican society. The creation of the SOICO Group was the materialisation of this great dream. SOICO came about from the need to conceive an innovative and relevant project for Mozambique and abroad.

**Quais os grandes desafios que um grupo privado enfrenta em Moçambique neste momento?**

O grande desafio que o Grupo SOICO enfrenta é o elevado índice de analfabetização da sociedade moçambicana. Este factor representa uma barreira à inovação tecnológica. A falta de disseminação das tecnologias de informação e comunicação e a falta de estruturas capazes de suportar a inovação tecnológica são também entraves para um grupo de *media* como o nosso, que aposta na inovação tecnológica. Mas, de uma forma geral, os grandes desafios que os órgãos de comunicação privados em Moçambique enfrentam são idênticos aos dos órgãos de comunicação estrangeiros. Hoje a comunicação é global, a informação está à distância de um mero clique num *tablet*, computador ou *smartphone*, os nossos leitores e telespectadores têm acesso a conteúdos de toda a parte do mundo. Neste contexto, é imperativo estar sempre na vanguarda da inovação tecnológica. Hoje ter um jornal não se resume apenas a ter uma edição impressa, mas também uma edição digital, uma edição *online* e presença forte nas redes sociais. O mesmo se passa no caso da televisão ou da rádio.

**Qual a principal estratégia do Grupo?**

A estratégia do Grupo SOICO assenta em quatro pilares fundamentais que são: a inovação, a diferenciação, a tecnologia e os recursos humanos.

Quando há 13 anos lançámos a *STV* fomos inovadores nos formatos e diferenciadores nos conteúdos, o que nos permitiu alcançar a liderança das audiências. Estes mesmos princípios estiveram presentes quando criámos o jornal *O País*, a *SFM*, quando tomámos a decisão de internacionalizar o Grupo através da *STV Notícias* e mais recentemente quando lançámos projectos como o *MOZEFO* e *MOZTECH*. Contudo, no sector da comunicação não se consegue continuar a inovar e a ser diferenciador se não se apostar em tecnologia de ponta. Temos apostado na tecnologia como factor de simplificação de processos e naturalmente de diminuição de custos, o que tem sustentado o nosso crescimento. Por último, deixei aquele que é o pilar fundamental da estratégia do Grupo SOICO: os recursos humanos. O capital humano é a base do sucesso do nosso grupo, ao longo dos anos temos apostado em profissionais de excelência com atitude empreendedora, persistente, criativa e com espírito de iniciativa que têm contribuído para o crescimento do Grupo.

**What major challenges does a private group face in Mozambique at the moment?**

The major challenges that the SOICO Group faces is the high level of illiteracy in Mozambican society. This factor represents a barrier to technological innovation. The lack of dissemination of information technologies and media and the lack of structures able to support technological innovation are also obstacles for a media group, such as ours, which focuses on technological innovation. But, generally speaking, the major challenges that private media bodies in Mozambique face are the same as those faced by foreign media bodies. Communication is global today; information is just a click away on a *tablet*, computer or *smartphone*. Our readers and viewers have access to content from all

«Eu tinha um sonho de infância que era o de desenvolver um projecto capaz de fazer a diferença» \\ «I had a childhood dream of developing a project able to make a difference»

around the world. In this context, it is imperative to always be at the forefront of technological innovation. Having a newspaper today isn't just about having a print edition, but also a digital edition, an online edition and a strong presence on social networks.

The same is true of television or of radio.

**What is the Group's main strategy?**

The strategy of the SOICO Group is based on four fundamental pillars, which include: innovation, differentiation, technology and human resources.

When we launched *STV* 13 years ago we were innovative in terms of formats and different in terms of content, which allowed us to lead the way in the ratings. These same principles were present when we created the newspaper *O País* or *SFM* radio station, when we made the decision to internationalise the Group through *STV Notícias* and more recently when we launched projects such as *MOZEFO* and *MOZTECH*. Nevertheless, you can't continue to innovate and be different in the media sector if you don't invest in the very latest technology. We have invested in technology as a factor in simplifying processes and naturally in reducing costs, which has sustained our growth. I have left the pillar that is fundamental to the SOICO Group's strategy to the end: human resources. Human capital is the base underlying our group's success. Over the years we have invested in exceptional professionals with an entrepreneurial, persistent and creative attitude and with a spirit of initiative, who have contributed to the growth of the group.

**O que se espera dos canais de comunicação que o Grupo detém – televisão (STV e STV Notícias), rádio (SFM) e jornal (O País)?**

A STV é o canal líder de audiências em Moçambique e o nosso objectivo é continuar a oferecer aos nossos telespectadores formatos inovadores e conteúdos diferenciadores que nos permitam consolidar a liderança. A STV Notícias tem sido uma plataforma de debate e de inclusão, onde todas as vozes podem ser ouvidas. A SFM é uma rádio jovem e de entretenimento e estamos muito satisfeitos com a aceitação que tem tido. O nosso plano passa por continuar a segmentar os nossos produtos e lançar, em breve, mais conteúdos específicos. O País é visto como um jornal de opinião e de referência para um segmento da nossa sociedade onde estão os principais decisores do país como gestores, políticos, académicos, empresários e investidores. Atingimos este patamar pela credibilidade, imparcialidade e acutilância do nosso jornalismo.

**Actualmente gere duas televisões: STV e STV Notícias. Um ano depois, que balanço faz deste grande salto? Como estão as audiências?**

Fazemos um balanço positivo e estamos muito orgulhosos do nosso trabalho. A STV Notícias tem tido muita aceitação, é um canal de informação por excelência, através do qual conseguimos levar notícias de Moçambique para os moçambicanos que se encontram na diáspora e para todos aqueles interessados no que se passa no país.

**Integra também o MOZEF0. Pode falar-nos um pouco sobre este Fórum Económico e Social Moçambicano?**

O MOZEF0 surge de uma discussão interna do Grupo SOICO sobre a necessidade de contribuirmos para o desenvolvimento do país. Nesse sentido, criámos o MOZEF0, uma plataforma alargada de diálogo e debate que pretende discutir os temas fundamentais do desenvolvimento e crescimento económico e social do país. O que o Grupo SOICO está a fazer é colocar um palco à disposição de todos para o debate, para o confronto de ideias e para a procura de soluções endógenas para o desenvolvimento do nosso país. A plataforma MOZEF0 será implementada através da realização de um fórum bienal, composto por três blocos: económico, social e cultural. Para preparar o fórum, promove-se um ciclo de conferências versando os temas estratégicos para o crescimento e desenvolvimento do país: recursos energéticos; agricultura e pescas;

**What can we expect from the media channels owned by the Group – television (STV and STV Notícias), radio (SFM) and newspaper (O País)?**

STV has the highest ratings in Mozambican television and our aim is continue to offer our viewers innovative formats and unique content, which will allow us to consolidate our leading position. STV Notícias has been a platform for debate and inclusion, on which every voice can be heard. SFM is a radio station for the young and for entertainment and we are very happy with the response it has enjoyed. Our plan involves continuing to segment our products and to launch, in the near future, new specific content. O País is seen as a newspaper with an opinion and relevance for a segment of our society to which the main decision makers of the country belong, such as management, politicians, academics, businesspeople and investors. We have reached this level through the credibility, impartiality and incisiveness of our journalism.

**You currently head two television channels: STV and STV Notícias. One year on, what assessment would you make of this major leap? How are your ratings?**

Things are going well and we are very proud of our work, STV Notícias has been well received; it is an exceptional news channel, through which we are able to bring news from Mozambique to Mozambicans living outside the country and to anyone who is interested in what is happening in the country.

**You are also part of MOZEF0. Can you tell us a little about this Mozambican Economic and Social Forum?**

MOZEF0 is the result of an internal discussion of the SOICO Group about the need for us to contribute to the development of the country. With this in mind we created MOZEF0, a broad platform for dialogue and debate aimed at discussing fundamental subjects for the economic and social development and growth of the country. What the SOICO Group is doing is providing a stage for debate for anyone, for the showdown of ideas and for the quest for endogenous solutions for the development of our country. The MOZEF0 platform will be implemented through the realisation of a biennial forum, made up of three blocks: economic, social and cultural. To prepare the forum, a series of conferences is being promoted, dealing with strategic subjects for the growth and development of the country: energy resources; agriculture and fishing; telecommunications

«O Grupo SOICO assenta em quatro pilares fundamentais que são: a inovação, a diferenciação, a tecnologia e os recursos humanos»  
\\ «The SOICO Group is based on four fundamental pillars, which include: innovation, differentiation, technology and human resources»



telecomunicações e transportes; serviços financeiros; e turismo. As conferências têm um modelo híbrido: no primeiro dia, uma sessão restrita de alto nível, envolvendo os principais actores públicos e privados de cada sector; no segundo dia, o MOZEF0 vai à Universidade na forma de debate aberto ao público, com transmissão em directo para todo o país e para o exterior, além de *live streaming* na internet.

**No que diz respeito à responsabilidade social, que projectos estão neste momento em curso e quais os motivos que levam a este tão forte envolvimento?**

A responsabilidade social é uma questão muito importante para o Grupo SOICO. A nossa grande aposta ao nível da responsabilidade social passa pela criação de uma entidade específica, a Fundação Moçambique em Acção, que terá como objectivo principal a capacitação dos moçambicanos através da aposta na formação com vista ao desenvolvimento socioeconómico de Moçambique. O Grupo SOICO tem vindo a desenvolver campanhas de

and transport; financial services; and tourism. The conferences have a hybrid model: on the first day, a restricted high-level session, involving the main public and private players from each sector; on the second day, MOZEF0 goes to the university, in the form of a debate open to the public, broadcast live to the entire country and abroad, in addition to being streamed live on the Internet.

**With respect to social responsibility, what projects are currently underway and what reasons lie behind such a major involvement?**

Social responsibility is a very important issue for the SOICO Group. Our major involvement in terms of social responsibility involves the creation of a specific body, the Mozambique in Action Foundation, the main aim of which will be the empowerment of Mozambicans through investment in training with a view to the socioeconomic development of Mozambique. The SOICO Group has been developing social responsibility campaigns in a number of



responsabilidade social ao nível de diversas áreas. Para além de acções de luta contra a problemática do HIV/SIDA. Temos a campanha de luta contra a malária através do movimento *Vamos Fazer Recuar a Malária*. O HIV/SIDA e a malária são as principais causas de mortalidade no nosso país e o Grupo SOICO não podia ficar alheio a esta realidade. Nesse sentido, desenvolvemos um programa de responsabilidade social denominado *Moçambique em Acção* que visará apoiar e desenvolver campanhas em áreas de acção como saúde, cultura e educação.

**O slogan da STV é «Onde a gente se vê». Onde se vê o Daniel hoje? E como vê os meios de comunicação em Moçambique?**

Vejo-me como alguém que tem ainda muito a fazer por Moçambique. Os meios de comunicação estão em crescimento e é necessário dar um grande salto para a sua consolidação.

«Fazemos um balanço positivo e estamos muito orgulhosos do nosso trabalho» \\ «Things are going well and we are very proud of our work»

areas. In addition to actions in the fight against HIV/AIDS. We also have the campaign for fighting malaria through the *Let's Drive Back Malaria* movement. HIV/AIDS and malaria are the main causes of death in our country and the SOICO Group cannot ignore this reality. As such, we have developed a social responsibility programme called *Mozambique in Action*, which will aim to support and develop campaigns in areas of action such as health, culture and education.

**STV's slogan is «Where people are seen». Where does Daniel see himself today? And what is your view of the media in Mozambique?**

I see myself as someone who still has much to do for Mozambique. The media is growing and a great leap is necessary to consolidate it.



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

**A PARTIR DE APENAS 1.590.000,00 MT**

Explore a sua paixão pela aventura. Com um design arrojado, o RAV4 apresenta linhas fluidas e elegantes para as exigências da vida familiar ou qualquer fuga da rotina. Com baixo consumo de combustível, o novo RAV4 possui a nova transmissão Automática CVT (Transmissão Variável Contínua), com modo sequencial de 7 velocidades, que permite trocas de marchas mais suaves e um desempenho soberbo. O RAV4 tem a sofisticação, versatilidade e a personalidade que espera de um SUV. Toyota RAV4 o carro ideal para a aventura.

**NOVO RAV4 DISPONÍVEL NAS VERSÕES 2.0 4X2 / 2.5 4X4 / CAIXA MANUAL OU AUTOMÁTICA.** Venha conhece-lo na delegação da Toyota de Moçambique mais próxima e descubra porque é que em Moçambique Toyota é Toyota!

Maputo · Beira · Chimoio · Quelimane · Tete · Nampula · Lichinga · Pemba  
Brevemente em Inhambane, Nacala e Palma · **Toyota é Toyota.**



**TOYOTA**  
MOÇAMBIQUE



SAMORA MACHEL

ART & CULTURE

# BAIRRO DA MAFALALA

O lugar de onde renasce uma nação  
The place where a nation is reborn

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY 1, 3, 5, 7 © DIREITOS RESERVADOS; 2, 4, 6, 8 © DANIEL CAMACHO

Hoje, a fronteira está esbatida. Hoje, contrariamente ao que aconteceu no passado, Moçambique é de todos. De todos os moçambicanos. Hoje, Mafalala é história. É símbolo de liberdade, de luta pela independência. É a imagem de um tempo subjugado que o bom coração do povo transformou em paz.

Antigamente, num tempo de perder de vista, pessoas de vários credos, e de diversos pontos do país, punham pés ao caminho em busca do *el dorado*: Lourenço Marques, actual Maputo. Xilunguine, terra de branco, exercia atracção pela possibilidade de trabalho, pelas hipóteses de melhores condições de vida.

Mafalala foi crescendo com os dias. Com os meses.

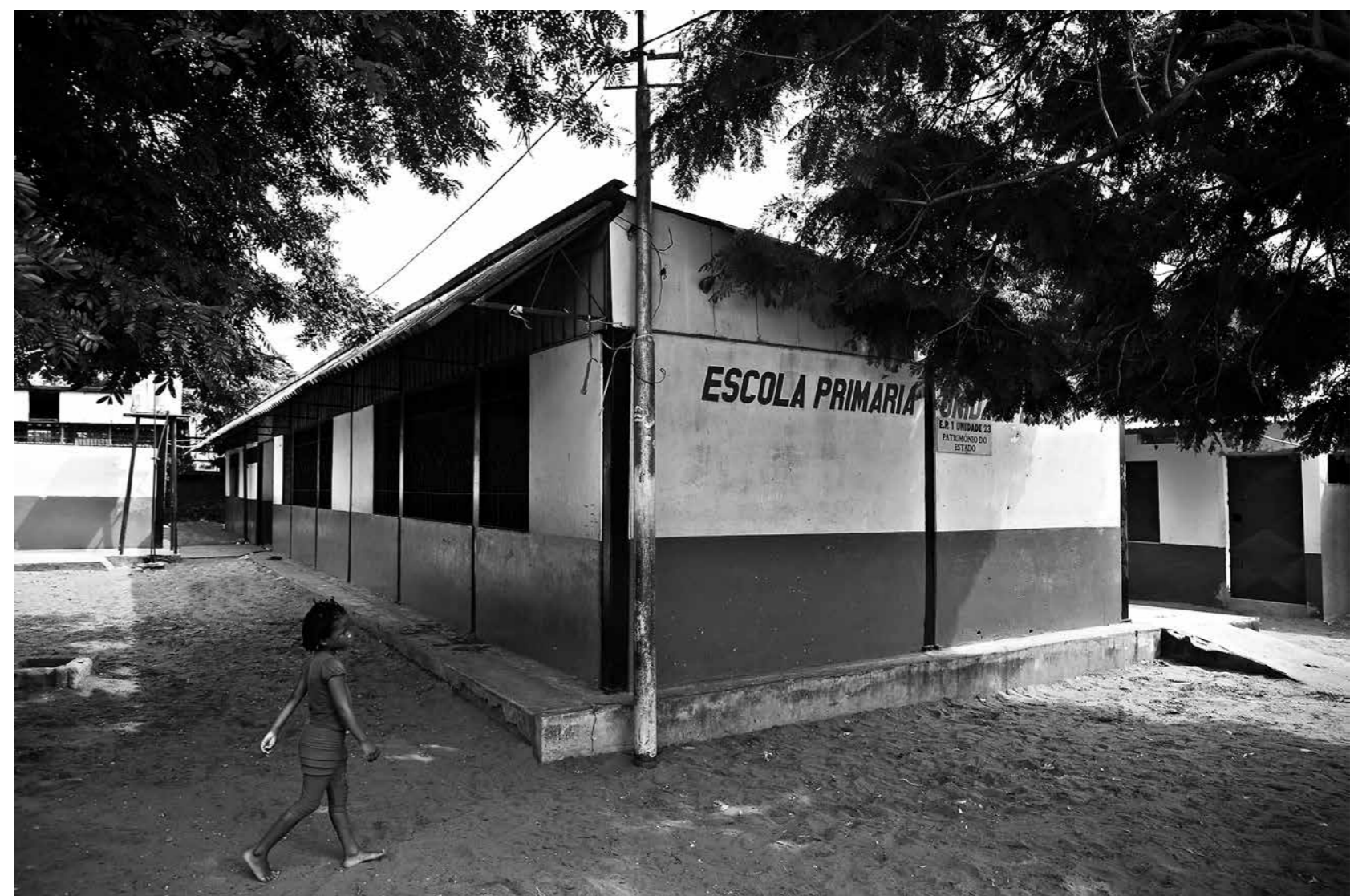
Com os anos. Dormitório dos trabalhadores, dos indignos da grande cidade. Mafalala começa a fermentar perguntas. Como parte excluída da cidade começa a criticar o *status quo* dessa hierarquia que impedia que os seus circulassem e vivessem na terra que lhes pertencia e a que todos os dias davam vida. Dois mundos distintos. Um de pedra, outro de caniço. E toda a mão-de-obra provinha da Mafalala. Instalam-se no bairro devagar. Vinham de todo o lado. Ilha

Today, its border is blurred. Today, unlike what happened in the past, Mozambique belongs to everyone. To every Mozambican. Today, Mafalala is history. It is a symbol of freedom, of fighting for independence. It is the image of a time of suppression, which the good heart of the people transformed into peace.

Formerly, in a time long ago, people of various creeds and from various parts of the country, set out in search of *El Dorado*: Lourenço Marques, known today as Maputo. *Xilunguine*, land of white, exerted an attraction for the chance of work it offered, for the chance of better living conditions.

Mafalala grew with every day that passed. With every month. With every year. A dormitory for workers, for those unworthy of the city. Mafalala started to seethe with questions. As an excluded part of the city it began to criticise the *status quo* of this hierarchy stopping its inhabitants from moving about and living in the land that belonged to them and which they gave life to every day. Two different worlds. One of concrete, another of straw. And the entire workforce came from Mafalala. Slowly they came and settled

Dois mundos distintos. Um de pedra, outro de caniço. E toda a mão-de-obra provinha da Mafalala. \\ Two different worlds. One of concrete, another of straw. And the entire workforce came from Mafalala.





EUSÉBIO DA SILVA FERREIRA



de Moçambique, Zanzibar, etc. Misturavam-se as línguas: macua, inglês, maconde, e outras. Entre negros, mestiços, goeses, indianos, chineses, etc., num mosaico cultural. Pacífico. Multireligioso. E quando se muda uma pessoa de sítio, muda-se sempre um pedaço de cultura, que ali se mesclava com outras, e que, a dada altura, faziam uma só, a de cada um, convivendo harmoniosamente. E foi por culpa do ritmo que o bairro hoje tem nome. A dança macua, do Norte do país, «Li-fa-la-la», gravada nos pés dos que vinham da antiga capital do país, a Ilha de Moçambique, foi vendo o seu nome alterar até ficar *Ka Mfalala*, que significa, sítio da Mafalala. Um espaço político de diversidade cultural.

Mas a música apenas fortalecia os corações. Os direitos civis começam a ser reivindicados.

Nascido em Gaza, mas a trabalhar como enfermeiro em Lourenço Marques, Samora Machel, e os seus camaradas Joaquim Chissano e Pascoal Mocumbi, ex-presidentes e primeiro-ministro de Moçambique, respectivamente, viveram durante algum tempo no mítico bairro multi-étnico, ainda jovens. Estas ruas, ladeadas de casas de madeira e zinco, onde espreitam sorrisos desconfiados à passagem dos turistas, foram o berço da FRELIMO – Frente de Libertação de Moçambique, o partido que 'governa' o país há mais de 40 anos.

in the neighbourhood. They came from all over the place. The Island of Mozambique, Zanzibar, etc. Languages mixed together: Makhuwa, English, Makonde and others. Among blacks, mestizos, Goans, Indians, Chinese, etc., in a cultural mosaic. Peaceful. Multifaith. And whenever anyone moves somewhere, a piece of culture always moves there too, which then mixes with others, and which lives in harmony with other cultures, and at a given time, becomes a single one in its own right. And it was down to rhythm that the neighbourhood now has its name. Makhuwa dancing, from the north of the country, «Li-fa-la-la», etched in the feet of those who

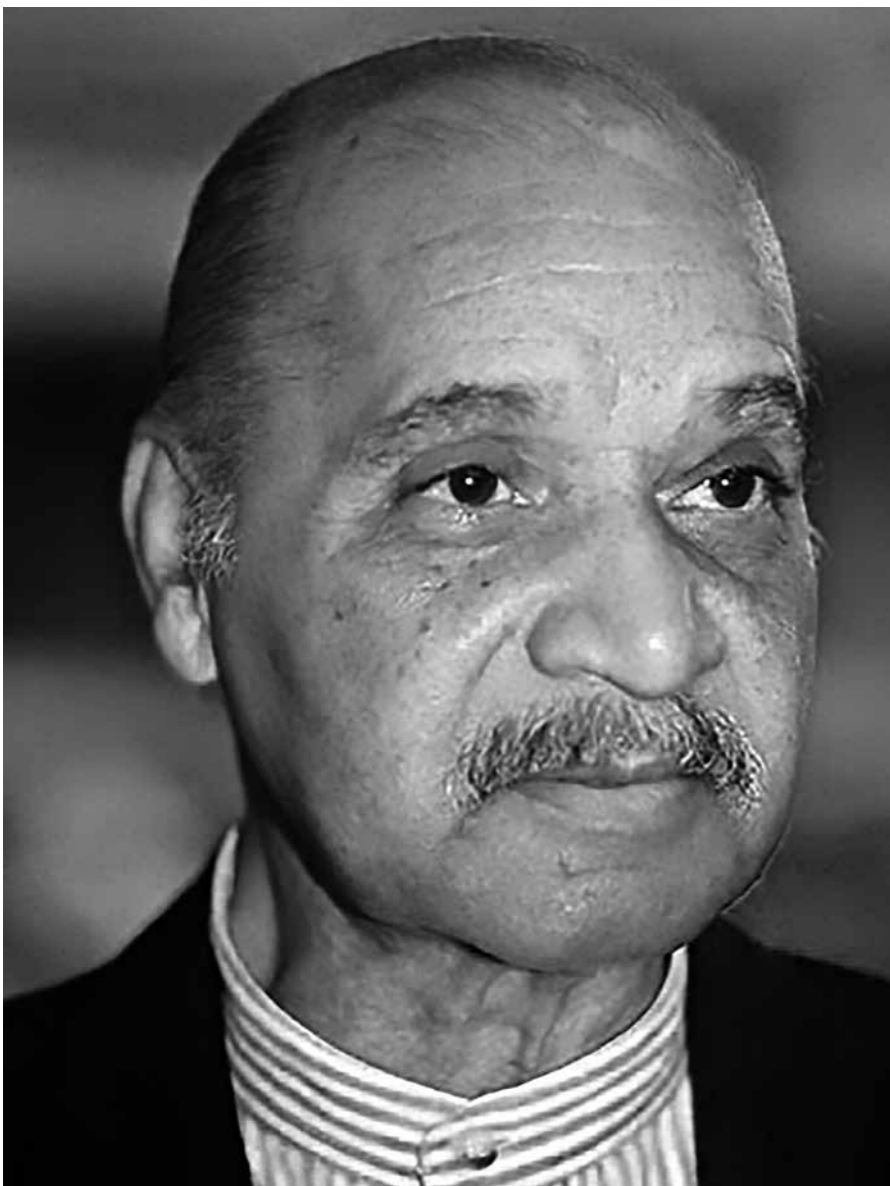
came from the old capital of the country, the Island of Mozambique, saw its name changed until it became *Ka Mfalala*, which means the place of Mafalala. A political space of cultural diversity.

But the music only strengthened their hearts.

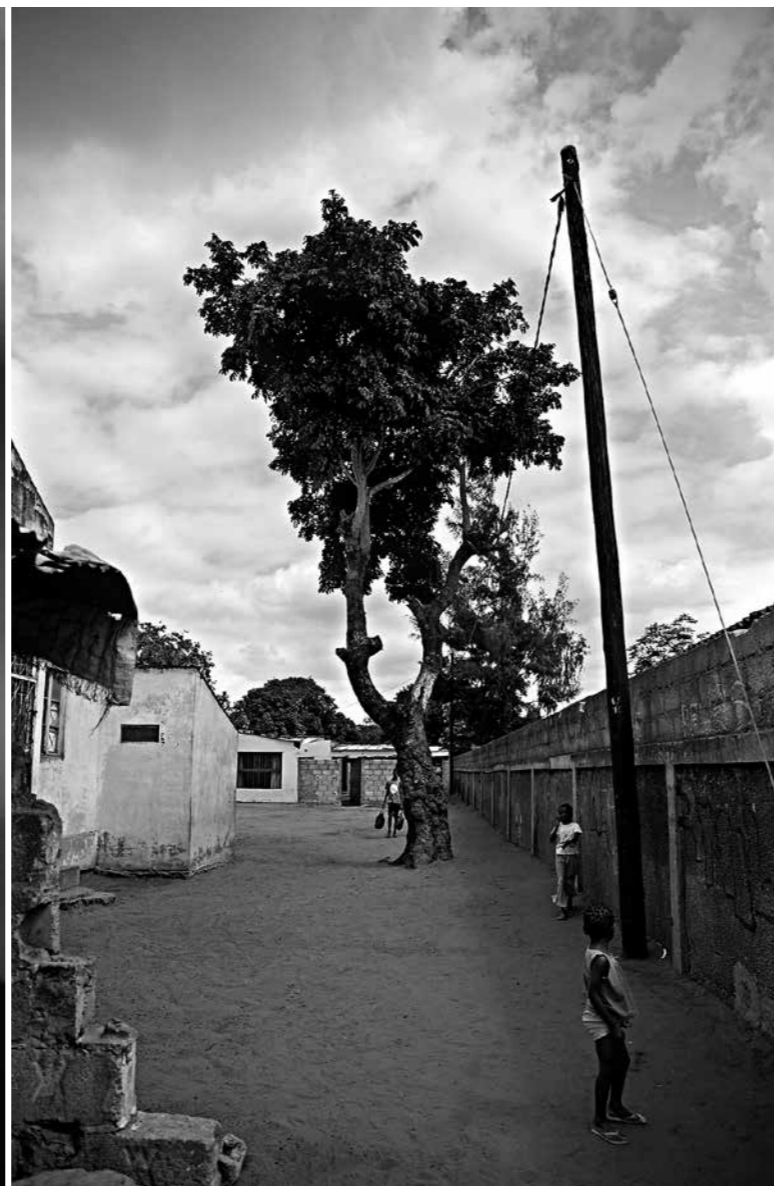
Civil rights started being demanded.

Born in Gaza, but working as a nurse in Lourenço Marques, Samora Machel, and his comrades Joaquim Chissano and Pascoal Mocumbi, former presidents and prime minister of Mozambique, respectively, lived for some time in the mythical multiethnic neighbourhood when they were young. These streets, flanked by wooden and zinc houses, where wary smiles look out at passing

A música apenas fortalecia os corações. Os direitos civis começam a ser reivindicados. \ \ The music only strengthened their hearts. Civil rights started being demanded.



JOSE CRAVEIRINHA



Mas destas ruas brotaram outras estrelas. Aqui nasceu e aprendeu a jogar futebol Eusébio da Silva Ferreira. Estrela do Benfica e da Seleção Portuguesa, este que foi um dos maiores futebolistas de todos os tempos. Tem, como homenagem, uma rua com o seu nome, mesmo em frente a um dos poucos campos de futebol que o bairro ainda conserva. Por estes lados continua a ser o rei, inspirando os mais pequenos que buscam o sonho do futebol.

Mas Mafalala deu mais ao país. José Craveirinha é considerado o maior poeta de Moçambique. Foi o primeiro moçambicano a ganhar o prémio *Camões*. Noémia de Sousa, poetisa e jornalista moçambicana. Mulher de uma coragem incrível. Fiel defensora dos valores africanos e humanos. Inconformista. Nos seus textos e poemas assume sempre uma atitude de protesto. Foi a voz da denúncia. Os dois, Craveirinha e Noémia, juntamente com Orlando Mendes, foram os primeiros a escrever um manifesto para a independência de Moçambique.

Com o passar do tempo, mesmo depois da independência, Mafalala continua a ser uma fonte de figuras ilustres, das mais variadas áreas.

Com o passar do tempo, mesmo depois da independência, Mafalala continua a ser uma fonte de figuras ilustres. \ \ Over time, even after independence, Mafalala is still a source of illustrious figures.

tourists, were the cradle of FRELIMO – Frente de Libertação de Moçambique (The Mozambican Liberation Front), the party 'governing' the country for more than 40 years.

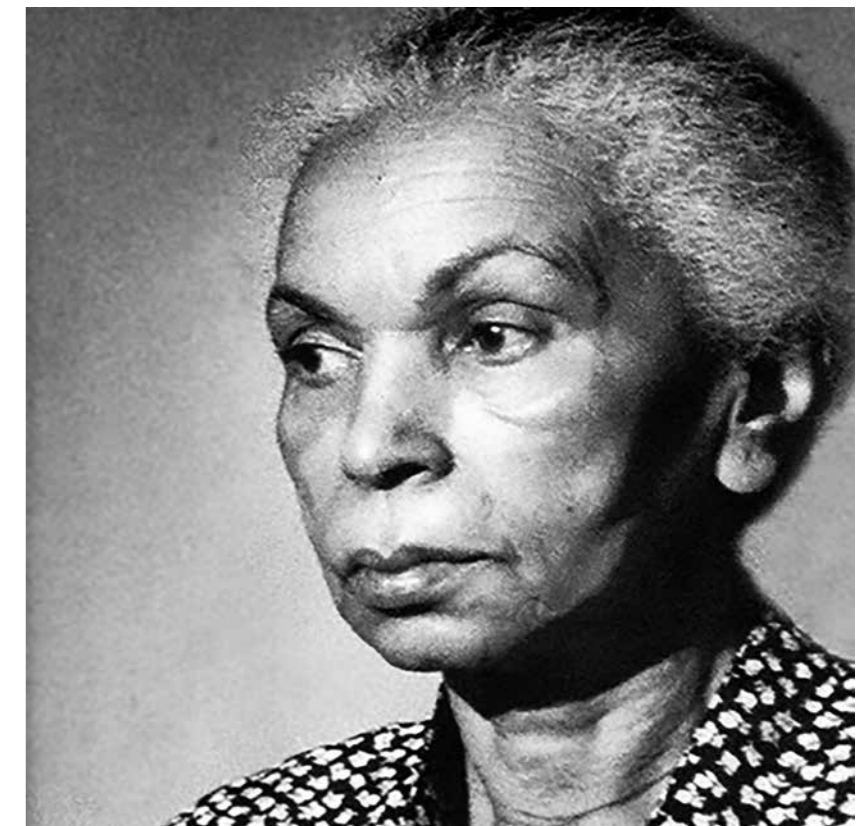
But other stars have burst forth from these streets. This is where Eusébio da Silva Ferreira was born and learnt to play football. Legend of Benfica and the Portuguese national squad, he was one of the greatest footballers of all time. As a tribute, a road has been named after him, right in front of one of the few football pitches the neighbourhood still retains. In these parts he is still the king, inspiring youngsters in their football dreams.

But Mafalala gave even more to the country. José Craveirinha is considered Mozambique's greatest poet. He was the first Mozambican to win the *Camões* literary award. Noémia de Sousa, Mozambican poet and journalist. A woman of incredible courage. Loyal defender of African and human values. Nonconformist. In her texts and poems she always assumes a stance of protest. Her voice condemned. Both of them, Craveirinha and Noémia, together with Orlando Mendes, were the first to write a manifesto for the independence of Mozambique.

A história da sociedade moçambicana passa obrigatoriamente por aqui. \ \ The history of Mozambique society can't help but pass this way.

Quem quiser visitar Mafalala pode procurar pela organização IVERCA, que tem estado a levar a cabo visitas guiadas ao bairro.

A história da sociedade moçambicana passa obrigatoriamente por aqui. Embrenhar-se nas vielas é assimilar o passado. É ter respeito pelos grandes nomes que usaram, cada um dos seus instrumentos, com o objectivo último de libertar uma nação. Aqui muito se disse. Aqui muito se calou. Aqui muito se resistiu. Este é o lugar onde renasceu uma nação.



NOEMIA DE SOUSA

Over time, even after independence, Mafalala is still a source of illustrious figures, from the most varied of areas.

Anyone who wants to visit Mafalala can do so through the IVERCA organisation, which has been carrying out guided tours of the neighbourhood.

The history of Mozambique society can't help but pass this way. Plunging into its alleyways is to take in the past. It is having respect for the great names that used each of their instruments with the ultimate goal of liberating a nation. Much was said here. Much wasn't said. Resistance was strong here. This is the place where a nation was reborn.





ART & CULTURE

# TUFO DA MAFALALA

## A dança das sereias moçambicanas The dance of Mozambican mermaids

O Tufo é uma dança proveniente de Nampula, que todos dizem ter as raízes em Agoche, passando só mais tarde a fazer parte da tradição da Ilha de Moçambique.

Depois de uma visita ao bairro da Mafalala, onde ficámos a saber que o local é uma fonte de história e de convivência entre vários credos e culturas, foi-nos apresentado o grupo de dança Tufo da Mafalala. As 18 senhoras, vestidas, pintadas e adornadas a rigor, guardam nas suas músicas, e nos movimentos que executam, um enorme poder de atracção. Ouvi-las e vê-las é o equivalente a beber um refresco num dia quente de Verão. A única coisa de que nunca ninguém gosta é que a exibição chegue ao fim tão rápido.

*Tufo* is a dance from Nampula, which everyone says has its roots in Agoche, and then only later became part of the traditions of the Island of Mozambique.

After visiting the neighbourhood of Mafalala, where we found out that the place is a source of history and coexistence of many creeds and cultures, we were introduced to the Mafalala *Tufo* dance group. The 18 ladies, dressed, painted and adorned *de rigueur*, boast in their music, and in the movements they make, an enormous power of attraction. Hearing them and seeing them is the same as drinking a cool drink on a hot summer's day. The only thing that nobody ever likes is that the performance comes to an end too quickly.

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY DANIEL CAMACHO



Os homens acendem uma fogueira. Têm de o fazer para aquecer as peles dos batusques, para esticá-las. Só assim o som sai perfeito. Se um grupo de tufo se prepara para cantar, dançar e enfeitiçar, é bom que o som esteja em conformidade. As mulheres esperam. Sentadas pacientemente numa esteira sobre o chão, aguardam o sinal. As suas faces, cobertas com mussiro, têm gravado a branco o mapa de África. Não há uma que não seja bela. Os olhares espelham um espírito alado. As vestes, onde não poderia faltar a capulana, são chamativas, em tons quentes, brilhantes e sedutores. Ou serão elas. Tinham-nos dito que o grupo de Tufo da Mafalala era perigoso. Nele se dizia estarem as *muthiana orera*, ou seja, as mulheres mais bonitas. O seu poder de sedução é tido como infalível. A elas não há o que lhes escape. A elas todos os homens se vergam.

Zaquia é a *reina* do Tufo. É a ela que todas as outras 18 têm mais respeito. Dança há 49 anos e garante que o Tufo é o seu grande amor. A sua única paixão. Os rapazes que

The men light a fire. They have to heat the skins of the drums, to stretch them. Only then can the sound come out right. If a *Tufo* group is preparing to sing, dance and bewitch, it's good that the sound is in line. The women are waiting. Sat patiently on a mat on the ground, they are waiting for the signal. Their faces, covered in white *mussiro* cream, recall the map of Africa. Not one of them isn't beautiful. Their gazes reflect a winged spirit. Their costumes, which wouldn't be complete without the *capulana* sarong, are striking, in warm colours, bright and alluring. Or is it them. We have been told the Mafalala *Tufo* group is dangerous. It is said to contain the *muthiana orera*, the most beautiful women. Their power of seduction is seen as infallible. Nothing gets past them. Every man submits to them.

Zaquia is the *Tufo* queen. The other 18 have the most respect for her. She has been dancing for 49 years and guarantees that *Tufo* is her great love. Her only passion. The boys playing the drums give the signal. They are all

tocam dão o sinal. Todos eles são filhos de Zaquia. Ouvem o Tufo desde a barriga da mãe. O som foi afinado. É hora de dançar. Zaquia é quem dá o mote e os cânticos começam a entoar e com eles balançam os corpos em movimentos desconcertantes. Damos por nós hipnotizados. Pelas cores. Pelas vozes. Pelo ondular natural de cada gesto que fazem. São as jóias que cintilam. Os olhares que brilham. Os sorrisos que não se escondem. Sorrimos também. Tudo é delicioso. Como serpentes, vão-se movendo de um lado para o outro, ora saltando à corda, ora batendo os pés no chão, de um modo único. Indescritível. Perde-se a noção do tempo. Há quantos minutos as vemos dançar? Só desejamos que não parem.

Por norma ensaiam sempre coreografias novas. Compõem-se novas músicas, novas letras. O Tufo é importante e quem o vê deve saber valorizá-lo. Para isso entendem que ele não pode cansar. E para que tal não aconteça é necessário inovar para nunca cair na rotina de se repetir até à exaustão sempre o mesmo repertório. Assim, quem exhibe

Zaquia's sons. They have been listening to *Tufo* since they were in their mother's belly. The sound is now in tune. It's time to dance. Zaquia gets them started and the chanting begins and with it they balance their bodies in disconcerting movements. We find ourselves hypnotised. By the colours. By the voices. By the natural rippling of every gesture they make. Their jewellery sparkling. Their eyes shining. Their smiles they cannot hide. We smile back. Everything is delicious. Like snakes, they move from one side to the other, one moment skipping over a rope, the next tapping the ground with their feet, uniquely. Indescribably. All sense of time is lost. How long have we been watching them dance? All we want is for them to never stop.

Normally they always rehearse new choreographies. They compose new music, new lyrics. *Tufo* is important and anyone who sees it should know to value it. As such they understand that it cannot stand still. And to stop this was happening they need to innovate so that they never get stuck in a rut, endlessly repeating the same *repertoire*.





está contente por mostrar algo novo. Quem assiste percebe que tudo o que vê foi feito com amor puro à dança. O Tufo, segundo dados históricos, era uma dança religiosa de louvor. Para a acompanhar usavam-se uns tambores de nome *ad-duff*, em árabe, que em português se denomina de adufo. A tradição foi crescendo e com o tempo o nome é abreviado para Tufo. Dançada apenas por mulheres, o Tufo enraíza-se nos locais islâmicos, como é o caso da Ilha de Moçambique, Nampula.

As letras retratam, em grande parte dos casos, vivências do dia-a-dia.

Uma vez que Mafalala é um bairro multicultural, não é de estranhar que haja uma comunidade que mantenha as tradições bem vivas, ainda que longe das suas origens.

As vestes, onde não poderia faltar a capulana, são chamativas, em tons quentes, brilhantes e sedutores. \ \

Their costumes, which wouldn't be complete without the *capulana* sarong, are striking, in warm colours, bright and alluring.

Thus, anyone performing is keen to show something new. Anyone looking on understands that everything they see is done with pure love for dance. *Tufo*, according to historical records, was a religious dance of praise. To accompany

it they used drums known as *ad-duff* in Arabic, known in Portuguese as *adufu*. The tradition grew and in time the name was shortened to *Tufo*. Danced by women alone, *Tufo* is entrenched in Islamic areas, as is the case of the Island of Mozambique, Nampula.

In most cases the lyrics tell of everyday experiences.

Seeing as Mafalala is a multicultural neighbourhood, it's no surprise that there is a community keeping these traditions alive, despite being far from their origins.

ART & CULTURE

# JACOB

Curandeiro: em nome da tradição  
Healer: in the name of tradition

TEXTO TEXT FILOMENA ABRELLA FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY DANIEL CAMACHO





Desde que há memória, o continente africano é sinónimo de paisagens virgens; de terra quente; de animais selvagens; de sons hipnotizantes; e de algo místico, que nos atrai a atenção para as velhas tradições espirituais, que governavam o mundo, muito antes de haver leis. No que toca à saúde, com o passar dos séculos a medicina foi-se impondo sobre os chamados «médicos-tradicionais» ou «curandeiros», mas as tradições são de tal modo profundas que, em muitos países, nomeadamente em Moçambique, esta forma de medicina alternativa assume um papel

For as long as people can remember, the African continent has been synonymous with unspoilt wilderness; with hot lands; with wild animals; with hypnotising sounds; and with something mystical, which draws your attention to ancient spiritual traditions, which governed the world long before the arrival of any laws. When it comes to health, with the passing of the centuries medicine has imposed itself onto so-called «traditional doctors» or «healers», but traditions are so deep-seated that, in many countries, and in particular Mozambique, this form of alternative

importante, complementar ou, em muitos casos, única, na prestação de cuidados.

Depois da independência do país, a pressão dos «curandeiros» sobre o governo foi tal que a medicina alternativa acabou por ser regulamentada. Só isso poderia pôr fim, entre outros problemas, à «caça aos bruxos» que se vivia um pouco nessa época. Com as políticas neo-liberais do regime de Samora Machel, a medicina tradicional começa a ser aceite pela população em geral, ou pelo menos passa a ser menos discriminada e isso foi a principal causa para que, em 1991, todas as práticas de medicina privada fossem liberalizadas. É neste contexto que surge a AMETRAMO – Associação dos Médicos Tradicionais de Moçambique, que se subdivide em vários grupos. Um deles, a GETM – Grupo Espiritual e Tradicional de Moçambique, fundado em 2004 por Ângelo Januário Jacob. Pese embora este já fosse curandeiro desde 1986.

A particularidade destes grupos vai além da solução dos problemas de saúde. Assume também a erradicação de problemas ditos sociais, familiares e do foro mais pessoal, como os financeiros, os amorosos, etc.

Comummente é assumido que os «poderes» que detêm, quer os divinatórios, quer os curativos, advêm do facto de terem a capacidade de possuírem algum tipo de ligação com o além, ou seja, com os espíritos dos antepassados.

Jacob, neto e filho de curandeiros, foi educado

num colégio católico, trabalhou nos Caminhos de Ferro de Moçambique, mas acabou por ceder à tradição familiar.

Tomou-se o baba Jacob, que significa mestre, e é dos seus rituais que nos fala. Quando alguém o consulta, a primeira coisa a fazer é perceber se o espírito que acompanha o seu paciente veio à procura de paz ou se veio para lutar. É a partir desse ponto que se inicia todo o processo. Jacob decide se coloca vestes encarnadas (*munguni*), para lutar com o espírito, ou brancas (*munzau*), para que se celebre a paz com ele.

Depois descobre-se o problema que atormenta o paciente. De seguida tenta perceber a causa que conduziu a esse problema. No fim, dependendo se o problema é de saúde, ou se é de carácter mais espiritual, percebe o que deseja o espírito que o provocou para se poder depois aplicar uma terapia adequada. Para Jacob o segredo da descoberta está, principalmente, no respeito pela tribo da família do pai, da mãe, mas também do nome de Deus.

medicine plays an important, complementary and, in many cases, unique role in care provision.

Following the country's independence, the pressure from «healers» on the government was such that alternative medicine ended up being regulated. Only this was able to put an end, among other problems, to the «witch(doctor) hunting» that was being experienced at this time. With the neoliberal policies of the regime of Samora Machel, traditional medicine began to be accepted by the general population, or at least it became less discriminated and this was the main reason why, in 1991, all private medicine practices were liberalised. It was within this context that AMETRAMO – Association of Traditional Doctors of Mozambique, came into being. The association is subdivided into several groups, one of which is GETM – Spiritual and Traditional Group of Mozambique, founded in 2004 by Ângelo Januário Jacob. Although he has been a healer since 1986.

The distinctiveness of these groups goes beyond solving health problems. It also includes the eradication of so-called social and family problems, or more personal issues, such as financial problems or issues in your love life, etc.

It is generally believed that the «powers» they have, be they divinatory, be they curative, come from the fact that they have the ability to possess some kind of connection with the afterlife, that is to say, with the spirits of ancestors.

Jacob, grandson and son of healers, was educated in a Catholic school, worked for the Mozambican Railway Company, but ended up giving into family tradition.

He became *baba* Jacob, which means master, and he talks to us about his rituals. When someone consults him, the first thing to do is to find out if the spirit accompanying his patient has come in search of peace or if it has come to fight. It is from this point that the whole process begins. Jacob decides if he should don red robes (*munguni*), to fight with the spirit, or white (*munzau*), so that peace can be celebrated with it.

Then he ascertains the problem that the patient is suffering from. Then he tries to understand the cause leading to this problem. At the end, depending if the problem is a health one or if it is of a more spiritual nature, he works out what the spirit causing it wants so that he can then apply a suitable therapy. For Jacob the secret of discovery lies principally in respect for the tribe of the family of the father, of the mother, but also of the name of God.

O segredo da descoberta está, principalmente, no respeito pela tribo da família do pai, da mãe, mas também do nome de Deus. \\ The secret of discovery lies principally in respect for the tribe of the family of the father, of the mother, but also of the name of God.



ART & CULTURE

# BUTCHECA

Busca constante pela harmonia  
Constant quest for harmony

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY DANIEL CAMACHO

Moisés Ernesto Mtsinhe Mafuian é Butcheca. No seu ADN está escrito que não é homem de uma arte só, por isso tem vindo, ao longo dos anos, a experimentar vários estádios: pintura, escultura e instalação. Precisa de beber novas técnicas, tocar novos materiais. Precisa de ver nos outros as horas a passar. E é delas que retira inspiração para os desenhos, quadros e esculturas que faz, misturando-as depois com aventuras próprias, com sonhos, com ideais. Desde 1990 que expõe com a regularidade de quem decidiu que a arte era a parte mais bonita da sua vida. De braços abertos é como tem sido acolhido, enquanto artista e pessoa. Principalmente no seu país, Moçambique.

Nas esculturas espelha sonhos.  
Medos. Anseios. Mas uma escultura  
terá sempre um toque de pintura. \\  
He reflects dreams in his sculpture.  
Fears. Wishes. But a sculpture will  
always have a touch of painting.

Moisés Ernesto Mtsinhe Mafuian is Butcheca. His DNA reveals that he is not a man of a single art, and as such throughout the years he has gone through several stages: painting, sculpture and installation. He needs to soak up new techniques, touch new materials. He needs to see the hours pass in others. And it is from them that he draws his inspiration for the drawings, paintings and sculptures he creates, blending them afterwards with particular adventures, with dreams, with ideals.

He has been exhibiting since 1990 with the regularity of someone who has decided that art was the most beautiful part of his life. He has been welcomed with open arms as an artist and as a person. Principally in his country, Mozambique.



O nome artístico carrega-o desde a infância, porque gostava de mexer em coisas, de fazer adaptações. Entre o changana e o inglês surge a alcunha que o tornou respeitado no meio onde hoje se insere. O «chec», mais tarde associado ao «bu», indicava aquele que procurava, que ia buscar, que descobria. Hoje tem 37 anos. É pintor e escultor. Hoje, tal como no dia em que soube que iria ser artista, vive em Maputo. Com apenas 12 anos começou a fazer retratos. Mais tarde veio a pintura e a escultura. E às tantas misturava tudo com arame e outros materiais. Buscava a harmonia e encontrou-a na mesclagem. As mãos, que não foram feitas para se dedicar a uma arte apenas, vão cedendo a várias criações, que vão sendo feitas ao mesmo tempo. E só assim se completa o seu coração. São obras deixadas ao tempo. Como que a fermentar. Se ainda incompletas, são espaço onde há muito por preencher. Por isso afirma, «volto sempre às obras». Uma vez terminadas, encerram um ciclo onde o artista já não tem espaço para se expressar mais.

Em 1997 tomou-se membro do Núcleo de Arte e esse passo ajudou-o a perceber que iria começar a dedicar tempo à investigação artística, «eu não sabia como fazer coisas que por vezes idealizava, por isso investigar métodos é algo de que gosto».

A investigação tem sido útil, principalmente na escultura. Trabalha com latas e arames. «Mas sai melhor se forem de grandes dimensões», afirma. Nas esculturas espelha sonhos. Medos. Anseios. Mas uma escultura terá sempre um toque de pintura.

Desde 2013 que percebeu que não podia guardar só para si a experiência que a vida lhe foi dando, por isso tem vindo a dar aulas de pintura aos mais pequenos na Escola Francesa, assim como recebe em casa aprendizes de escultores.

Dos temas que trata, gosta dos que vão ao encontro da verdade, do crescimento, do dia-a-dia. Pinta por isso crianças, que além de livros são uma presença, que, no entender do artista, marcam muito Moçambique, «são uma presença muito forte no país, tornam-se adultos muito cedo». Mas também gosta de imagens que fazem parte do quotidiano. Cenas de ruas. Homens que vendem nos passeios. Mulheres que 'desfilam', na baixa, com bacias na cabeça. A luta pela sobrevivência diária.

Também gosta de ensinar. Nos seus sonhos imagina que tem um atelier. Um grande atelier. Nele há espaço para

His 'stage name' has been with him since childhood, because he liked to tinker with things, to modify things. From a blend of Changana and English comes the alias that has made him respected in the *milieu* in which he is a part today. The «chec», later associated with «bu», meant he who was seeking, who was going to search, who discovered. He is now 37. He is a painter and sculptor. Today, much as on the day on which he knew he would become an artist, he lives in Maputo. At just 12 he began doing portraits. Painting and sculpture came later. And, at some point, he mixed everything with wire and other materials. He was searching for harmony and he found it in mixing. His hands, which were not made to be dedicated solely one art, yield to various creations, which are being made at the same time. And only thus is his heart complete. His works left to time. As if fermenting. As if yet complete, they are space with so much yet to fill in. Hence his statement, «I always return to my works». Once completed, they close a cycle in which the artist no longer has space to express himself anymore.

Dos temas que trata, gosta dos que vão ao encontro da verdade, do crescimento, do dia-a-dia. \ \ Of the subjects he tackles, he likes those in keeping with the truth, with growth, with everyday life.

In 1997 he became a member of the Núcleo de Arte cultural organisation and this step helped him to understand that he would start to dedicate time to artistic research. «I didn't know how to do things that I was devising, so researching methods

is something I enjoy».

The research has proved useful, particularly in sculpture. He works with tins and wires. «But they work better if they are large-scale», he says. He reflects dreams in his sculpture. Fears. Wishes. But a sculpture will always have a touch of painting.

Ever since 2013 he has understood that he couldn't go on keeping the experience life was giving him to himself, and so he has been giving painting classes to children at the French School, in addition to welcoming sculptor apprentices in his home.

Of the subjects he tackles, he likes those in keeping with the truth, with growth, with everyday life. He therefore paints children, who in addition to being free, are a presence, which, from the artist's perspective, greatly mark Mozambique, «they are a very powerful presence in the country, they become adults very early». But he also likes images that are part of daily life. Street scenes. Men sell-



todos aqueles que o procuram para aprender mais sobre escultura e sobre pintura.

De resto, Butcheca é um homem feliz com o seu trabalho. «Fazer uma obra não é fácil», diz. É preciso pensar. Idealizar. E, no processo criativo, é preciso que as mãos consigam ir ao encontro do pensamento. Por isso, remata, «conseguir uma obra é a minha maior felicidade».

De olhar sempre sereno, a conversa foi fluindo, ao mesmo ritmo que as tintas se espalhavam no espaço outrora branco da tela. Butcheca gosta de falar. Mas fala melhor se também estiver a trabalhar. Como se encontrasse as palavras certas à medida que a obra se compõe. E assim se compôs esta conversa. E assim se decompôs a alma de um artista.

«Conseguir uma obra é a minha maior felicidade» \\ \\  
«Accomplishing a work is my greatest joy»

ing on the roadside. Women that 'parade' in the city centre, with bowls on their head. The struggle for daily survival.

He also enjoys teaching. In his dreams he imagines he has a studio. A large studio. In it there is space for anyone wanting to learn more about sculpture and painting.

Moreover, Butcheca is a man who is happy with his work. «Creating a work isn't easy», he says. You need to think. To devise. And, in the creative process, your hands need to be able to keep with your thoughts. He therefore concludes, «accomplishing a work is my greatest joy».

With an ever serene eye, the conversation flows at the same rhythm as the paints are spread over the once blank space of the canvas. Butcheca likes to talk. But he is better at it when he is also working. As if he finds the right words as the work is being composed. And this is how this conversation was composed. And this is how the soul of an artist is broken down.

EPIC  SANA  
★★★★★ Lisboa

“O SERVIÇO CORRESPONDE ÀS 5 ESTRELAS”  
○○○○○

“A ATENÇÃO AOS DETALHES FAZ A DIFERENÇA”  
○○○○○

“PARA NEGÓCIOS NÃO HÁ MELHOR”  
○○○○○

## RECOMENDADO PELOS PRINCIPAIS ESPECIALISTAS: OS CLIENTES.

O EPIC SANA Lisboa é mais do que um hotel de 5 estrelas. É mais do que um espaço de excelência. Ao conforto do SPA, à modernidade das salas de reuniões, à beleza de um dos melhores rooftops internacionais e aos sabores do restaurante, juntamos um elemento fundamental para a experiência ser perfeita: a qualidade do atendimento. E não somos nós que o dizemos. São as pessoas que realmente importam: os nossos clientes.

Reservas/ Booking: + 351 211 597 300 | [info.lisboa@epic.sanahotels.com](mailto:info.lisboa@epic.sanahotels.com)



[www.lisboa.epic.sanahotels.com](http://www.lisboa.epic.sanahotels.com)



---

ART & CULTURE

---

# JORGE DOMINGOS

Chapéu-panamá, guitarra eléctrica e moustache \\ Panama hat, electric guitar and moustache

Jorge Domingos nasceu e cresceu ao som de uma guitarra. O pai, João Domingos, foi uma das suas grandes influências. Apaixonado por dois estilos de música distintos, o rock e a marrabenta, decide fundi-los, criando assim o «marrabenta-rock». De tão próprio que era, o guitarrista levou tempo a consolidar a sua própria marca. Hoje, não só é um dos mais antigos guitarristas de Moçambique, como é respeitado pela sua atitude progressista. Um exemplo de audácia para os mais novos. Mas nem sempre foi assim. Enfrentou muitas batalhas por amor à música, e até houve alturas em que 'fugiu' e pensou desistir. Mas não houve forma de abafar os acordes e a música. Felizmente venceu.

Jorge Domingos was born and grew up to the sound of a guitar. His father, João Domingos, was one of his major influences. Passionate about two different music styles, rock and *marrabenta*, he decided to blend them, thus creating «*marrabenta-rock*». As singular as this was, the guitar player took time to establish his own brand. Today, he is not only one of Mozambique's oldest guitarists, but also respected for his forward thinking attitude. An example of boldness for the younger generation. But it wasn't always like that. He has been through many battles because of his love for music, and there were even times in which he 'ran away' and thought about quitting. But there was no way to suppress the chords and the music. Fortunately he won through.

---

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY DANIEL CAMACHO

---

Os pais, ambos artistas, cruzaram olhares nos palcos, ao som da *marrabenta* que ele tocava e ela dançava. O nosso guitarrista nasceu algures, entre os espectáculos da vida, na cidade de Maputo, em 1963. O destino parecia-lhe traçado à nascença e Jorge Domingos bem tentou, mas não conseguiu fugir-lhe.

O próprio confessa, hoje, de cabeça erguida, que a música o fez enfrentar muitas batalhas e que, «se não a amasse, já teria desistido dela há muito tempo».

Impõe-se a pergunta: que batalhas foram essas? O músico responde com uma gargalhada pequena. De repente o olhar faz um breve recuar no tempo e leva-lhe a memória até aos tempos em que partiu para a África do Sul. Fugido da guerra em Moçambique, abandonou, por algum tempo, o sonho de ser guitarrista, pois isso não lhe dava sustento. Mas aos poucos a vida foi-se invertendo e nesses vinte anos em que morou no país vizinho conseguiu, pelo menos, colaborar com alguns músicos moçambicanos lá radicados, como é o caso de Gito Baiói e Tananas. Mas um dia regressou. E esse regresso pareceu-lhe mais difícil do que a partida. Tudo porque não foi fácil explicar à sua pátria quem era, e o que queria fazer. O seu estilo, tão próprio, é de tal modo distinto que se torna difícil descrever. Imaginemos uma gota de azeite num copo de vinagre. É precisamente daí que vêm os primeiros dissabores. A música não era a mesma que os ouvidos se habituaram a ouvir durante anos. Não era *marrabenta*. Mas também não era *rock*. Havia algo de novo neste artista. E nesse início as reacções eram adversas.

Outros tempos. Outras mentalidades. Que Jorge Domingos dobrou fazendo com que hoje os jovens o vejam como um exemplo de persistência.

Actualmente as opiniões positivas dominam o panorama musical. Toda a gente sabe quem é o vulto espectral que, no lusco-fusco do palco, se esconde por baixo de um chapéu-panamá, qual Tom Jobim moçambicano. Mas quando lhe desvendamos o rosto, o olhar é meigo, o sorriso afável, e o *moustache* quase poético.

Com um estúdio próprio, Jorge Domingos compõe também para outros artistas. Na praça musical nacional trabalha com grandes nomes, em casas de música de fusão. Mas também junta a sua arte à arte da coreografia, como já aconteceu, por exemplo, com Panaíbra Canda. Projecto

His parents, both artists, crossed paths on the stage, to the sound of *marrabenta*, which he was playing and she was dancing. Our guitarist was born somewhere, between the spectacles of life, in the city of Maputo, in 1963. His fate looked as if it was already decided at birth and Jorge Domingos, try as he might, has been unable to escape it.

Today, he himself confesses, his head held high, that music made him face many battles and that, «if I didn't love it, I would have quit it long ago».

This begs the question: what were these battles? The musician replies with a quick guffaw. Suddenly his gaze dips briefly back into the past and takes his memory back to the time in which he left for South Africa. Escaping the war in Mozambique, for some time he abandoned the dream of being a guitarist, as this didn't earn him a living. But little by little his life changed tack and in these twenty years living in the neighbouring country he managed, at least, to collaborate with some Mozambican musicians living there, as is the case of Gito Baiói and Tananas. But one day he came back. And this return seemed more difficult to him than his departure. Because it wasn't easy to explain

to his homeland who he was, and what he wanted to do. His very particular style is so distinct that it becomes difficult to describe. Imagine, if you will, a drop of olive oil in a glass of vinegar. And this is exactly where the first troubles begin. His music wasn't the same as his listeners had been used to hearing for

years. It wasn't *marrabenta*. But it wasn't *rock* either. There was something new in this artist. And in this initial phase reactions were negative.

Other times. Other mentalities. Which Jorge Domingos overcame, providing today's youth with what they see as an example of persistence.

At the moment positive opinions dominate the music scene. Everyone knows the ghostly figure under the dimmed stage lights, hidden beneath his panama hat, like a Mozambican Tom Jobim. But when he reveals his face, his gaze is tender, his smile friendly, and his *moustache* almost poetic.

With his own studio, Jorge Domingos also composes for other artists. In the national music scene he works with major names, in fusion music. But he also blends his art with the art of choreography, in collaborations with

Quando lhe desvendamos o rosto,  
o olhar é meigo, o sorriso afável,  
e o *moustache* quase poético. \\  
When he reveals his face, his gaze  
is tender, his smile friendly, and his  
*moustache* almost poetic.



que ambos irão repetir, em digressão pela Europa, antes de Jorge Domingos lançar o seu CD de originais, no final deste ano.

O seu tipo de música é arrojado. A sua guitarra, de oito cordas, como se fosse um amplificador do seu espírito, é rebelde, com uma personalidade muito vincada. Os sons são decididos, como que se fossem providos de vida própria. E esta é a única forma que encontra para dizer quem é. Sempre quis ir além dos cânones. Rasgar com o preconceito que faz com que os artistas sejam postos de lado apenas por querer pegar nas tradições e apimentá-las. Torná-las mais reais aos olhos dos tempos modernos. Dar-lhes oportunidade de respirarem outros ares, sem deixarem de ser quem são. Na sua opinião, «isso não é desvirtuar, é evoluir». E é exactamente isso que tenta fazer com a *marrabenta* ao misturá-la com o *rock*. E com o *rock* ao misturá-lo com a *marrabenta*. Não se conforma com o que existe. Mistura. Mistura e experimenta até achar que isso o satisfaz. Jorge Domingos é mais do que um artista contemporâneo. E quer digam bem, quer digam mal, todos acham o mesmo: é único!

Panaíbra Canda, for example. This is a project that they will both repeat, on a tour through Europe, before Jorge Domingos releases his CD of self-penned tracks at the end of this year.

His type of music is daring. His eight chord guitar, as if amplifying his spirit, is rebellious, with a very strong personality. The sounds are resolute, as if they have been invested with a life of their own. And this is the unique way he finds to say who he is. He has always wanted to play outside the rules. To do away with the prejudice causing artists to be sidelined simply for wanting to take traditions and spice them up. To make them more real to modern eyes. To give them the chance to breathe other airs, while remaining what they are. In his opinion, «this isn't distorting, it's evolving». And this is exactly what he is trying to do with *marrabenta* when he blends it with *rock*. And with *rock* when he blends it with *marrabenta*. He doesn't conform to what exists. He blends. He blends and experiments until he is happy with it. Jorge Domingos is more than a contemporary artist. And whether people like him or not, they all believe one thing: he is unique!





---

ECONOMY & BUSINESS

---

COGEF

# RIZWAN ADATIA

«Moçambique tem muitas oportunidades e um ambiente empresarial muito favorável» \ \

«Mozambique has a lot of opportunities and a very conducive business environment»

Rizwan Adatia é, para além de administrador do Grupo COGEF, um filantropo e um orador motivacional. Nasceu em Porbandar, na Índia, mas é em Maputo que tem hoje a sua casa. Profundamente espiritual, Rizwan acredita que a partilha dos seus conhecimentos e da sua experiência de vida ajudam a melhorar a vida dos outros. O seu grupo, COGEF, ligado ao *trading*, oferece canais de importação e comércio de exportação para entrega de produtos nacionais. Apesar de não ter concluído o 10.º ano, nada o impediu de chegar longe. O seu negócio abrange hoje 11 países, e emprega mais de 3500 funcionários. Recentemente, lançou a Fundação Rizwan Adatia, que tem por objectivo alcançar melhoramentos nas comunidades pobres e marginalizadas.

Besides being the chairman of the COGEF Group, Rizwan Adatia is a philanthropist and a motivational speaker. He was born in Porbandar, in India, but his home is now in Maputo. Deeply spiritual, Rizwan believes that sharing his knowledge and his life experiences helps improve the lives of others. His group, COGEF, a major trading concern, offers import channels and export trade for the delivery of national products. Despite dropping out of school and not completing year 10, nothing could stop him from achieving great things. His business now reaches 11 countries, and employs some 3500 staff. He recently launched the Rizwan Adatia Foundation, the aim of which is to achieve improved living conditions in poor and marginalised communities.

---

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY DANIEL CAMACHO

---

**Chegou a Moçambique, pela primeira vez, há 15 anos. O que é que o levou a investir neste país?**

Tendo em vista a diversificação dos nossos negócios, visitei alguns países africanos, antes de 1999 e, quando visitei Moçambique, decidi, imediatamente, transformá-lo na nossa base, a longo prazo. Desde 1999 a 2004, trabalhamos em parceria, mas a partir de 2004, iniciei a COGEF em Moçambique. Desde o início, foi nossa ambição expandir o negócio em todas as províncias de Moçambique, o que fizemos dentro do prazo. Neste momento, estamos a expandir para grandes e pequenas cidades e a promover as necessidades das vastas comunidades.

**Qual é o segredo que está por detrás desse tão importante e tão rápido aumento?**

Tendo, hoje em dia, experiência de cerca de 30 anos em África e clareza de ambientes empresariais, devo dizer que qualquer negócio necessita de ser processado com total honestidade, clareza, força vital e uma equipa dedicada. Com a nossa abordagem positiva e o propósito de servir o país onde estamos a trabalhar, temos o ingrediente correcto para o sucesso.

**Todos se apercebem como é importante para si a responsabilidade social. Em que projectos é que está, neste momento, envolvido?**

Presentemente, existem muitas organizações de base comunitária (OBC) ou ONG locais que são apoiadas pela FRA – Fundação Rizwan

Adatia, tendo em vista cobrir despesas básicas relativas a professores, alimentos para orfanatos, máquinas de costura para as viúvas e cadeiras de rodas para os cidadãos da terceira idade. Outra área de apoio tem a ver com a implementação directa, em que construímos escolas, fazem-se furos, ocupamo-nos de centros de desenvolvimento da primeira infância e disponibilizamos apoio directo para actividades geradoras de receitas.

É nossa responsabilidade moral, como seres humanos, ajudar as pessoas necessitadas e as desfavorecidas.

**O que é que o move para que tenha ficado tão envolvido em projectos de responsabilidade social?**

Eu tinha 16 anos de idade, vivia em Porbandar, perto de um hospital do governo, e trabalhava para uma empresa, com um pequeno salário de INR 175 / mês (\$10 / mês). Um dia, estava eu sentado do lado de fora da minha casa, muito orgulhoso porque um mês de ordenado ganho, arduamente, se encontrava no meu bolso e vi um ancião a correr na minha direcção e pediu-me a morada da farmácia mais próxima. Orientei-o e conduzi-o até à farmácia mais

**You first came to Mozambique 15 years ago. What made you to invest in this country?**

For the diversification of our business, I visited a few African countries before 1999 and, when I visited Mozambique, I immediately decided to make it our base, for the long term. From 1999 to 2004, we were working in partnership, but from 2004, I started COGEF in Mozambique. From the start it was our ambition to expand the business in every province of Mozambique, which we achieved on time. Now we are expanding in small and big towns and catering to the needs of vast communities.

**What is the secret behind such rapid and major growth?**

Now, having experience of around 30 years in Africa and clarity as to the business environment, I must say that any business needs to be done with full honesty, a clear vision, while its life blood is a dedicated team. With our positive approach and purpose of serving the country where we work, we have the right ingredient for success.

**Everyone can see how important social responsibility is for you. What projects are you currently involved in?**

Many local NGOs and community-based organisations (CBOs) are currently supported by the RAF – Rizwan Adatia Foundation, to cover their basic costs for teachers, food for orphanages, sewing machines for widows and wheelchairs for old age citizens. Another area of support is direct implementation, where we are building schools, bore holes, engaged in early childhood development centres and providing direct support for income generating activities.

It is our moral responsibility, as humans, to help the needy and underprivileged people.

**What moves you to be so heavily involved in charity projects?**

I was 16 years old, living in Porbandar, near a government hospital and working for a company with a small monthly salary of INR 175 (USD 10). One day when I was sitting outside my house, very proud that a month of hard earned salary was in my pocket, I saw an old man rushing towards me, before asking for the address of the nearby pharmacy. I guided and took him to the nearby pharmacy on my motorcycle. The bill for the medicine was INR 110 (USD 6.5) but he only had INR 70 (USD 4). I understood the situation and without even thinking, I immediately paid the full amount of the medicine bill. He was very grateful and prayed for me. I dropped him back at the hospital and

«É nossa responsabilidade moral, como seres humanos, ajudar as pessoas necessitadas e as desfavorecidas» \ \ «It is our moral responsibility, as humans, to help the needy and underprivileged people»



próxima na minha mota. A factura dos remédios era de INR 110 (\$6,5), mas ele apenas tinha INR 70 (\$4). Entendi a situação e, sem sequer pensar, paguei, imediatamente, o valor total da factura dos medicamentos. Ele sentiu-se profundamente agradecido e rezou por mim. Deixei-o ficar, de novo, junto do hospital e ofereci-me para que ele viesse ter comigo, de novo, se necessitasse de qualquer apoio. Desde essa altura, a minha jornada a caminho do sucesso começou aqui e cresceu exponencialmente.

Dei INR 110 (\$6,5), que era cerca de dois terços do meu salário de um mês. No entanto, nunca me senti tão feliz! Foi, nesse dia, que entendi o paradoxo de «Quanto mais deres, mais receberás». Doar para obras de caridade poderá melhorar a nossa sensação de bem-estar e pode fortalecer a nossa vida espiritual.

**Qual é o seu ponto de vista acerca do sector empresarial em Moçambique, não só em relação à sua abertura aos mercados externos, como também em relação a incentivos disponíveis no país, a fim de incentivar este sector?**

Moçambique tem muitas oportunidades e um ambiente empresarial muito favorável, muito melhor do que outros países africanos. As pessoas aqui são boas, bem-falantes e prontas para aceitarem desafios e apoios, havendo, no entanto, necessidade de valorizar e utilizar as suas forças para proporcionar suporte adicional para cobrir as áreas fracas.

offered for him to come back to me if he needed any kind of support. That is when my journey to success started and has since grown exponentially.

I gave INR 110 (USD 6.5), which was around two thirds of my monthly salary. Yet, I had never felt so happy! That was the day I understood the paradox of «The more you give, the more you receive». Donating to charity may improve your sense of well-being and can strengthen your spiritual life.

**What is your view of the business sector in Mozambique, with respect not only to how open it is to foreign markets, but also to incentives available in the country to foster this sector?**

Mozambique has a lot of opportunities and a very conducive business environment, far better than other African countries. People here are good, soft spoken, and ready to take on challenges and support. But you need to value them and use their strengths and provide additional support to cover weak areas.

# LIPOSHAPER®

+ DE 52.000 CASOS DE SUCESSO

**SEM ANESTESIA, SEM CORTES,  
SEM TEMPO DE RECUPERAÇÃO**



**3 MESES DEPOIS**

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

**3 MESES DEPOIS**

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

**3 MESES DEPOIS**

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

**3 MESES DEPOIS**

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

**3 MESES DEPOIS**

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

**3 MESES DEPOIS**

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

**3 MESES DEPOIS**

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

**3 MESES DEPOIS**

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

LÍDER MUNDIAL EM "LIPOASPIRAÇÃO" NÃO-INVASIVA

clínica do tempo DR. HUMBERTO BARBOSA

ELIMINA 100% DO EXCESSO DE GORDURA E ATÉ 20 CM EM QUALQUER ZONA DO CORPO  
 REGISTO FOTOGRÁFICO DE MAIS DE 52.000 PESSOAS PROVENIENTES DE TODO O MUNDO  
 TRATADAS COM SUCESSO COM ESTA TECNOLOGIA EXCLUSIVA DA CLÍNICA DO TEMPO®

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

**ESTAS FOTOGRAFIAS SÃO IMAGENS REAIS DE CLIENTES DA CLÍNICA DO TEMPO®**

PROCURE-NOS NO [facebook](#) [Like](#) FACEBOOK.com/clinicadotempo

**FACILIDADES DE PAGAMENTO**



---

ECONOMY & BUSINESS

---

IPEME

# CLAIRE MATEUS ZIMBA

«O IPEME é a estratégia para o desenvolvimento das PME em Moçambique»  
\\ «IPEME is the strategy for developing SMEs in Mozambique»

Claire Mateus Zimba, nascido em Maputo há 38 anos, é o director-geral do Instituto para a Promoção das Micro, Pequenas e Médias Empresas – IPEME. O seu percurso académico esteve sempre ligado ao Direito Empresarial, que o ajudou a ser catapultado para o cargo que, desde 2012, detém. Nesta entrevista realça não só a importância do IPEME, como também do empresariado moçambicano, que muito tem crescido nos últimos anos. Mesmo sendo um órgão recente, o IPEME tem sido um porto seguro para as empresas nacionais, principalmente na divulgação dos seus produtos. Prova disso são os projectos *CaDUP – Cada Distrito um Produto* e o concurso *100 Melhores PME*.

Claire Mateus Zimba, born in Maputo 38 years ago, is the managing director of IPEME – the Institute for the Promotion of Micro, Small and Medium Enterprises. His academic career has always been linked to business law, which helped rocket him to the post which he has held since 2012. In this interview he highlights not only the importance of IPEME, but also of the Mozambican business arena, which has grown greatly in recent years. Even though it is a recent body, IPEME has proved a safe harbour for national companies, primarily for promoting their products. Proof of this includes projects such as *CaDUP – Cada Distrito um Produto* (Each District one Product) and the *100 Melhores PME* (Top 100 SMEs) competition.

---

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY DANIEL CAMACHO

---

**O IPME é um organismo recente. Quando surgiu? E por que surgiu?**

O Instituto para a Promoção das Micro, Pequenas e Médias Empresas – IPME, entidade pública de âmbito nacional, foi criado em 2008 com o objectivo de desenvolver acções de promoção e apoio às micro, pequenas e médias empresas (MPME) e, também, de assegurar a implementação e monitoria da estratégia para o desenvolvimento das PME em Moçambique.

O IPME foi colocado como instrumento de resposta à remoção dos muitos constrangimentos enfrentados pelas MPME, designadamente: na falta de planificação e estruturação empresarial; na baixa qualificação da mão-de-obra (baixo conhecimento, experiência e poucas externalidades positivas decorrentes das capacidades profissionais); nas dificuldades na gestão empresarial (falta de conhecimentos básicos sobre a gestão empresarial e contabilidade), entre muitos outros.

**Que representatividade têm as PME no país?**

As PME representam cerca de 98,7% do número total (26.624) de empresas registadas em Moçambique, empregando 24,1% (121.036) da força de trabalho formal total do país. Da totalidade da população activa (cerca de 9,8 milhões de habitantes), em 2012, somente 8% trabalhava no sector formal. Apesar do seu reconhecido potencial

como motor de crescimento, o número de PME registadas bem como a sua produtividade continuavam ainda baixos. A sua contribuição no PIB não é mais de que 28,5%.

As microempresas correspondem a 79,6%, as pequenas a 9,6% e as médias empresas a 9,1% e têm um volume de negócios de 33,4% (131.572 milhões).

As MPME moçambicanas actuam em todos sectores de actividade, nomeadamente sectores primário (agricultura, indústria extractiva, pesca), secundário (construção civil e obras públicas) e terciário (saúde, educação, banca e seguros). É ao nível do comércio que as MPME se destacam mais (55,2%), hotelaria (21,4%), manufactura (9,9%), agricultura (2,8%), construção civil (0,8%), transporte e comunicações 1,4%.

**O empresariado moçambicano tem vindo a crescer. Em que medida este Instituto ajuda a promover novas empresas?**

A contribuição do IPME no fomento das PME tem-se centrado na provisão de serviços de assistência que se

**IPME is a recent body. When did it come into being? And why did it come into being?**

The Institute for the Promotion of Micro, Small and Medium Enterprises – IPME, a public body of national scope, was created in 2008 with the aim of developing promotional and support initiatives for micro, small and medium enterprises (MSME) and, also, to ensure the implementation and monitoring of the strategy for developing SMEs in Mozambique.

IPME was set up as a response instrument for the removal of many constraints faced by MSMEs, in particular: lack of business planning and structuring; poor qualifications of the workforce (low level of knowledge, experience and few positive externalities arising from professional abilities); business management difficulties (lack of basic knowhow about business management and accounting), among many others.

**Where to SMEs stand in the country?**

SMEs represent about 98.7% of the total number (26,624) of companies registered in Mozambique, employing 24.1% (121,036) of the total formal workforce of the country. Of the entire working population (about 9.8 million people), in 2012, only 8% were working in the formal sector. In spite of their recognised potential as an engine for growth, the number of SMEs registered, as well as their productivity, has remained low. Their contribution to the GDP is no more than 28.5%.

Micro companies represent 79.6%, small 9.6% and medium sized enterprises 9.1%, with a turnover of 33.4% (131,572 million).

Mozambican MSMEs operate in every sector, and primarily in primary sectors (agriculture, mining, fishing), secondary (civil construction and public works) and tertiary (health, education, banking and insurance). Trade is where MSMEs stand out the most (55.2%), followed by hotels (21.4%) and manufacturing (9.9%), agriculture (2.8%), civil construction (0.8%), transport and communications (1.4%).

Mozambican MSMEs operate in every sector, and primarily in primary sectors (agriculture, mining, fishing), secondary (civil construction and public works) and tertiary (health, education, banking and insurance). Trade is where MSMEs stand out the most (55.2%), followed by hotels (21.4%) and manufacturing (9.9%), agriculture (2.8%), civil construction (0.8%), transport and communications (1.4%).

**The Mozambican business arena has been growing. How is this institute helping to promote new companies?**

IPME's contribution to fostering SMEs has been focused on the provision of assistance services, which include the setting up of Centres for SME Business Development, SME Business Incubator, Access to the SME market,

«O IPME foi colocado como instrumento de resposta à remoção dos muitos constrangimentos enfrentados pelas MPME» \\ \\ «IPME was set up as a response instrument for the removal of many constraints faced by MSMEs»



situam a nível de implantação de Centros de Desenvolvimento Empresarial PME, Incubador Empresarial PME, Acesso ao mercado PME, Acesso a financiamento PME, Centro de Transferência de Conhecimento e Industrialização Rural PME, Ligações Empresariais PME, Contratação Pública PME, Programas de Apoio PME (Projecto *CaDUP – Cada Distrito um Produto*; Concurso *100 Melhores PME*;) e desenvolvimento de Políticas PME.

**Que facilidades de crédito estão a ser atribuídas às PME?**

Foi implementado um mecanismo de subsídios empresariais, um financiamento a fundo perdido para PME e associação de produtores. Depois foi assinada uma adenda do protocolo que reactivou e determinou a operacionalização do FECOP – Fundo Empresarial de Cooperação Portuguesa (no valor total de MZN 434.343.361,00 / USD 13.294.869,00). Este destina-se ao financiamento das MPME e às associações e cooperativas de produtores que operem nas áreas da indústria, comércio, turismo e serviços, através de modalidades de bonificação de juros e garantia de crédito – 55% quando se trata de pedidos de pequenas e médias empresas, 80% quando se trata de pedidos de microempresas e associações ou cooperativas de produtores, através do envolvimento de quatro bancos intermediários do FECOP (BCI, BIM, MozaBanco e Banco Único).

**Dos projectos em curso há um designado por *CaDUP*.**

**Pode explicar-nos em que consiste?**

*CaDUP – Cada Distrito um Produto* justificou-se por ser prioritário na intervenção da cadeia de valor da produção nacional através de micro, pequenas e médias unidades industriais e associação de produtores (atribuição). O *CaDUP* é um mecanismo de assistência empresarial para melhoria e maior eficiência da exploração dos recursos locais que abrange a intervenção em nove distritos das províncias de Maputo, Gaza, Inhambane, Manica e Nampula. O *CaDUP* visa capacitar as comunidades / MPME locais em eficiência produtiva; capacitar as comunidades / MPME em tecnologias de processamento simples de baixo custo; apoiar as comunidades / MPME na legalização das actividades, entre outros. O *CaDUP* cobre 251 beneficiários (micro, pequenas empresas e cooperativas de produtores).

Access to SME financing, SME Knowledge Transfer and Rural Industrialisation Centre, SME Business Links, SME Public Procurement, SME Support Programmes (*CaDUP – Cada Distrito um Produto (Each District one Product)* project; *100 Melhores PME (Top 100 SMEs)* competition) and developing SME Policies.

**What credit facilities are made available to SMEs?**

A business subsidy mechanism has been implemented, a SME and producer association grant system. Additionally, an amendment was made to the protocol that reactivated and determined the operation of FECOP – *Fundo Empresarial de Cooperação Portuguesa (Portuguese Cooperation Business Fund)* (to the total value of MZN 434,343,361.00 / USD 13,294,869.00). This is for financing MSMEs and for associations and producer cooperatives that operate in the areas of industry, trade, tourism and services through interest subsidies and credit guarantee – 55% when requests from small and medium enterprises, 80% when requests from micro enterprises and associations or producer cooperatives, through the involvement of four intermediary banks from FECOP (BCI, BIM, MozaBanco and Banco Único).

**One of the projects underway is called *CaDUP*. Can you tell us what it involves?**

*CaDUP – Cada Distrito um Produto (Each District one Product)* has proved to be of precedence in intervening in the national production value chain through micro, small

and medium industrial units and producer associations (assignment). *CaDUP* is a business assistance mechanism for the improvement and greater efficiency in exploiting local resources that includes intervention in nine districts of the provinces of Maputo, Gaza, Inhambane, Manica and Nampula. *CaDUP* aims to empower local communities / MSMEs in productive efficiency; to empower local communities / MSMEs in low cost simple processing technologies; to support communities / MSMEs in legalising activities, among other things. *CaDUP* covers 251 beneficiaries (micro, small companies and producer cooperatives).

«As PME representam cerca de 98,7% do número total (26.624) de empresas registadas em Moçambique» \\ «SMEs represent about 98.7% of the total number (26,624) of companies registered in Mozambique»



ECONOMY & BUSINESS

# BCI PRIVATE

## Cartão BCI Private Platinum BCI Private Platinum card

PUB

*BCI Private Platinum* é já um símbolo de sofisticação, prestígio e distinção, entre todos os cartões emitidos em Moçambique.

Destinado apenas a um conjunto muito restrito de clientes *BCI Private*, proporciona aos seus titulares maior conveniência nas compras e pagamentos, com limites de pagamento e levantamento a crédito adaptados às suas necessidades, em toda a rede internacional de POS e ATM VISA.

Para além da oferta permanente do serviço de alertas SMS e de um amplo pacote de seguros, o cartão *BCI Private Platinum* dá ainda acesso a vantagens aliciantes em lojas e instituições de referência no âmbito do programa de parcerias do BCI.

*BCI Private Platinum* is already a symbol of sophistication, prestige and distinction among the many bank cards issued in Mozambique.

Available to only a very restricted number of *BCI Private* customers, it provides its holders with greater convenience when making purchases and payments, with payment limits and credit withdrawals adapted to their requirements, throughout the entire international VISA ATM and POS network.

In addition to permanent provision of the SMS alerts service and of an ample insurance package, the *BCI Private Platinum* card also gives you access to enticing benefits in leading stores and institutions as part of the BCI partners programme.

INSPIRING PLACES

# ILHA DE MACANETA

Pequena em dimensão. Grande em beleza.  
Small in size. Great in beauty.

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY DANIEL CAMACHO





Saimos da capital em direcção ao litoral norte. Rumámos ao distrito de Marracuene, ainda dentro da província de Maputo, com o objectivo de chegar à Ilha de Macaneta. O percurso, feito de carro, interrompe-se à entrada do rio Incomáti. A travessia é normalmente feita de *ferry*. Mas quando este se encontra avariado, como foi o caso, então a passagem é feita nos pequenos barcos de madeira dos pescadores.

Enquanto esperamos a nossa vez usufruímos da agitação dos locais. O frenesim provém dos turistas que aguardam que os barcos os levem para o outro lado, mas também do peixe fresco que ali está para ser vendido, das frutas e do riso animado dos mais pequenos que dão ainda mais vida à sonoridade das línguas dos habitantes, o varhonga e o xichangana.

Fazemos a travessia. Do lado de lá espera-nos uma ilha peninsular, conhecida por Ilha de Macaneta, anteriormente conhecida como Vila Luísa. O Índico é como uma sereia que chama. Após a travessia são mais oito quilómetros até chegar à praia. Um areal branco de perder de vista, água quente e um sol que pede atenção.

Pelo meio vemos a paisagem. Agricultores que pastam o gado. Pássaros que dançam entre a vegetação e o céu.

A terra é de quem a governa. E esta ainda trata a natureza por mãe.  
 \ \ The land belongs to whoever governs it. And this still refers to nature as mother.

We headed out of the capital, towards the northern coast. Bound for the district of Marracuene, still within the province of Maputo, our goal, to reach the Island of Macaneta. The journey, made by car, comes to standstill at the mouth of the River Incomáti. The crossing is usually made by ferry. But when the ferry is out of order, as it was when we arrived, the crossing is made on small wooden fishing boats.

While we wait for our turn to come, we enjoy the excitement of the locals. The hubbub is due to tourists waiting for the boats to take them to the other side, and also to the fresh fish on sale there, as well as fruit, and due to the lively laughter of children, who bring even more life to the resonance of the languages of the inhabitants, *varhonga* and *xichangana*.

We make the crossing. On the other side a peninsular island is waiting for us, known as the Island of Macaneta, formerly known as Vila Luísa. The Indian Ocean is like a mermaid calling out to us. After the crossing, another eight kilometres are required before reaching the beach. A white stretch of sand, disappearing into the distance, warm water and sun demanding our attention.

Studying the landscape, there are farmers, tending to their herds. Birds dancing between the vegetation and the







Palmeiras que parecem ter sido ali plantadas com o único objectivo de tornarem todo o quadro ainda mais bonito... A terra é de quem a governa. E esta ainda trata a natureza por mãe.

Marracuene, e mais propriamente a Macaneta, sempre foi considerada um dos melhores locais para se fazer turismo. As suas longas praias, que se estendem ao longo de 33 quilómetros de puro paraíso, são autênticos postais. Mas a beleza da ilha não se confina apenas à costa, por isso vale a pena dar uma volta até aos pontos que o mar não consegue alcançar.

sky. Palm trees seemingly planted there solely to make the whole setting even more beautiful... The land belongs to whoever governs it. And this still refers to nature as mother.

Marracuene, and more specifically Macaneta, has always been considered one of the best places for tourism. Its long beaches, which extend over 33 kilometres of pure paradise, are picture postcard perfect. But the beauty of the island is not confined just to the coast, making it worthwhile to take a look at the parts the sea is unable to reach.



AQUI DAMOS FORMA AOS SEUS SONHOS  
HERE WE GIVE SHAPE TO YOUR DREAMS

# HOTEL CASCAIS MIRAGEM

HEALTH & SPA



Os melhores momentos não se esquecem... Pense num lugar especial para um momento especial. O Hotel Cascais Miragem é esse local. Numa atmosfera de requinte, com uma vista deslumbrante sobre o Atlântico, é o local perfeito para a sua viagem de férias ou de negócios. Com 192 quartos, incluindo 11 suites à sua escolha, 18 salas de reuniões e congressos, 2 bares e 2 restaurantes, lojas, Health & Spa e um serviço capaz de satisfazer as mais exigentes expectativas.

O Hotel Cascais Miragem é um mundo à parte.

Best moments are never forgotten. Think of a special place for a special moment. Hotel Cascais Miragem is that place. In a luxurious ambience, with breathtaking views over the Atlantic Ocean, it is the perfect place for either business or pleasure. With 192 rooms, including 11 suites, 2 restaurants and 2 bars, health & spa, 18 meeting rooms and a service of excellence able to exceed the highest expectations.

Hotel Cascais Miragem is a world apart.

[www.cascaismirage.com](http://www.cascaismirage.com)

Av. Marginal nº8554, 2754 - 536 Cascais | Tel. (+351) 210 060 600 | Fax (+351) 210 060 601

INSPIRING PLACES

# ESLOVÉNIA

O coração da Europa \ \ The heart of Europe

TEXTO TEXT MARIA AMÉLIA PIRES \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY WWW.SLOVENIA.INFO; 1 @UBALD TRNKOCZY; 2 @DUNIA WEDAM; 3 @MATEJ VRANIC; 4 @B. KLADNIK; 5 @ALES FEVZER; 6 @MARKO PETREJ; 7 @D. WEDAM; 8 @B. JAKSE; 9, 11 @TOMO JESENICNIK; 10 @J. SKOK



É o quarto país mais pequeno da União Europeia, em termos de área, mas fica no coração da Europa, fazendo fronteira com a Croácia, Itália, Áustria e Hungria, sendo um excelente ponto de partida para visitar o Velho Continente.

Para onde quer que nos viremos, tudo é verde, com laivos de outras cores, ditadas, sobretudo, pela vontade das estações; para onde quer que vamos, as paisagens mudam de feições, uma diversidade que encontra poucos rivais no mundo inteiro e que permite os mais variados tipos de actividades recreativas. Para além do Mar Adriático, o país é cruzado por imensos rios de águas puras e cristalinas.

It is the fourth smallest country in the European Union in terms of area, but it lies in the heart of Europe, sharing its borders with Croatia, Italy, Austria and Hungary, making it an excellent starting point for visiting the Old Continent.

Wherever you turn, everything is green, with splashes of other colours, dictated primarily by the whims of the seasons; wherever you go, the landscapes change their features, with a diversity that knows few rivals around the world and allows for a varied range of recreational activities. In addition to the Adriatic Sea, the country is crisscrossed by huge rivers of pure and crystal clear waters.



Ljubljana, a capital, é uma cidade europeia de tamanho médio – dizem que feita à medida do Homem –, mas pode oferecer tudo o que têm as grandes metrópoles, preservando, ainda, a amabilidade das pequenas vilas. Aqui, cruzam-se culturas de Leste e Oeste e o antigo entrelaça-se de forma harmoniosa com o novo. É casa de numerosos teatros, museus e galerias, e é também conhecida por ter uma das mais antigas filarmónicas do mundo. No Verão, as esplanadas que se abeiram do Rio Ljubljanica e inseridas no centro histórico enchem-se de gente: universitários, homens e mulheres de negócios e turistas que dali partem à descoberta do país.

Ljubljana, the capital, is a medium-sized European city – they say it is made to fit man – but can offer everything you find in major cities, while preserving the friendliness of small towns. Here we find a melting pot of eastern and western cultures, where the ancient is interwoven harmoniously with the new. It is home to many theatres, museums and galleries, and is also known for having one of the oldest philharmonic orchestras in the world. In the summer, the terraces overlooking the River Ljubljanica and dotted around the historic centre are packed with people: students, business men and women and tourists, who head off from here to discover the rest of the country.



A maior parte da zona dos Alpes Julianos faz parte do Parque Nacional de Triglav. Perto deste, fica Bled, a vila turística mundialmente conhecida por oferecer as mais variadas possibilidades para todo o tipo de recreio, salas de congressos, casinos e campos de golfe. Nos arredores, há pistas de ski, trilhos para ciclismo de montanha, a possibilidade de praticar asa-delta e alpinismo. Em Planica, todos os anos se organizam competições de saltos de ski em que participam os melhores atletas do mundo.

Most of the Julian Alps area is part of the Triglav National Park. Close by we find Bled, a tourist town known around the world for offering the most varied possibilities for all kinds of recreation, convention halls, casinos and golf courses. Nearby, there are ski slopes, mountain biking trails, the possibility to go paragliding and mountaineering. In Planica, every year ski jump competitions are organised in which the best athletes in the world take part.



A costa eslovena tem cerca de 47 km e nela ficam as cidades de Piran, Izola e Koper que ostentam uma imagem medieval. Devido ao seu carácter algo misterioso, a região calcária eslovena, Karst, é uma das mais visitadas. O calcário e a água cavam buracos, desvendam nascentes, fossos, criando numerosos abismos e grutas cársticas, autênticos tesouros naturais.

Na zona de Karst, situa-se também Lipica, berço de uma famosa quinta de cavalos, criadora de uma reconhecida raça equídea. Hoje em dia, existe uma reputada escola de equitação, palco internacional das tradicionais competições de equitação desportiva.

Estando na Eslovénia, pode começar o dia nas montanhas, continuar pelas quintas e vales, ou talvez na costa adriática, e, antes do fim do dia, usufruir dos prazeres de um spa termal. Pode provar os 24 tipos de gastronomia e alguns dos vinhos provenientes dos seus 14 distritos vinícolas (Maribor é uma das grandes regiões vitivinícolas).

Esta incrível diversidade de paisagens faz da Eslovénia uma mistura atractiva de sofisticação urbana e graciosa rusticidade.

The Slovenian coast covers some 47 kilometres, along which stand the towns of Piran, Izola and Koper, all medieval in their make-up. Given its somewhat mysterious character, the Slovenian limestone region of Karst is one of its most visited. Water carves out holes in the limestone, uncovers springs, gaps, creating numerous shafts and karst caves, authentic natural treasures.

The area of Karst is also home to Lipica, birthplace of a famous stud farm, where the famous Lipizzaner horse is bred. Nowadays, there is a highly regarded riding school, the stage of international competitions in traditional eventing.

As this is Slovenia, you can start the day in the mountains, continue through estates and valleys, or perhaps along the Adriatic coast, and, before the end of the day, enjoy the pleasures of a thermal spa. You can taste the 24 types of *cuisine* and some of the wines from its 14 wine-growing districts (Maribor is one of the great wine regions).

This incredible diversity of landscapes makes Slovenia an attractive blend of urban sophistication and rustic charm.



"A melhor maneira de nos prepararmos para o futuro é concentrar toda a imaginação e entusiasmo na execução perfeita do trabalho de hoje."

"Dale Carnegie"  
Somos diferentes.

**addwise** »  
forward thinking

Cuidar do futuro

[www.addwisegate.com](http://www.addwisegate.com)

\*Em Angola existem 13 Zonas de Protecção Integral da Natureza, correspondem a 6% da superfície do país, distribuídas por 6 Parques Nacionais, 1 Parque Natural Regional, 2 Reservas Naturais Integrais e 4 Reservas Naturais Parciais.

INSPIRING PLACES

# GRAND HOTEL TREMEZZO

TEXTO TEXT ESTELA ATAÍDE \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY GRAND HOTEL TREMEZZO, LAKE COMO



Um século de charme  
A century of charm



Estamos em Julho de 1910, mês de dias quentes e noites que convidam a magníficos banquetes e bailes que se estendem pela madrugada. Nas margens do Lago de Como, o recém-inaugurado Grand Hotel Tremezzo acolhe com opulência as elites europeias, que se deixam fascinar pela localização exclusiva e pela surpreendente beleza deste palácio em Tremezzo.

Nascido da paixão de Enea Gandola e da sua esposa Maria Orsolini por coisas e locais particularmente belos,

It's July, 1910, a month of warm days and nights conducive to magnificent banquets and balls that stretch right on into dawn. On the banks of Lake Como, the recently opened Grand Hotel Tremezzo opulently welcomes Europe's elite, who are left fascinated by the exclusive location and by the astounding beauty of this palace in Tremezzo.

The materialisation of the passion of Enea Gandola and his wife Maria Orsolini for particularly beautiful things and places, the hotel soon made its mark as a stylish and

rapidamente o hotel se afirma como um refúgio de classe e sofisticação entre os mais exigentes viajantes oriundos de Inglaterra, Alemanha, França, Áustria, Bélgica, Suíça e mesmo da Rússia czarista.

Um dos mais antigos e luxuosos hotéis de cinco estrelas no Lago de Como, o centenário Grand Hotel Tremezzo mantém o charme original que cativou os visitantes em 1910, recebendo até hoje os seus convidados num ambiente soberbo, característico da Europa do início do século XX. Directamente virado para o lago e para Bellagio, cidade conhecida como «a pérola do Lago de Como», é o local ideal para desfrutar de alguns dias de descanso num dos mais cobiçados destinos do mundo, ao melhor estilo *dolce far niente* italiano.

Decorados em tons pastel ao estilo *Art Nouveau* e enriquecidos com tecidos sumptuosos, mobiliário de época e

sophisticated refuge for the most discerning of travellers from England, Germany, France, Austria, Belgium, Switzerland and even tsarist Russia.

One of the oldest and most luxurious five-star hotels on Lake Como, the century-old Grand Hotel Tremezzo retains the original charm that enthralled visitors in 1910, and right up to this day welcomes its guests in a superb setting, characteristic of Europe at the start of the 20<sup>th</sup> century. Directly facing the lake and towards Bellagio, the city known as «the pearl of Lake Como», it is the ideal place to enjoy a few days of rest in one of the world's most desirable destinations, in the best Italian *dolce far niente* style.

Decorated in pastel shades and to the *Art Nouveau* style, and embellished with sumptuous fabrics, period furniture and works of art, the most striking feature of the 80

Quando decidirem explorar as redondezas, os hóspedes têm à sua disposição uma tradicional lancha veneziana. \ \ When they decide to explore the surroundings, guests have a traditional Venetian launch at their disposal.





obras de arte, os 80 quartos e 12 suítes têm a sua característica mais marcante na beleza natural que atravessa as centenas de janelas espalhadas pelo hotel, brindando os hóspedes com vistas deslumbrantes de Bellagio, do lago e dos jardins floridos que rodeiam a propriedade.

Além de três piscinas – nos jardins, no spa e no lago –, o hotel coloca ao dispor dos seus convidados diversas opções de entretenimento, nomeadamente um campo de ténis, ginásio e o T Spa, que combina excelentes tratamentos ESPA com o poder rejuvenescedor da beleza do Lago de Como. Cinco restaurantes e *snack bars*, conduzidos pelo chef Gualtiero Marchesi, tiram partido da riquíssima gastronomia italiana para criar momentos inolvidáveis. No La Terraza, os melhores sabores da cozinha italiana são servidos com vista sobre o lago; no L'Escale Fondue & Wine Bar refeições informais de *fondue* são acompanhadas pelos melhores vinhos e, para um *cocktail* ao pôr-do-sol, o romântico T Bar é a escolha ideal. O T Pizza é perfeito para almoços no coração do parque e, para os convidados que não abdicam de nenhum raio de sol, o T Beach é a melhor opção.

Quando decidirem explorar as redondezas, seja num exclusivo passeio pelo lago ou rumo a Bellagio, que está a apenas cinco minutos de barco do hotel, os hóspedes

rooms and 12 suites is the natural beauty passing through the hundreds of windows dotted around the hotel, treating guests to stunning views of Bellagio, of the lake and of the floral gardens surrounding the property.

In addition to three swimming pools – in the gardens, in the spa and in the lake –, the hotel places many entertainment options at its guests' disposal, and in particular a tennis court, gym, and the T Spa, which combines excellent ESPA treatments with the rejuvenating power of the beauty of Lake Como. Five restaurants and snack bars, under the guiding hand of chef

Tremezzo tem no idílico Grand Hotel Tremezzo uma das suas jóias mais preciosas. \ \ Tremezzo has one of its most precious jewels in the idyllic Grand Hotel Tremezzo.

Gualtiero Marchesi, make the most of Italy's rich gastronomy to create unforgettable moments. At La Terraza, the finest flavours of Italian cuisine are served with a view of the lake; at L'Escale Fondue & Wine Bar, informal

*fondue* meals are accompanied by the finest wines and, for a sunset cocktail, the romantic T Bar is the ideal choice. The T Pizza is perfect for lunches in the heart of the park and, for guests that can't go without a single ray of sunshine, the T Beach is the best option.

When they decide to explore the surroundings, be it on an exclusive trip around the lake or to Bellagio, which is only a five-minute boat ride from the hotel, guests have a





têm à sua disposição uma tradicional lancha veneziana, completamente restaurada para celebrar, em 2010, os cem anos do hotel.

Descrita por Greta Garbo no filme *Grand Hotel*, de 1932, como «um local feliz e solarengo», Tremezzo tem no idílico Grand Hotel Tremezzo uma das suas jóias mais preciosas, um palácio de elegância e exclusividade com uma localização única num dos mais cosmopolitas destinos turísticos europeus.

traditional Venetian launch at their disposal, fully restored to celebrate, in 2010, the hotel's centenary.

Described by Greta Garbo in the 1932 film *Grand Hotel* as «that happy, sunny place», Tremezzo has one of its most precious jewels in the idyllic Grand Hotel Tremezzo, a palace of elegance and exclusivity, with a unique location in one of the most cosmopolitan tourist destinations in Europe.

18  74

# TOPAZIO

— SILVER STORIES —

## COLECÇÃO ARTIC

*lunatura*  
Cristine Santos e Silva



www.topazio.pt · www.facebook.com/topazio1874 · www.pinterest.com/topazio1874 · instagram.com/topazio1874  
Em Moçambique em Poeira - Avenida 24 de Julho, nº 723 Cidade de Maputo, Moçambique  
www.poeiraonline.com · www.facebook.com/Poeira.design.interiores · instagram.com/poeiradesign

HEALTH & WELLNESS

# SIX SENSES SPA

Serenidade no Mediterrâneo  
Serenity in the Mediterranean

TEXTO TEXT ESTELA ATAÍDE \\\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY ELOUNDA HOTELS & RESORTS



Famosa pelo seu importante papel na mitologia grega, sendo conhecida como a ilha que viu nascer Zeus, o «pai dos deuses», nos dias de hoje Creta destaca-se sobretudo por ser um dos mais cobiçados destinos turísticos do mundo. Presenteada com um sedutor clima temperado e excepcionalmente seco, a ilha atrai ao longo das quatro estações um número sem fim de visitantes ávidos de privacidade e momentos de tranquilidade.

É neste paraíso grego, no Porto Elounda Golf & Spa Resort, que encontramos o Six Senses Spa, indiscutivelmente um dos mais incríveis spas do Mediterrâneo, que já viu os seus atributos reconhecidos em diversas ocasiões,

Famous for its important role in Greek mythology, as the island that witnessed the birth of Zeus, the «father of the gods», nowadays Crete stands out above all else for being one of the world's most coveted tourist destinations. Gifted with an alluring temperate and exceptionally dry climate, the island attracts an endless number of visitors throughout the year, in search of privacy and moments of tranquillity.

In this Greek paradise, in Porto Elounda Golf & Spa Resort, we find the Six Senses Spa, unquestionably one of the Mediterranean's most incredible spas, which has already seen its attributes recognised on several occasions,



nomeadamente com o prémio de *Best Luxury Resort Spa*, nos *World Luxury Spa Awards 2013*.

Com indescritíveis vistas para o Mar Egeu, no Six Senses Spa os visitantes são conduzidos numa agradável viagem, cujo propósito máximo é colocá-los rumo a um estilo de vida mais saudável. O spa, que também está ao dispor dos hóspedes do Elounda Peninsula All Suite Hotel e do Elounda Mare Hotel, aposta em tratamentos holísticos para proporcionar uma experiência verdadeiramente relaxante e revitalizante. Recorrendo aos melhores e mais puros produtos, a equipa de profissionais do Six Senses Spa empenha-se em oferecer momentos de bem-estar que contribuam para melhorar a saúde e reduzir o *stress* dos clientes.

Espalhando-se por 2200 m<sup>2</sup>, as 23 áreas de tratamento do Six Senses Spa incluem um autêntico *hammam* turco, *tepidarium*, suítes de talassoterapia e muitos outros espaços propícios a infinitos momentos de puro relaxamento em pleno coração do Mediterrâneo. O abrangente menu de terapias combina técnicas ocidentais e orientais com modernos programas de rejuvenescimento e, entre as

and in particular with the *Best Luxury Resort Spa* award, at the *World Luxury Spa Awards 2013*.

Enjoying indescribable views over the Aegean Sea, visitors to the Six Senses Spa are taken on a pleasant journey, the ultimate aim of which is to place them on a course towards a healthier lifestyle. The spa, which is also open to the guests staying at the Elounda Peninsula All Suite Hotel and of the Elounda Mare Hotel, concentrates on holistic treatments to provide a truly relaxing and revitalising experience. Using the finest and purest products, the team of professionals at the Six Senses Spa strives to offer moments of wellness that contribute to improving health and reducing stress levels in customers.

Spread over 2200 sqm, the 23 treatments areas of the Six Senses Spa include an authentic Turkish *hammam*, a *tepidarium*, thalassotherapy suites and many other spaces suited to endless moments of pure relaxation in the very heart of the Mediterranean. The extensive therapy menu combines western and eastern techniques with modern rejuvenation programmes and, among the dozens of

O menu de terapias do Six Senses Spa inclui tratamentos inspirados em Creta. \ \ The Six Senses Spa therapy menu includes treatments of Cretan inspiration.

dezenas de opções disponíveis, o spa conta com procedimentos inspirados na sua localização, como o tratamento com aloe vera, ideal para acalmar a pele queimada pelo sol, nos Verões quentes da ilha, ou a limpeza e tratamento à base de sal marinho e azeite de Creta, que deixa a pele macia e rejuvenescida.

Rodeados pela beleza mítica de Creta e conduzidos pelas mãos conhecedoras dos terapeutas, os visitantes do Six Senses Spa deixam a ilha grega com energia renovada e um novo equilíbrio entre corpo e mente.

options available, the spa offers procedures inspired by its location, such as the aloe vera treatment, ideal for soothing skin burnt by the sun, in the hot summers of the island, or the cleansing Cretan sea salt and olive oil treatment, which leaves skin soft and rejuvenated.

Surrounded by the mythical beauty of Crete and guided by the expert hands of the therapists, visitors to the Six Senses Spa leave the Greek island with renewed energy and a new balance between body and mind.



## Barriguinha perigosa Dangerous belly

PUB

A gordura não é toda igual. Ter excesso de peso é mau, a obesidade é pior, mas a distribuição de gordura no nosso corpo não apresenta iguais malefícios. Ter gordura localizada nas ancas e nas coxas não é tão mau para a saúde como ter uma «bela» e saliente barriga.

A gordura abdominal é perigosa para a saúde, porque leva à produção e desequilíbrio de hormonas e enzimas que promovem o aparecimento das chamadas doenças cardiovasculares. Quem tem uma barriga grande corre mais risco de ter colesterol elevado e tensão arterial alta, bem como sofrer acidentes vasculares cerebrais (AVC) e desenvolver diabetes tipo II.

A barriga é muito mais do que um assunto de beleza, é um verdadeiro problema de saúde.

A importância da barriga como um indicador de doenças crónicas degenerativas já foi comprovada por um estudo publicado na revista *Circulation*. Esta foi a primeira pesquisa deste tipo à escala internacional para avaliar a frequência da obesidade abdominal associada ao risco de sofrer doenças cardiovasculares e diabetes, e concluiu que um perímetro de cintura grande está estreitamente relacionado com esse risco, independentemente de outros indicadores clínicos, como o peso e a idade.

All fat is not equal. Being overweight is bad; obesity is worse, but the distribution of fat in our body does not present equal evils. Having fat localised on the hips and on the thighs is not as bad for you health as having a «beautiful» and prominent belly.

Abdominal fat is dangerous for your health because it leads to the production and imbalance of hormones and enzymes that promote the appearance of so-called cardiovascular diseases. Anyone with a large tummy runs more risk of having high cholesterol levels and high blood pressure, as well as of having a stroke and developing type II diabetes.

The belly is much more than a matter of beauty; it is a real health problem. The importance of the belly as an indicator of chronic degenerative diseases has already been proved in a study published in *Circulation* magazine. This was the first research of this kind on an international scale to assess the frequency of abdominal obesity associated with the risk of suffering cardiovascular diseases and diabetes, and concluded that a large waistline is closely connected to this risk, independent of other clinical indicators, such as weight and age.

### SÓ MENOS 9 CENTÍMETROS...

A balança e o Índice de Massa Corporal (IMC) já não chegam para lançar o alerta de excesso de peso. Uma pessoa com um IMC considerado regular para o seu peso e altura pode ter um perímetro abdominal aumentado e que a coloque na zona de perigo. Assim sendo, o grande destaque deve ser começado a dar à fita métrica, que deveria passar a ser usada pelos médicos tão naturalmente como o estetoscópio, apesar de ainda muitos especialistas de medicina não se preocuparem com esse factor.

Nos homens, uma medida de 94 cm de cintura já significa um perímetro aumentado, enquanto 102 cm representam um perímetro significativamente aumentado e já motivo de preocupação real.

Para as mulheres estas medidas situam-se nos 80 e 88 centímetros, respectivamente.

Uma diminuição de 9 centímetros no perímetro abdominal equivale à diminuição de 30% da gordura intra-abdominal. Por isso, está perfeitamente ao nosso alcance começar hoje mesmo a tratar de diminuir o nosso risco de sofrer doenças cardiovasculares.



### JUST 9 CENTIMETRES LESS...

The scales and the Body Mass Index (BMI) are no longer enough to set off excess weight warning bells. A person with what is considered a normal BMI for their weight and height can have a larger waistline, which places them within the danger zone. Therefore, the spotlight should start being focused on the measuring tape, which should start being used by doctors as naturally as the stethoscope, despite many medical specialists still not being concerned by this factor.

In men, a waist measurement of 94 cm is already a larger waistline, while 102 cm represents a significantly large waistline and is already cause for real concern.

For women these measurements are around the 80 and 88 centimetre mark, respectively. A reduction of 9 centimetres in the waistline is equivalent to a reduction of 30% of intra-abdominal fat. As such, it is perfectly within our reach to start right away to deal with reducing our risk of suffering from cardiovascular diseases.





#### ELIMINAR GORDURA

Somos realmente o que comemos, mas nem sempre um bom regime de emagrecimento chega para retirar a teimosia barriga. A gordura abdominal é extremamente resistente e depois de instalada não é fácil livramo-nos dela. O que muitas vezes acontece é conseguirmos perder peso, mas a barriga mantém-se.

Uma pessoa, sem problemas clínicos ou psicológicos associados, que aumenta de peso é porque ou se alimenta mal, ou se alimenta demasiado, ou as duas coisas juntas. Mas isso é apenas o ponto de partida, porque depois de termos os depósitos de gordura alojados no ventre, perder essa perigosa adiposidade é mais difícil. Uma das preocupações e prioridades deve ser, então, solucionar o problema da gordura localizada resistente (como é normalmente toda a gordura que se encontra localizada) situada nesta zona de elevado risco: o abdómen.

A reeducação alimentar promove uma perda gradual e consistente de peso, em todo o corpo, até se atingirem os níveis ditos ideais, e que obviamente variam de pessoa para pessoa. No entanto, a gordura abdominal é das últimas gorduras localizadas a ser perdida, sendo que normalmente o organismo começa por recorrer a outras reservas corporais, como os braços e pernas. Para haver efeitos mais rápidos, é necessário associar à reeducação alimentar um treino cardiovascular forte e continuado, o que geralmente se confronta com as inevitáveis faltas de tempo e, muitas vezes, de propensão para fazer exercício físico.

As técnicas de estimulação passiva resultam, mas também os seus resultados não são imediatos. São excelentes para a tonicidade muscular, para a redefinição do contorno corporal, para quem pretende manter a boa forma, dar seguimento a outros programas, ou tem pouca gordura localizada. Faltava, portanto, algo que pudesse solucionar rápida e eficazmente este problema.

#### GETTING RID OF FAT

We really are what we eat, but a good slimming plan isn't always enough for getting rid of the stubborn tummy. Abdominal fat is extremely resistant and once in place it is hard to free yourself of it. Often what happens is that you manage to lose weight but your tummy stays put.

A person, without associated clinical or psychological problems, who puts on weight, does so, either because they are eating badly, or they are eating too much, or both things at the same time. But this is only the starting point, because once we have the fat deposits housed in our stomachs, getting rid of this dangerous adiposity is more difficult. One of the concerns and priorities should then be solving the problem of resistant localised fat (as is normally the case of all fat that is localised) situated in this high risk area: the abdomen.

Food re-education promotes gradual and consistent loss of weight, throughout the body, until so-called ideal levels are reached, which obviously vary from person to person. Nevertheless, abdominal fat is one of the last localised fats to be lost, with the body normally starting to resort to other body reserves, such as the arms and the legs. To ensure quicker results, you should combine food re-education with powerful and continued cardiovascular exercise, which generally clashes with the inevitable lack of time and, often, the lack of interest in physical exercise.

Passive stimulation techniques work, but their results are also not immediate. They are excellent for muscle toning, for redefining the body's contours, for anyone who wants to stay in good shape, to follow up on other programmes, or who has little localised fat. Something was therefore missing that could quickly and effectively solve this problem.



#### ATACAR A BARRIGA

O Método *Liposhaper* dá resposta à necessidade de eliminar eficaz e rapidamente a gordura localizada resistente. Esta tecnologia israelita, só disponível na Clínica do Tempo, permite obter resultados como os de uma lipoaspiração, mas sem cirurgia, sem dor, sem anestesia e sem necessidade de tempo de recuperação. A gordura localizada é «atacada» por ultra-sons convergentes de frequências muito precisas que provocam uma permeabilidade na membrana da célula gorda, o adipócito, o que torna possível o esvaziamento do conteúdo de gordura destas células. A gordura que se liberta é metabolizada, usada como energia e eliminada através das funções normais do nosso organismo, sem haver aumento dos níveis de colesterol.

Após o tratamento, é possível fazer toda a vida normal, apenas seguindo o plano alimentar recomendado, um passo muito importante para o sucesso do tratamento, para ajudar a manter a eliminação eficaz da gordura que é libertada.

Os resultados são até menos dez centímetros de volume com uma única sessão, o que permite rapidamente diminuir o risco cardiovascular que um perímetro abdominal aumentado representa. Para casos em que há um volume muito grande de gordura localizada existe o *Liposhaper REV*, baseado na tecnologia Laser.

Com a reeducação alimentar correcta e um tratamento eficaz da gordura abdominal, estão criadas as condições para caminhar em direcção a uma nova vida, mais saudável e equilibrada. Depois, está nas suas mãos manter os bons resultados, sendo que a nossa própria auto-estima melhorada nos vai impulsionar a querer manter a nossa nova vida.

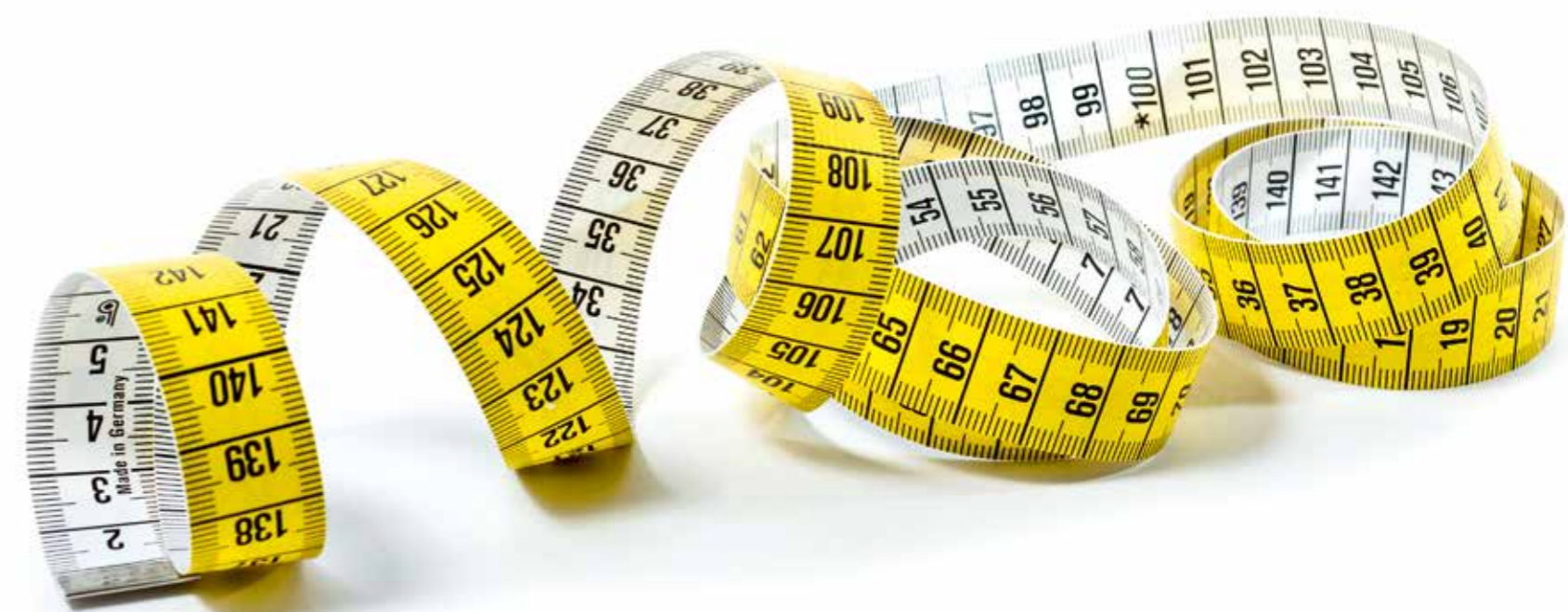
#### ATTACKING THE BELLY

The *Liposhaper* Method responds to the need to effectively and quickly remove resistant localised fat. This Israeli technology, only available at the Clínica do Tempo, allows the achievement of results like those of liposuction. The localised fat is «attacked» by converging ultrasounds of very precise frequencies that provoke permeability in the membrane of the fat cell, the adipocyte, which allows the fat content of these cells to be emptied. The fat that is freed is metabolised, used as energy and removed via the normal functions of our body, without raising cholesterol levels.

After the treatment you can continue your life as normal, but while following a recommended food plan, a very important step for the treatment's success, to help maintain the effective removal of the fat that is freed.

The results are at least ten centimetres of volume with a single session, which allows the quick reduction of the cardiovascular risk represented by a large waistline. For cases in which there is very large volume of localised fat, there is the *Liposhaper REV*, based on laser technology.

With the correct food re-education and an effective abdominal fat treatment, the conditions are created to embark on a new, healthier and balanced life. Then, it is in your hands to keep up the good results, while your improved self esteem will encourage you to want to maintain your new life.





---

SUPREME FLAVOURS

---

# ANDONI LUIS ADURIZ

## Estimular a criatividade Stimulating creativity

É um dos *chefs* mais influentes da actualidade e é a sua batuta que guia um dos melhores restaurantes do mundo. Mas é também a abordagem interdisciplinar de Andoni Luis Aduriz que o destaca entre os seus pares.

Defensor de que «uma música, um texto ou um conceito podem iluminar a criação de um prato», o *chef* basco tem criado pontes inesperadas entre a culinária e mundos como o teatro e o ensino, o que lhe tem permitido ultrapassar as paredes da cozinha e levar a sua arte muito além dos pratos que cria.

Mente criativa por detrás do Mugaritz, detentor de duas estrelas Michelin desde 2006, oito meses por ano o *chef* brinda os seus clientes com sabores imaginativos. Mas, nos restantes quatro, fecha as portas do restaurante para que possa, juntamente com a sua equipa, dedicar-se a uma pausa criativa. Porque «ninguém pode ser brilhante a todo o momento, todos os dias e todos os anos se não parar, observar, reconsiderar».

He is one of today's most influential *chefs* and it is his hand guiding one of best restaurants in the world. But it is also the interdisciplinary approach of Andoni Luis Aduriz that sets him apart from his peers.

Advocating that «a song, a text or a concept can illuminate the creation of a dish», the Basque *chef* has created unexpected bridges between gastronomy and worlds such as the theatre and teaching, which have enabled him to go beyond the four walls of his kitchen and to take his art way past the dishes he creates.

The creative mind behind Mugaritz, boasting two Michelin stars since 2006, eight months of the year the *chef* treats his guests to imaginative flavours. But, in the remaining four, he closes the doors to the restaurant so that, together with his team, he can devote his time to a creative break. Because «nobody can be outstanding all the time, day after day, year after year, without stopping, observing and reconsidering».



É precisamente esta convicção, de que é necessário alimentar e nutrir a criatividade, que move diariamente Andoni Luis Aduriz. Ciente de que «não é possível dar, dar e dar sem alimentar a mente», o *chef* considera esta pausa para se dedicar à investigação vital para o Mugaritz, que pretende que seja «uma referência na arte contemporânea da culinária».

Sinónimo de aposta na criatividade e de um interessante equilíbrio entre *cuisine avant-garde* e cozinha tradicional basca, o restaurante é um reflexo do *chef* que o conduz. Além da evolução culinária, Aduriz tem-se dedicado a uma abordagem interdisciplinar. Defensor de que «um ingrediente, uma técnica ou uma tecnologia podem fazer disparar

It is precisely this conviction, in that you need to feed and nourish creativity, that drives Andoni Luis Aduriz every day. Aware that «you cannot give, give and give without feeding the mind», the *chef* considers this break dedicated to research to be vital for the Mugaritz, which he intends to be «a landmark in the contemporary art of cooking».

Synonymous with creativity and an interesting blend of *avant-garde cuisine* and traditional Basque cooking, the restaurant is a reflection of the *chef* heading it. In addition to culinary evolution, Aduriz had also dedicated his efforts to an interdisciplinary approach. Advocating that «an ingredient, a technique or a technology can blow the network connections in your brain», the *chef* has enjoyed



os circuitos cerebrais», o *chef* tem traçado um caminho profissional que extrapola a criação de maravilhas culinárias. Tendo leccionado em diversas instituições de ensino de referência e participado em produções teatrais com o grupo Fura dels Baus, é ainda membro do Basque Culinary Center, do Ibermatica Innovation Institute e elemento do *management board* da Innobasque, agência basca para a inovação, o que reflecte a sua atitude multidisciplinar.

Certo de que «quando alimentamos estamos a mostrar cultura, memórias e experiências destiladas», o *chef* Andoni Luis Aduriz tem construído pontes entre mundos sem aparente relação, criando experiências que envolvem todos sentidos e brindando o palato com combinações que denunciam a sua incessante aposta na criatividade.

a career extrapolating the creation of culinary wonders. Having taught at many important education institutions and taken part in theatre productions with the Fura dels Baus group, he is also a member of the Basque Culinary Center, of the Ibermatica Innovation Institute and on the management board of Innobasque, the Basque agency for innovation, which reflects his multidisciplinary attitude.

Certain that «when we feed we are showing culture, memories and distilled experience», *chef* Andoni Luis Aduriz has built bridges between worlds with no apparent relationship, creating experiences that involve all the senses, while treating the palate to combinations that reveal his ceaseless quest for creativity.



«Quando alimentamos estamos a mostrar cultura, memórias e experiências destiladas» \ \ «When we feed we are sharing culture, memories and distilled experience»





SUPREME FLAVOURS

# AROMAS DE MOÇAMBIQUE

O único casamento realmente perfeito  
The only truly perfect marriage

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY DANIEL CAMACHO

O que será que acontece quando se juntam um perfumista e dois chefs? Magia!

Num jantar inédito, promovido pelo Polana Serena Hotel, sob a égide «Aromas de Moçambique», o conceituado perfumista português, Lourenço Lucena, e os chefs do Polana Serena Hotel, Celestino Grave e António Mandlaze, brindaram os convidados com uma noite aromaticamente deliciosa, no restaurante Delagoa, no Polana, no passado dia 12 de Março. Um jantar que, aliás, teve direito a uma segunda edição, logo a seguir, no dia 19, devido ao êxito da primeira. Do menu faziam parte cinco pratos, onde se incluíam vinhos e, o que fazia toda a diferença, um conjunto de mais de 20 aromas de Moçambique. Segundo Lourenço Lucena, conhecido como Mr. Smell, podiam ser bons e maus, já que «nem só de bons aromas se faz um país», afirma o próprio. A ideia era que, aos poucos, antes de cada prato ser servido, esses aromas fossem apresentados aos participantes, para que fossem descobertos pela sua memória olfactiva.

A ideia partiu de Lourenço Lucena, que pretendia realizar um jantar de homenagem aos aromas de Moçambique. E foi por aí que começou o desafiante trabalho: identificar os 25 aromas que mais caracterizam o país. E não foi fácil. Por variadíssimas razões. Primeiro porque o país é muito grande e vinte e poucos aromas é muito pouco para uma terra com tamanha dimensão. Depois porque, segundo Mr. Smell, «infelizmente, há muitos aromas no país que não são ainda utilizados na perfumaria».

What happens when you bring together a perfumer and two chefs? Magic!

At an unprecedented dinner, organised by the Polana Serena Hotel, under the aegis of «Aromas of Mozambique», renowned Portuguese perfumer Lourenço Lucena, and the chefs from the Polana Serena Hotel, Celestino Grave and António Mandlaze, treated guests to an aromatically delicious evening, in the Delagoa restaurant, at the Polana, last March 12. A dinner, which, incidentally, was entitled to a second run, soon after, on March 19, thanks to the success of the first one. The menu featured five dishes, and included wines and, making all the difference, a series of more than 20 aromas of Mozambique. According to Lourenço Lucena, known as Mr. Smell, they could be good and bad, revealing that «a country isn't only made of good aromas». The idea was that, little by little, before each dish was served, these aromas were presented to the participants, so that they could be discovered by their olfactory memory.

The idea came from Lourenço Lucena, whose aim was to hold a dinner paying tribute to the aromas of Mozambique. And that's how the challenging work began: identifying the 25 aromas that best characterise the country. And it wasn't easy. For a host of reasons. First because the country is very large and twenty or so aromas is very little for a land of such a size. Then because, according to Mr. Smell, «unfortunately, there are many aromas in the country that are yet to be used in perfume making».





O segundo grande desafio, principalmente para os *chefs* Celestino Grave e António Mandlaze, foi casar estes aromas e ainda o olfacto com o gosto. E assim surgiu o seguinte *set menu*: para entrada, Tártaro de Vermelhão com Compota de Manga da Manhiça, em harmonia com *Vinaigrette* de Maracujá e *Crumble* de Banana. A sopa, um *Creme leve* de Lagosta de Inhambane com Açafão e *Ravioli* de Caril de Caranguejo da Baía de Maputo. Como prato de peixe, *Goujonettes* de Peixe Papagaio Panados com Amendoim Torrado no Mercado e *Creme* de Milho salpicado com folhas de Basilico. Para prato de carne, uma combinação entre *Magret* de Pato em Trufa, Legumes Assados, e o Feijão Nhemba de Moçambique. Por fim, quando já ninguém achava que seria surpreendido, *Fondant* de Chocolate Negro em Duo com Leite-creme Queimado.

O que se pretendia foi cumprido. Para quem esteve presente neste jantar único, foi possível fazer uma viagem extraordinária, de descoberta dos sentidos, despertados de um modo memorável, através dos odores e maravilhosos sabores do país.

Laurenço Lucena e os *chefs* Celestino Grave e António Mandlaze brindaram os convidados com uma noite aromaticamente deliciosa. \\ Laurenço de Lucena and the *chefs* Celestino Grave and António Mandlaze treated guests to an aromatically delicious evening,

The second major challenge, mainly for *chefs* Celestino Grave and António Mandlaze, was marrying these aromas and also the sense of smell with the taste. And thus the following set menu was developed: to start, *Tartare* of Red Snapper with Manhiça Mango Compote, with Passion Fruit *Vinaigrette* and Banana *Crumble*; the soup course was a *Light Cream* of Inhambane Spiny Lobster with Saffron and Curried Bay of Maputo Crab *Ravioli*; the fish course was Parrotfish *Goujonettes* Coated with Market Roasted Peanuts and Creamed Corn Sprinkled with Basil Leaves; for the meat dish, a combination of *Truffled Magret* de *Canard*, Roast Vegetables and *Nhemba* Beans from Mozambique; and to end, when everyone thought they could no longer be surprised, a Duo of Dark Chocolate *Fondant* and *Crème Brûlée*.

The initial goal had been achieved. Anyone present at this unique dinner was afforded an extraordinary journey, a discovery of the senses, memorably aroused through the odours and marvellous flavours of the country.



Além do Luxo. Além do compromisso.

O novo Bentley Flying Spur chegou.

Uma mistura única de manufactura e tecnologia de ponta combinam-se para criar o melhor equilíbrio entre poder e requinte. Um motor V8 de tirar o fôlego equipado com desactivação de cilindros e gestão do turbo, proporciona a este ícone mais de 500cv e acelerações dos 0-100 km/h em apenas 5,2 segundos, tudo isto num ciclo combinado de 10,9 litros/100 km. O novo V8 Bentley Flying Spur não só fornece energia sem esforço, como proporciona controle total.

E os nossos serviços fazem o mesmo, venha conhecer-nos sem compromisso.

Bentley Lisboa, Av. João Crisóstomo N.º 13A, 1000-177 Lisboa, Portugal  
Tel: + 351 213 163 150, Web: [www.lisboa.bentleymotors.com](http://www.lisboa.bentleymotors.com)

BENTLEY LISBOA

SUPREME FLAVOURS

# O, FOURNIER

Aos pés da cordilheira dos Andes  
At the foot of the Andes mountains

TEXTO TEXT MARIA AMÉLIA PIRES \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY O. FOURNIER



A união entre a terra e o céu. É o que simboliza o avestruz do logotipo, imagem que os índios mocovíes da Argentina desenhavam nas grutas onde habitavam, transformando-se em lenda que passou de geração em geração. E talvez fosse essa a ideia que José Manuel Ortega, o fundador, quisesse frisar – a terra que se torna fértil pelo poder do céu e de tudo que ele oferece.

O. Fournier nasceu no ano 2000, não em Espanha, país natal do fundador, mas na Argentina, em Mendoza, no afamado Vale do Uco, aos pés da Cordilheira dos Andes. O objectivo foi a criação de um grupo vitivinícola multinacional,

Where the earth meets the sky. This is what the ostrich in the logo symbolises, an image that the Mocoví Indians of Argentina drew in the caves they inhabited, transforming into a legend that has been passed down through the generations. And this may have been the idea that José Manuel Ortega, the founder, wanted to stress – the earth that becomes fertile through the power of the sky and everything it offers.

O. Fournier came into being in 2000, not in Spain, the homeland of its founder, but in Argentina, in Mendoza, in the famed Uco Valley, at the foot of the Andes Mountains.

direccionado para um segmento de alta qualidade. Hoje em dia, o grupo já possui propriedades em Espanha e no Chile, mas foi na Argentina, aproveitando um microclima excepcional, aliado à alta tecnologia e ao grande conhecimento enológico, que o sonho começou.

A adega impressiona já de longe, pela sua arquitectura única e pela paisagem que a emoldura: vinhedos a perder de vista e, lá atrás, as montanhas cumeadas de branco. Mais de perto, mas ainda do lado de fora da adega, uma linda plantação de alecrim tem a função de manter a humidade do local. As propriedades – Finca Santa Sofia, Finca

The goal was the creation of a multinational winegrowing group, aimed at the high quality segment. Today, the group already owns properties in Spain and in Chile, but it was in Argentina, taking advantage of the exceptional microclimate, combined with high technology and great winemaking expertise, that the dream began.

The winery is already impressive from a distance, for its unique architecture and for the landscape framing it: vineyards as far as the eye can see and, behind them, the white-topped mountains. Closer up, but still outside the winery, a beautiful rosemary plantation, designed to retain the site's



San Manuel e Finca San José – num total de cerca de 286 ha, estendem-se pelas imediações da adega e nelas estão plantadas castas como Tempranillo, Cabernet Sauvignon, Merlot, Malbec, Syrah, Sauvignon Blanc, Viognier, Petit Verdot e Gewurztraminer, que dão origem a vinhos de excepcional qualidade, como o *Alfa Crux Malbec* e o *Fournier Malbec 2007*, que é uma edição tão limitada que só é possível comprar uma garrafa.

A adega, uma sumptuosa construção, mistura o rústico com o moderno, os saberes ancestrais com a mais moderna tecnologia. A grande sala onde envelhecem os vinhos é uma autêntica galeria de arte. Por cima das barricas, há uma estrutura em ferro por onde os visitantes deambulam, apreciando as inúmeras obras de arte expostas, quase sempre de artistas renomados. Aliás, para além da produção de vinhos, o O. Fournier é um projecto de *lifestyle*, que dá ênfase ao turismo, à arte e à gastronomia. Aqui, os turistas têm um tratamento muito personalizado: conhecem as propriedades, a adega, fazem degustações de vinhos, podendo até ter aulas de

Para além da produção de vinhos, o O. Fournier é um projecto de *lifestyle*, que dá ênfase ao turismo, à arte e à gastronomia. \ In addition to producing wines, the O. Fournier is a lifestyle project, with the emphasis on tourism, on art and on gastronomy.

humidity. The properties – Finca Santa Sofia, Finca San Manuel and Finca San José – over a total of some 286 ha, extend into the surroundings of the winery, and in them are planted grape varieties that include Tempranillo, Cabernet Sauvignon, Merlot, Malbec, Syrah, Sauvignon Blanc, Viognier, Petit Verdot and Gewurztraminer, which give rise to wines of exceptional quality, such as the *Alfa Crux Malbec* and the *Fournier Malbec 2007*, which is an edition that is so limited that you can only buy one bottle of it.

The winery, a sumptuous construction, blends rustic with modern, ancient know-how with the very latest in technology. The large room in which the wines are aged is an authentic art gallery. Above the casks there is an iron structure on which visitors walk about as they appreciate the many works of art on display, almost always by renowned artists. Indeed, in addition to producing wines, the O. Fournier is a lifestyle project, with the emphasis on tourism, on art and on gastronomy. Here, tourists enjoy a very personalised treatment: they visit the properties, the winery, they take part in wine tastings and they also take

culinária no restaurante do O. Fournier, o Urban, com a chef Nadia Haron.

No Urban, a decoração é minimalista, porque os protagonistas são os vinhos, a extraordinária gastronomia e a cadeia montanhosa que se avista em cada soslaio, razões para ter sido eleito pela revista canadense *Wine Access* como um dos melhores restaurantes vinicos do mundo. Um hotel está prestes a ser inaugurado, tendo sempre em vista a qualidade e conforto com que recebem os visitantes.

O céu e a terra conspiraram a favor, mas o homem soube, quis e a obra nasceu: O. Fournier é o seu nome.

cooking classes in the O. Fournier restaurant, Urban, with chef Nadia Haron.

In the Urban, the *décor* is minimalist, because the highlights are the wines, the extraordinary food and the mountain chain that can be seen in every side glance, reasons for which it was voted by Canadian magazine *Wine Access* as one of the best wine restaurants in the world. A hotel is about to be opened, always bearing in mind the quality and comfort with which it welcomes guests.

The sky and the earth conspired in our favour, but the man had the dream, desired it and the work was born: O. Fournier is its name.



# \\ SIXTH SENSE

## LUÍS ONOFRE

Esta Primavera-Verão, a colecção de calçado e acessórios de Luís Onofre convida a uma viagem *Under the Bluest Sky on a Silky Road*, rumo a inspiradoras paragens longínquas no Oriente.

Para uma estação com as sensações à flor da pele, o criador português dá primazia aos tons de azul, nude e pêssego, acompanhados de materiais que se dividem entre pele, croco, cobra, cetins, camurças, vernizes e borracha metalizada. Dos saltos rasos aos saltos altos que enaltecem os tomozeiros com pormenores em metal, pele recortada, fechos, atacadores ou cristais Swarovski, a nova colecção mantém a elegância que já é assinatura inconfundível de Luís Onofre.

This spring-summer, the footwear and accessories collection from Luís Onofre invites you on a journey *Under the Bluest Sky on a Silky Road*, heading towards distant inspiring destinations in the East.

For a season with sensations running high, the Portuguese designer gives pride of place to shades of blue, nude and peach, accompanied by materials that include leather, crocodile skin, snake skin, satin, suede, varnishes and metallised rubber.

From flats to high heels that bring class to the ankles with detailing made of metal, cropped leather, zips, laces or Swarovski crystals, the new collection keeps up the elegance that is already the unmistakable style of Luís Onofre.



## BOUCHERON

Lançada pela primeira vez em 1968, a emblemática colecção *Serpent Bohème* tornou-se, ao longo das últimas décadas, numa das linhas mais icónicas da *maison* Boucheron. Desenhadas para mulheres que evoluem sem nunca perder a sua essência, também as peças *Serpent Bohème* foram continuamente reinventadas, tomando-se intemporais e atravessando gerações, de mãe para filha.

Mais feminina e assertiva que nunca, a mulher *Serpent Bohème* de hoje mantém o seu espírito boémio, adorando coordenar e misturar peças.

Launched for the first time in 1968, the emblematic *Serpent Bohème* collection has become, over the decades, one of the most iconic ranges from the *maison* Boucheron. Designed for women who evolve but never lose their essence, the *Serpent Bohème* pieces have been continually reinvented too, becoming timeless and crossing generations, from mother to daughter.

More feminine and assertive than ever, today's *Serpent Bohème* woman retains her bohemian spirit, and her love of coordinating and mixing pieces.



## LONGCHAMP

Naturalmente elegante e com uma cativante personalidade espontânea, Alexa Chung volta a ser a musa da Longchamp, representando a mulher dinâmica e cosmopolita a que se destinam as colecções da marca francesa.

Fotografada por Max Vadukul, além de Alexa Chung, a campanha dá destaque à *Le Pliage Héritage*, a grande estrela da nova colecção da Longchamp. Combinando estilo contemporâneo com a tradição do artesanato, a nova *it bag* presta homenagem à lendária *Le Pliage*, dando as boas-vindas à Primavera em tons dinâmicos e ousados como azul eléctrico e coral.

Naturally elegant and with a captivatingly spontaneous personality, Alexa Chung is once again the muse of Longchamp, representing the dynamic and cosmopolitan woman to whom the collections by the French brand are destined.

Photographed by Max Vadukul, in addition to Alexa Chung, the campaign shines the spotlight on *Le Pliage Héritage*, the shining star of the new collection from Longchamp. Combining contemporary style with the tradition of craftsmanship, the new 'it bag' pays tribute to the legendary *Le Pliage*, welcoming the spring in dynamic and daring colours such as electric blue and coral.



## PIAGET

Apresentado pela Piaget em 1998, o relógio *Altiplano* tornou-se num incontornável símbolo de requinte pelas suas linhas puras e mostrador discreto. Em 2015, o icónico modelo surge pela primeira vez com bracelete em ouro polido, em seis interpretações refinadas ideais para os adeptos do estilo *casual-chic*.

Elegante e urbana, a nova gama *Altiplano*, desenhada para homens e mulheres, inclui versões em ouro rosa e ouro branco, com dois diâmetros diferentes (caixa de 34 mm ou 38 mm) e equipadas com bezel polido ou com diamantes.

Presented by Piaget in 1998, the *Altiplano* watch has become an incontrovertible symbol of style for its pure lines and discreet dial. In 2015, the iconic model appears for the first time with a polished gold bracelet, in six stylish interpretations, ideal for fans of *casual-chic*.

Elegant and urban, the new *Altiplano* range, designed for men and women, includes versions in rose gold and white gold, with two different diameters (34 mm or 38 mm case) and equipped with a polished bezel, or encrusted with diamonds.

## KENZO

É do irresistível jogo de sedução amoroso que nasce a fragrância *Kenzo Jeu D'Amour*, que coloca em aromas sensuais a essência cativante da feminilidade.

Composto pelo duo perfumista Daphné Bugey e Christophe Raynaud, *Kenzo Jeu D'Amour* é uma fragrância floral gulosa, que combina a frescura da romã com notas de mandarina vermelha, tuberosa e fréssia, para cair na pele deixando a voluptuosidade do sândalo e do almíscar a pulsar com sensualidade.

Assinado por Karim Rashid, o recipiente ousado que guarda este aroma recorre a linhas sinuosas para dar continuidade à voluptuosidade da fragrância.

From the irresistible game of amorous seduction comes the fragrance *Kenzo Jeu D'Amour*, which places the captivating essence of femininity into sensual aromas.

Composed by perfumer duo Daphné Bugey and Christophe Raynaud, *Kenzo Jeu D'Amour* is a sweet floral fragrance, which combines the freshness of pomegranate with hints of red mandarin, tuberose and freesia, to fall onto the skin leaving the voluptuousness of sandalwood and of musk pulsating with sensuality.

Designed by Karim Rashid, the daring recipient holding this aroma uses sinuous lines to continue the theme of voluptuousness of the fragrance.





© THE MUSE AND THE PEARL, BY MARCEL WANDERS FOR COSME DECORTE, WWW.MARCELWANDERS.COM

## MARCEL WANDERS

O delicado pó compacto *The Muse and the Pearl* é a mais recente adição à exclusiva linha de produtos de beleza desenhados por Marcel Wanders para a Cosme Decorte, marca cosmética *premium*, fundada no Japão em 1970.

Inspirando-se no quadro «Rapariga com o brinco de pérola», do pintor holandês Johannes Vermeer, para desenhar este pó compacto, Wanders reflectiu esta inspiração em diversos pormenores. Além da imagem gravada no pó, de uma jovem segurando uma pérola, o formato da embalagem lembra uma concha de pérola, símbolo eterno de luxo e beleza.

The delicate *The Muse and the Pearl* compact powder is the latest addition to the exclusive range of beauty products designed by Marcel Wanders for Cosme Decorte, a premium cosmetics brand, founded in Japan in 1970.

Drawing his inspiration to design this compact powder from the Dutch painter Johannes Vermeer's masterpiece «The Girl with the Pearl Earring», Wanders has reflected this inspiring source in a series of details. In addition to the image impressed in the powder, of a young girl holding a pearl, the format of the compact recalls an oyster shell, home to the pearl, eternal symbol of luxury and beauty.

## GUCCI

Desafiando todas as convenções, a mulher Gucci chega à nova estação decidida a vestir-se para se agradar a si mesma. Dando asas ao seu espírito irónico, individualista e excêntrico, combina de forma irreverente as suas peças favoritas, conciliando linhas *clean* com padrões, bordados e coletes em pêlo, criando uma silhueta glamorosa e original. A sobreposição de padrões, materiais e detalhes resulta em silhuetas tridimensionais, onde se destacam as calças largas, até ao tornozelo e de cintura descaída, o *trench coat*, a saia em camurça e os vestidos e *tops* bordados. Nas tonalidades, o branco pérola abre caminho para a intensidade irreverente do laranja, do *bordeaux*, do azul e do verde.

Challenging every convention, the Gucci woman reaches the new season dedicated to dress herself as she sees fit. Giving free rein to her ironic, individualistic and eccentric spirit, she irreverently combines her favourite pieces, reconciling clean lines with patterns, embroidery and fur vests, creating a glamorous and original silhouette. Overlapping patterns, material and details results in three-dimensional silhouettes, highlighted by drop waist wide trousers, right down to the ankle, the trench coat, the suede skirt and embroidered dresses and tops. As for colour, pearl white leads the way for the irreverent intensity of orange, *bordeaux*, blue and green.



**HUMBERTO BARBOSA**

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

+351 21 458 85 00  
www.clinicadotempo.com

## A Busca do Equilíbrio

Em 1938 Linus Pauling dizia que «substâncias que são fabricadas pelo organismo ou ingeridas via alimentação, essenciais para a manutenção da vida, podem ser utilizadas para melhorar a saúde humana». É destas teorias e constatações que surge o conceito da Nutrição Ortomolecular. Desde sempre advogo e defendo os princípios ortomoleculares, que visam restabelecer a concentração ótima de nutrientes e micronutrientes nas células.

Quer isto dizer que as nossas células devem ter uma boa proporção de vitaminas, minerais, oligoelementos (microminerais), aminoácidos, ácidos gordos essenciais, hormonas e enzimas, sendo esse equilíbrio essencial à estabilidade de todo o nosso organismo.

Só através desta fórmula equilibrada é possível prevenir a doença e manter a saúde, tomando-se também importante repor esta harmonia celular para complementar e otimizar qualquer tratamento médico convencional.

Tornava-se, portanto, imperativo no decurso da minha carreira profissional desenvolver uma linha de suplementos que permitisse actuar directamente no ambiente celular, repondo eficazmente os níveis óptimos de nutrientes e micronutrientes, de modo a colmatar as carências detectadas através do *Check-Up* Ortomolecular, um exame disponível em todas as Clínicas do Tempo. A Nutrição Ortomolecular faz parte de um estilo de vida saudável, com uma alimentação correcta e um nível de exercício físico adequados às necessidades individuais. Quer isto dizer que deve ser primeiro avaliada a bioquímica individual, para definição das carências existentes ao nível celular para determinado indivíduo. Depois, deve ser implementada uma correcta educação alimentar, com a necessária suplementação, que, mais do que uma mera dieta, deve ser transformada numa verdadeira filosofia de vida em prol da saúde e do bem-estar global, físico e mental.

## The Quest for Balance

In 1938 Linus Pauling said that «substances that are produced by the body or ingested via food, essential for maintaining life, can be used to improve human health». From these theories and findings comes the concept of Orthomolecular Nutrition.

I have always advocated and defended orthomolecular principles, the aim of which is to re-establish the ideal concentration of nutrients and micronutrients in cells. This means that our cells should have the right proportion of vitamins, minerals, trace elements (microminerals), amino acids, essential fatty acids, hormones and enzymes. This balance is essential to the stability of our entire body.

Only through this balanced formula can we prevent illness and stay healthy. It also becomes important to restore this cellular harmony to complement and optimise any conventional medical treatment.

It has therefore proved imperative throughout my professional career to develop a range of supplements that allows you to act directly in the cellular environment, effectively restoring the ideal levels of nutrients and micronutrients, so as to remedy any shortcomings detected by the Orthomolecular Check-up, an examination available at all Clínica do Tempo clinics.

Orthomolecular Nutrition is part of a healthy lifestyle, with a correct diet and level of physical exercise suitable to individual needs. This means that individual biochemistry should first be assessed, to define the shortcomings that exist at cellular level in a given individual. Then a correct food education should be implemented, with the necessary supplements, which, more than just a diet, should be transformed into a veritable life philosophy in favour of health and of overall wellness, physical and mental.

# \ \ QUINTESSENCE

## KRUG

Fundada em 1843 por Joseph Krug, a Krug segue até hoje o mesmo lema: proporcionar aos seus clientes uma experiência máxima de prazer ao saborear os seus *champagnes*.

Foi o *savoir-faire* centenário da Krug, aperfeiçoado ao longo de mais de 170 anos, que deu origem ao extraordinário *Krug Clos du Mesnil 2000*. Fruto de uma pequena vinha com apenas 1,84 hectares, situada no coração de Mesnil-sur-Oger, uma das mais conceituadas vilas para a casta Chardonnay, na região de Champagne, o raro *Krug Clos du Mesnil 2000* proporciona uma excepcional experiência sensorial, sendo ideal para acompanhar sabores exclusivos como *carpaccio* de lagostins ou vieiras marinadas em aneto.

Founded in 1843 by Joseph Krug, Krug follows the same motto to this day: providing its customers with a maximum pleasure experience when savouring its *champagnes*.

The age-old *savoir-faire* of Krug, perfected over more than 170 years, has given rise to the extraordinary *Krug Clos du Mesnil 2000*. The product of a small vineyard covering just 1.84 hectares, located in the heart of Mesnil-sur-Oger, one of the best reputed towns for the Chardonnay grape variety, in the Champagne region, the rare *Krug Clos du Mesnil 2000* provides an exceptional experience for the senses, and is ideal for accompanying exclusive flavours such as langoustine *carpaccio*, or dill marinated scallops.





## FASHION CLINIC

*Less is More* é o conceito chave da primeira coleção *ready-to-wear* de marca própria da Fashion Clinic, a reconhecida loja portuguesa multimarca. Dirigida ao homem clássico dos dias de hoje, que procura peças intemporais, básicos com corte elegante e materiais e acabamentos de incontestável qualidade, a coleção primavera-verão da Fashion Clinic está disponível nas lojas de Lisboa e do Porto. Dando especial atenção ao *fitting*, a coleção inclui blazers, coletes, fatos, calças, calções, malhas e camisas, nos quais foi dada primazia a tecidos confortáveis, como linho, lã fresca, algodão, caxemira leve e seda.

*Less is More* is the key concept behind the first ready-to-wear collection from the own label of Fashion Clinic, respected Portuguese multi-brand store. Aimed at today's classic man, who is looking for pieces that are timeless, basic but elegantly cut, with materials and finishes of undeniable quality, the spring-summer collection from Fashion Clinic is available at its Lisbon and Oporto stores. Paying special attention to fitting, the collection includes blazers, waistcoats, suits, trousers, shorts, knitwear and shirts, in which priority has been given to comfortable fabrics, such as linen, cool wool, cotton, light cashmere and silk.



## BENTLEY

Captando a essência requintada da Bentley, a nova fragrância da icónica marca britânica eleva os padrões de luxo no que aos perfumes diz respeito. Resultado de uma interessante combinação de sensualidade e sofisticação, o novo *Bentley Infinite* foi pensado para o homem contemporâneo activo, que procura acessórios com carácter e com um toque de distinção e qualidade. Disponível em duas expressões, *eau de toilette* e *eau de parfum*, o novo *Bentley Infinite* chega às melhores perfumarias em Abril.

Capturing the refined essence of Bentley, the new fragrance from the iconic British brand raises the bar when it comes to luxury in perfumes. Resulting from an interesting combination of sensuality and sophistication, the new *Bentley Infinite* has been designed for active contemporary men, who look for accessories that have character and a touch of distinction and quality. Available in two expressions, *eau de toilette* and *eau de parfum*, the new *Bentley Infinite* arrives at leading perfume stores in April.

## MONTBLANC

O espírito da *Montblanc Meisterstück Fountain Pen*, lançada em 1924, foi o ponto de partida para a criação, em 2014 e por ocasião dos 90 anos da lendária caneta, de uma nova coleção de relógios. A partir de 2015, a *Heritage Spirit Collection*, uma gama de relógios elegantes e refinados, passou a integrar a linha de relógios da marca, tendo o *Montblanc Heritage Spirit Orbis Terrarum* como um dos seus elementos mais fascinantes. Requitado, este novo modelo distingue-se sobretudo por indicar a hora em 24 fusos horários num mostrador prático e intuitivo, sendo o companheiro ideal para os apaixonados por viagens.

The spirit of the *Montblanc Meisterstück Fountain Pen*, launched in 1924, was the starting point for the creation, in 2014 and on the occasion of 90 years of this legendary pen, of a new collection of watches. As of 2015, the *Heritage Spirit Collection*, a range of elegant and stylish watches, became part of the brand's range of timepieces, with the *Montblanc Heritage Spirit Orbis Terrarum* one of its most fascinating pieces. Exquisite, this new model stands out above all else for the fact that it can tell the time in 24 different time zones on a practical and intuitive dial, making it the ideal companion for globetrotters.





## MONTEGRAPPA

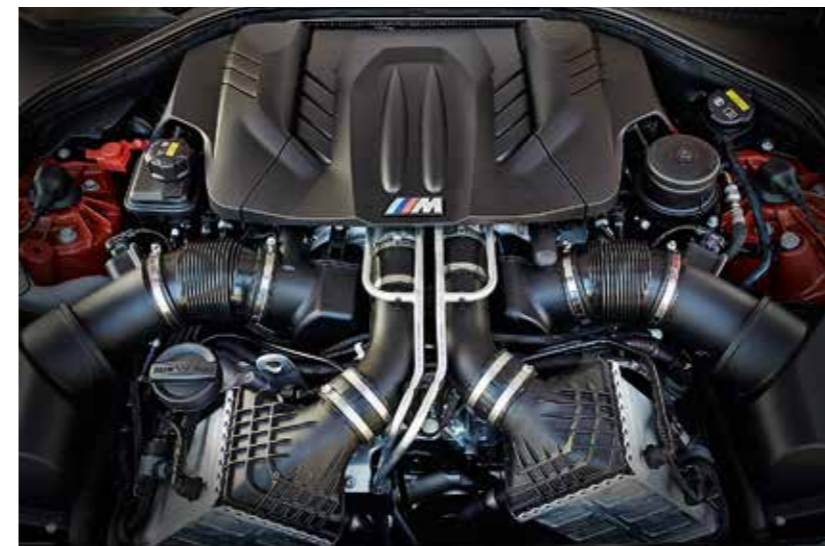
Produzidos a partir do melhor couro italiano, os artigos em couro da Montegrappa espelham os valores acumulados pela marca ao longo de mais de 100 anos de história a criar instrumentos de escrita e outros acessórios: qualidade e funcionalidade.

Elegantes e práticos, estes produtos em couro são desenhados para tirar o máximo partido das virtudes do material e decorados para se adaptarem a diferentes personalidades. Pensando nos viajantes inveterados, a Montegrappa apresenta uma linha decorada em azul com detalhes em cinza, que reflecte as cores do mar e do céu, transmitindo imediatamente a sensação de aventura e descoberta associada a cada viagem.

Produced from the finest Italian leather, the leather items from Montegrappa reflect the values accumulated by the brand over more than 100 years of history creating writing instruments and other accessories: quality and functionality.

Elegant and practical, these leather products are designed to make the very most out of the virtues of the material and decorated to adapt to different personalities. Designed with habitual travellers in mind, Montegrappa presents a range decorated in blue with grey details, which reflects the colours of the sea and of the sky, immediately transmitting the sensation of adventure and discovery associated with every journey.





Com 560 cv de potência, o BMW M6 Coupé acelera dos 0 aos 100 km/h em 4,2 segundos. \\ With 560 horsepower, the BMW M6 Coupé accelerates from 0 to 100 km/h in 4.2 seconds.

M6 Coupé acelera dos 0 aos 100 km/h em 4,2 segundos. Tecnologias decisivas como o *Diferencial Ativo M* e a *Suspensão M* de elevada precisão garantem uma experiência de condução que alia adrenalina e segurança.

Decisive technologies such as the *Active M Differential* and the high precision *M Suspension* ensure a driving experience that combines adrenalin and safety.

Levando a paixão de conduzir ainda mais além, o pack opcional *Competition* confere 575 cv ao M6 Coupé, proporcionando uma dinâmica de condução otimizada e *performances* ao nível de uma pista de competição.

Taking passion for driving one step further, the optional *Competition* pack gives the M6 Coupé 575 horsepower, providing optimised driving dynamics and racetrack level performance.

LUXURY & STYLE

# BMW M6 COUPÉ

Genética desportiva \\ Sporty genetics

TEXTO TEXT ESTELA ATAÍDE \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY BMW GROUP

Uma impressionante obra de arte da engenharia, o novo BMW M6 Coupé declara o potencial explosivo do seu desempenho antes mesmo do primeiro movimento.

Desenhado com uma aparência atlética e assertiva, o fascinante M6 Coupé soma à carroçaria aerodinâmica um tejadilho em carbono ultra-leve, que colabora para baixar visualmente o centro de gravidade. Esta herança, que traz do desporto motorizado, é prolongada até aos interiores, onde a escolha de equipamento opcional BMW Individual permite tomar a personalidade desportiva ainda mais evidente.

Equipado com um motor M TwinPower Turbo de oito cilindros a gasolina e uma potência de 560 cv, o BMW

An impressive artwork of engineering, the new BMW M6 Coupé declares the explosive potential of its performance even before the first movement.

Designed with an athletic and assertive appearance, the fascinating M6 Coupé adds an ultra light carbon roof to its aerodynamic bodywork, which collaborates to visually lower the centre of gravity. This inheritance, from its motorsport background, is extended into the interior, where the choice of BMW Individual optional equipment enables you to make the sports personality even more obvious.

Equipped with an eight cylinder petrol powered M TwinPower Turbo engine and 560 horsepower, the BMW M6 Coupé accelerates from 0 to 100km/h in 4.2 seconds.





Com unidades vendidas antes mesmo do seu lançamento oficial, no final de 2014, o *Azimut 77S* promete seguir as passadas de sucesso do *55S*, do qual já foram entregues cerca de 40 exemplares em apenas dois anos.

Extremamente funcional e espaçoso, o novo elemento da colecção *S* da *Azimut Yachts* é sinónimo de beleza combinada com personalidade desportiva, mantendo sempre o equilíbrio entre *design* inovador, tecnologia e funcionalidade com que o estaleiro italiano assina todos os seus modelos mais recentes.

Projectada por Stefano Righini, a silhueta aerodinâmica do *Azimut 77S* é complementada por interiores elegantes

With boats sold even before its official launch, at the end of 2014, the *Azimut 77S* promises to follow in the successful wake of the *55S*, of which 40 examples have already been delivered in just two years.

Extremely functional and spacious, the new member of the *Azimut Yachts' S Collection* is synonymous with beauty combined with a sporty personality, while keeping up the balance between innovative design, technology and functionality, which is the trademark of all the Italian ship-builder's latest models.

Designed by Stefano Righini, the aerodynamic silhouette of the *Azimut 77S* is complemented by elegant

LUXURY & STYLE

# AZIMUT 77S

Beleza desportiva \ \ Sporting beauty

TEXTO TEXT ESTELA ATAÍDE \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY AZIMUT YACHTS





pensados por Carlo Galeazzi. Unindo-se aos telhados de vidro, as enormes portas envidraçadas da entrada e as amplas janelas laterais inundam de luz natural os espaços interiores. Além da cabine do proprietário, a cabine VIP e as duas cabines laterais reservadas aos convidados, o barco desportivo está ainda equipado com uma área reservada à tripulação, localizada abaixo do convés, na popa, e com capacidade para três tripulantes.

Em vez da tradicional configuração de dois motores, o desportivo está equipado com três motores Volvo Penta 900 a diesel, cada um com transmissão IPS. Uma quilha desenhada especialmente para prestações superiores permite que a velocidade máxima seja acima dos 36 nós.

interiors created by Carlo Galeazzi. Joining the glass roofing, the huge glazed entrance doors and the large side windows let natural light flood into the interior spaces. Besides the owner's cabin, the VIP cabin and the two side cabins for guests, the sporty boat also features an area reserved for the crew, which is located below deck, at the stem, with room for three crew members.

Instead of the traditional configuration of two engines, this sporty vessel is equipped with three Volvo Penta 900 diesel engines, each with IPS transmission. A keel specifically designed for superior performance ensures that the top speed is greater than 36 knots.



# Fly Smarter...

A smarter future awaits. Chartering a private jet can get you there faster. We've made it simple by cutting through the confusion of chartering a jet with a fast, transparent way to compare, book and manage your flights.

With a fixed booking fee, no hidden costs or unexpected surcharges, we are confident our quotes won't be beaten.

Smart technology and exceptional customer service mean you're always connected and in complete control. The future is in your hands.



[www.flyvictor.com](http://www.flyvictor.com)

+44 20 7384 8550  
London

+49 89 242 18 236  
München

villasegolfe@flyvictor.com  
E-mail

**VICTOR**  
FLY SMARTER



LUXURY & STYLE

# PEARL BAY RESIDENCE

Abrço de sol e mar  
Embraced by sun and sea

TEXTO TEXT MARIA AMÉLIA PIRES \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY ADAM LETCH



Todos os elementos contribuem para um fluxo contínuo entre os espaços e para uma conexão ininterrupta entre o interior e o exterior. \\ Every element contributes to a continuous flow between the spaces and to an uninterrupted connection between inside and outside.

De um lado, o verde intenso de uma reserva natural, do outro, o mar que se estende até onde a vista alcança. Entre estes dois mundos, a Pearl Bay Residence, uma casa de sonho, erigida num local também ele quimérico, descrito pelo arquitecto do projecto como «um lugar glorioso»: na costa oeste da África do Sul, 90 km a norte da Cidade do Cabo.

Pretendia-se uma casa que funcionasse, de imediato, como segunda habitação, mas com todas as acomodações de uma casa padrão; que se voltasse para o oceano; e que cumprisse um orçamento limitado. Inspirado pela

On one side, the intense green of a nature reserve, on the other, the sea, stretching out as far as the eye can see. Between these two worlds stands the Pearl Bay Residence, a dream home, built in an equally incredible location, described by the project's architect as «a glorious site»: on the west coast, 90 km north of Cape Town, in South Africa.

The intention was a house that immediately functions as a holiday home, but with all the amenities of a normal home; that faces the ocean; and which observes a limited budget. Inspired by the west coast landscape and its white

paisagem da costa oeste e suas casas brancas, que lembram o Mediterrâneo, e ultrapassando as barreiras da morfologia do terreno, o gabinete de arquitectura australiano Gavin Maddock Design Studio (GMDS) optou habilmente por uma estrutura rectangular de 600 m<sup>2</sup> dividida em dois andares, com espaços de vivência no exterior. A residência é composta por três quartos, quatro casas de banho, salas de estar e jantar generosas, uma galeria, escritório, decks, terraços e varandas, quase todos com vistas de mar.

houses, reminiscent of the Mediterranean, and overcoming the barriers thrown up by the morphology of the land, Australian architecture practice Gavin Maddock Design Studio (GMDS) skilfully opted for a two-storey, rectangular structure of 600 sqm, with outdoors living spaces. The residence features three bedrooms, four bathrooms, generous living and dining rooms, a gallery, a study, decks, terraces and balconies, almost all with sea views.



A verticalidade do edifício, a galeria que une os dois blocos, o branco das paredes, as lajes de betão, a abundância de vidro e as texturas contribuíram para um fluxo contínuo entre os espaços e para uma conexão ininterrupta entre o interior e o exterior. Também os interiores, da autoria do mesmo gabinete, foram pensados para satisfazer os níveis de comodidade. As cores, as texturas, a lareira, os ladrilhos de granito proporcionam privacidade e conforto e, simultaneamente, a sensação de se estar no exterior. É como se o mar e o sol se espreguiçassem pela casa e a abraçassem languidamente...

The vertical nature of the building, the gallery joining the two blocks, the white of the walls, the concrete floor slabs, the abundance of glass and the textures contribute to a continuous flow between the spaces and to the uninterrupted connection between inside and outside. The interiors, designed by the same practice, were also conceived to satisfy comfort levels. The colours, the textures, the fireplace, the granite tiles provide privacy and comfort and, at the same time, the feeling of being outside. It's as if the sea and the sun were stretching towards the house, and slowly embracing it...

MAYBACH



ICONS OF LUXURY



## ÓPTICA OLHAR DE PRATA



- Avenida Fontes Pereira de Melo N.º 21 - LISBOA Telefone 21 351 32 30
  - Centro C. Colombo - Piso 0 - Lojas 122 - LISBOA Telefone 21 715 05 29
  - Amoreiras Shopping - Piso 1 - Loja 110 - LISBOA Telefone 21 386 15 54
- [www.olhardeprata.pt](http://www.olhardeprata.pt) - [geral@olhardeprata.pt](mailto:geral@olhardeprata.pt)

ACCESSORIES - EYEWEAR - LEATHER GOODS - SADDLERY

IVKD GmbH | Germany | [www.maybach-luxury.com](http://www.maybach-luxury.com)

„Maybach“ and the „MM“ logo are subject to intellectual property protection owned by Daimler AG. They are used by IVKD GmbH under license.



PREMIUM SPORTS

# BARNBOUGLE LOST FARM

## Golfe na Tasmânia \\ Golf in Tasmania

TEXTO TEXT ESTELA ATAÍDE \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY GARY LISBON

Famosa pela natureza selvagem, pelas praias intocadas e pela qualidade dos néctares produzidos nas suas vinhas, a costa nordeste da Tasmânia é também um dos melhores locais no mundo para construir campos de golfe *links*. É neste contexto imaculado, onde as praias desaguardam em terrenos sinuosos e ondulados, que encontramos o Barnbougles Lost Farm, considerado um dos melhores campos australianos pelas publicações especializadas.

Inaugurado em Dezembro de 2010, seis anos após a abertura do «campo irmão», o Barnbougles Dunes, o Barnbougles Lost Farm foi projectado pelo arquitecto Bill Coore, da Coore & Crenshaw, para se adaptar e tirar o

Famous for its wilderness, for its pristine beaches and for the quality of the wines produced in its vineyards, the northeast coast of Tasmania is also one of the best locations in the world to build links golf courses. It is in this immaculate context, where beaches open out onto sinuous, undulating lands, that we find Barnbougles Lost Farm, considered by the specialist press as one of Australia's finest courses.

Opened in December, 2010, six years after its brother course, Barnbougles Dunes, was opened, Barnbougles Lost Farm was designed by architect Bill Coore, from Coore & Crenshaw, to adapt to and make the very most of the





máximo partido da disposição natural do terreno. Com 20 buracos, que se espalham ao longo da costa e das dunas, o jovem campo apresenta-se como um desafio interessante para golfistas com diferentes níveis de experiência, pelo que rapidamente captou o interesse de aficionados do golfe.

A passagem pelo Bambougale Lost Farm vai, no entanto, muito além das partidas disputadas no campo. Depois de um dia entre tacadas, o Bambougale Spa oferece serenidade para corpo e mente antes de uma deliciosa refeição no Lost Farm Restaurant, cujas experiências gastronómicas prometem retemperar as energias. Após o jantar, o Sports Bar é o destino ideal para desfrutar de uma bebida e lembrar os momentos mais marcantes do dia, antes de rumar a uma das suites do Lost Farm Lodge para uma noite de tranquilidade antes de mais um dia de emoções no campo.

natural lie of the land. With 20 holes, which spread along the coastline and the dunes, the young course has proved an interesting challenge for golfers with varying levels of experience, quickly attracting the interest of golf fans.

A visit to Bambougale Lost Farm involves much more however than rounds played on the course. After a day on the fairways, the Bambougale Spa offers serenity for the body and mind before a delicious meal in the Lost Farm Restaurant, the gastronomic experiences of which promise to restore lost energies. After dinner, the Sports Bar is the ideal destination to enjoy a drink and to recall the most memorable moments of the day, before heading off to one of the suites of the Lost Farm Lodge for a peaceful night before another day of emotions on the course.



# Villas&Golfe

Assine a Villas&Golfe e mergulhe num universo de sofisticação.  
*Subscribe to Villas&Golfe and stay updated on sophisticated living.*



Edição digital compatível com iOS e Android disponível para todo o mundo em:  
*Digital version compatible with iOS and Android available worldwide on:*

WWW.MAGZTER.COM

Siga-nos em Follow us on:     



SOCIAL & EVENTS

# VILLAS&GOLFE POLANA GALA

O primeiro de muitos anos de vida!  
The first of many years of life!

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY 1, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 19, 21, 22, 23, 24, 25 ©DANIEL CAMACHO;  
2, 5, 20, 26 ©RICARDO FRANCO: 10, 16, 17, 18 ©DIREITOS RESERVADOS

O mês de Março ficou marcado por um dos eventos mais animados da cidade de Maputo. A **Villas&Golfe**, que celebrou nesse mesmo mês o seu primeiro aniversário no país, em parceria com o Polana Serena Hotel, brindou a capital moçambicana com uma noite cheia de surpresas e muito *glamour*. Apesar de ser uma sexta-feira 13, o dia não poderia ter corrido melhor.

The month of March was marked by one of the city of Maputo's liveliest events. **Villas&Golfe**, which celebrated its first anniversary in the country in this same month, in partnership with the Polana Serena Hotel, treated the Mozambican capital to an evening packed with surprises and plenty of *glamour*. Despite being Friday the 13<sup>th</sup>, the day couldn't have gone better.



A primeira tacada foi logo dada ao nascer do dia com o *Villas&Golfe Polana Serena Hotel Cup* e, pelas 18 horas, as portas do Salão Nobre do Polana Serena Hotel abriram-se para receber os ilustres convidados para a gala mais aguardada de Moçambique. E foi com todo o requinte e boa-disposição que se iniciou uma noite que ficará na memória de todos. A recepção foi feita por Antonio Raigon, o primeiro veneniciador a pisar terras moçambicanas. A elegância com que servia o bom vinho espanhol era, só por si, uma autêntica *fiesta*. Depois dos discursos iniciais do CEO da PM Media, Paulo Martins, e do director da revista, Abílio Soeiro, a noite continuou com um momento dedicado à responsabilidade social, tendo sido entregue, ao gabinete da Primeira-dama, um camião solidário repleto de bens de primeira necessidade (no valor equivalente a 65 mil dólares).

Numa noite animada, boa música não poderia faltar. Otis, saxofonista moçambicano, foi quem, ao som de *Fields of Gold*, deixou os presentes cativos para o grande momento que se seguiu: a tão aguardada entrega dos prémios do *Villas&Golfe Polana Serena Hotel Cup*. D. Dinis Sengulane foi eleito *Personalidade do Ano* pela *Villas&Golfe*,

The first shot was taken at daybreak with the *Villas&Golfe Polana Serena Hotel Cup* and, at 6 o'clock in the evening the doors to the *Salão Nobre* of the Polana Serena Hotel were opened to welcome distinguished guests to Mozambique's most eagerly awaited gala event. And with plenty of sophistication and good cheer a memorable evening for everyone was begun. Guests were welcomed by Antonio Raigon, the first *veneniciador*

to reveal his wine-pouring skills in Mozambique. The elegance with which he served the fine Spanish wine was, in itself, worthy of a true *fiesta*. After opening speeches from PM Media CEO Paulo Martins and from the magazine's director, Abílio Soeiro, the evening continued with a moment dedicated to social responsibility, with a charity lorry handed over to the office of the First Lady packed

with emergency supplies for flood victims (to the value of USD 65,000).

The lively evening wouldn't have been complete without some good music. Mozambican saxophonist Otis gave his rendering of *Fields of Gold*, leaving those present captivated for the great moment that followed: the eagerly awaited prize giving ceremony of the *Villas&Golfe Polana Serena Hotel Cup*. Additionally, Dom Dinis Sengulane was

As portas do Salão Nobre do Polana abriram-se para receber os ilustres convidados para a gala mais aguardada de Moçambique. \\ The doors to the *Salão Nobre* of the Polana were opened to welcome distinguished guests to Mozambique's most eagerly awaited gala event.



devido ao enorme esforço que o bispo Emérito dos Libombos tem empenhado na paz do país e na erradicação da malária. Congratulado com diversos prémios, o bispo fez um discurso emocionado, agradecendo à **Villas&Golfe** por ter juntado todos os presentes naquela noite, incluindo os diversos líderes partidários. «Estou a viver um milagre. A beleza desta revista é um orgulho para quem a produz, pois toca os corações», afirmou.

Com a gala perto do fim, por altura do brinde, três das perto de 250 taças de *champagne* distribuídas continham cubos de gelo luminosos, coloridos. Depois de identificados

recognised as *Personality of the Year* by **Villas&Golfe**, in light of the huge efforts made by the Bishop Emeritus of Libombos for peace in the country and for eradicating malaria. Congratulated with many prizes, the bishop gave an emotional speech, thanking **Villas&Golfe** for having brought everyone together on that evening, including the different party leaders. «I am living a miracle. The beauty of this magazine is a source of pride for those who produce it, as it touches hearts», he said.

With the even coming to an end, when the toast was being made, three of the 250 *champagne* glasses being used

os seus detentores, procedeu-se à entrega dos prémios aos mesmos. No final, ao som de Otis, ouviram-se os parabéns e o bolo do primeiro aniversário da **Villas&Golfe** foi cortado. Para terminar a noite, assistiu-se à segunda exibição do casal de bailarinos da célebre casa argentina El Señor Tango, que dançaram e encantaram todos os presentes.

Assim se assinalou o primeiro daqueles que se esperam ser muitos anos de vida da **Villas&Golfe Mozambique**.

were found to contain colourful illuminated ice cubes. The lucky owners of these glasses were then given the prizes that the special cubes signified.

At the close, to the sound of Otis, congratulations were heard and the **Villas&Golfe** first anniversary cake was cut. To end the evening, the pair of dancers from the famous Argentinean house of El Señor Tango performed for a second time, enrapturing all those present.

And this is how the first of what is hoped will be many years of the life of **Villas&Golfe Mozambique** was celebrated.

PARCEIRO: POLANA SERENA HOTEL  
APOIOS: LAM, MEDLIFE, SOCIMPEX, MINERVA, SMART TECHNOLOGIES, HYUNDAI, QATAR AIRWAYS, FUNDAÇÃO RIZWAN ADATIA, TOPÁZIO



SOCIAL & EVENTS

# CAMIÃO SOLIDÁRIO

Abraçar Moçambique  
Embracing Mozambique

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \\ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY JAY GARRIDO

Nos últimos tempos, o povo moçambicano tem vivido tempos difíceis por causa das cheias. Entre outras localidades, encontram-se as vítimas do Xitima, uma zona onde os danos mais se fizeram sentir. O apoio a estas pessoas era imperativo. Era preciso agir. E era preciso agir rápido. O repto foi lançado pela Primeira-dama: os mais necessitados não podem ser esquecidos, principalmente por aqueles que têm mais capacidade para ajudar.

Assim, a **Villas&Golfe** não quis ficar indiferente à trágica realidade e, por isso mesmo, a responsabilidade social integrou as comemorações do primeiro aniversário da revista, que aconteceram no passado mês de Março, em Maputo. Nessa ocasião, a **Villas&Golfe** incentivou os seus parceiros a encher um camião solidário de bens de primeira necessidade que, depois de recolhidos, iriam ser entregues ao gabinete da Primeira-dama, para apoiar as vítimas das cheias no Norte do país.

In recent times, the Mozambican population has gone through great difficulties because of flooding. Among other places, victims can be found in Xitima, an area in which the damages were felt most greatly. Support for these people was imperative. Action was needed. And it was needed quickly. The challenge was laid down by the First Lady: those in most need cannot be forgotten, particularly by those who are most able to help.

And so, **Villas&Golfe** couldn't remain indifferent to this tragic reality and, for this very reason, social responsibility was made part of the magazine's first anniversary celebrations, held during March this year, in Maputo. On this occasion, **Villas&Golfe** encouraged its partners to fill a charity lorry with emergency supplies, which once collected, would be delivered to the office of the First Lady, to help the victims of the floods in the north of the country.



Assim, no início do mês de Abril, Isaura Nyusi recebeu a **Villas&Golfe** e os seus parceiros, numa audiência concedida no seu gabinete de trabalho, onde lhe foram entregues diversos bens, no valor equivalente a 65 mil dólares. Isaura Nyusi agradeceu a oferta e aproveitou o momento para «encorajar os parceiros da **Villas&Golfe** a continuarem a cultivar esse espírito de solidariedade, que visa minimizar o sofrimento dos moçambicanos, principalmente os mais afectados pelas cheias que assolam com mais gravidade as regiões do Norte do país».

O gabinete da Primeira-dama é uma instituição subordinada à Presidência da República, que tem como principais funções apoiar a esposa do Presidente em exercício, no cumprimento dos seus deveres, decorrentes dessa mesma qualidade, mas também na realização de iniciativas de carácter social e cultural que a própria se decida desenvolver.

*A Villas&Golfe e os seus parceiros entregaram à Primeira-dama um camião solidário com bens no valor equivalente a 65 mil dólares. \\ Villas&Golfe and its partners handed over to the First Lady a charity lorry with goods to the value of USD 65,000.*

As such, at the beginning of April, Isaura Nyusi welcomed **Villas&Golfe** and its partners, at an audience given in her work office, at which various goods to the value of USD 65,000 were handed over. Isaura Nyusi thanked them for their generosity and used the moment to «encourage

the partners of **Villas&Golfe** to continue to cultivate this spirit of solidarity, which aims to minimise the suffering of Mozambicans, and in particular those most affected by the floods that most seriously devastated the regions of the north of the country».

The First Lady's office is an institution reporting to the Presidency of the Republic, the main functions

of which is to support the wife of the president in the fulfilment of her duties that arise from her position, but also in the realisation of social and cultural initiatives that the First Lady is dedicated to developing.

APOIOS: FUNDAÇÃO RIZWAN ADATIA, POLANA SERENA HOTEL, CASINO POLANA, MINERVA, TEST TOP, TROPICÁLIA, INTERMODA, INTELEC HOLDING, R.L.B SYSTEMS LIMITED, COTUR, GALP ENERGIA, ROTARY CLUB DE MAPUTO

# LOJA DAS MEIAS



EMILIO PUCCI.COM

LISBOA Rua Castilho, 39 // Shopping Center Amoreiras piso 2, loja 2001/2002 • CASCAIS Av. Valbom, 4  
Tel.: (+351) 213 710 303 • lomeias@lojadasmeias.pt • www.lojadasmeias.com • fb.com/lojadasmeiaspt



Foi com o raiar do sol que no dia 13 de Março o torneio comemorativo do primeiro aniversário da revista **Villas&Golfe Mozambique** deu as boas-vindas aos participantes. Este evento, que teve como principais parceiros o Polana Serena Hotel e o BCI, contou com cerca de 60 jogadores, das mais variadas áreas empresariais e de origens nacionais. O torneio, ocorrido no Club de Golfe da Polana, em Maputo, assistiu assim a uma partida descontraída, animada, mas aguerrida. Afinal, amigos amigos, torneios de golfe à parte!

It was as the sun rose on March 13 that the tournament commemorating the first anniversary of **Villas&Golfe Mozambique** magazine welcomed participants. This event, which had the Polana Serena Hotel and BCI as its main partners, was attended by some 60 players, from the most varied business areas and parts of the country. Held at the Polana Golf Club in Maputo, the tournament thus involved a relaxed, yet feisty round of golf. After all, friends may be friends, but a tournament is a tournament!

SOCIAL & EVENTS

# V&G POLANA CUP

Torneio animado, entre parceiros e amigos  
Exciting tournament, between partners and friends

TEXTO TEXT FILOMENA ABREU \ \ FOTOGRAFIA PHOTOGRAPHY DANIEL CAMACHO





Os jogadores, equipados a rigor, partiram para o campo entusiasmados, mal a buzina do *let's play* se fez ouvir. A competir em modalidades de pares e individuais, os jogadores estiveram toda a manhã motivados, entre as tacadas amigas e a adrenalina que o jogo proporciona. À medida que o dia ia aquecendo as pontuações iam sendo definidas até que, depois de um bom número de horas no campo, debaixo de um bonito dia de sol, os jogadores começaram a regressar para apurar resultados. Bem-dispostos, partilharam as sensações do campo enquanto saboreavam o agradável *buffet*, oferecido pelo Polana Serena Hotel. Apesar da entrega dos prémios apenas se realizar na gala que ocorreu ao início da noite do mesmo dia, a contagem das pontuações tinha chegado ao fim.

*O Villas&Golfe Polana Serena Hotel Cup* contou com a presença de cerca de 60 jogadores. \\ *The Villas&Golfe Polana Serena Hotel Cup* welcomed the presence of some 60 players.

The players, fitted out accordingly, set out for play full of enthusiasm as soon as the 'let's play' horn was heard. Competing as pairs and as singles, the players were motivated throughout the morning of friendly shots and adrenalin that the round provided. As the day warmed up the scoreboard was slowly developing until, after a fair few hours on the course, under a beautiful sunny sky, the players starting coming in and the results could be compiled. HaWwppily they shared their experiences of the course over a pleasant *buffet* meal, provided by the Polana Serena Hotel. Despite the fact that the prize giving would only take place at the gala evening later that same day, the final score line has been reached.







O torneio foi disputado nas modalidades de pares: *Better Ball Stableford / Aggregate Par 3*, em 15 buracos, e individual: *Stableford*. No final, já com os resultados apurados, eis os vencedores: na prova individual *Stableford*, o 1.º lugar foi para Samuel Languene, com 35 pontos; o 2.º lugar para Jaime Inguana, com 34 pontos; o 3.º lugar coube a Samo Manhiça, com 33 pontos. Na prova de pares *Better Ball Stableford*, o 1.º lugar foi para a equipa Samuel Languene e Damião Fernandes, com 45 pontos; o 2.º lugar pertenceu a António Tcheco e a Mattias Zaab, com 42 pontos; o 3.º lugar foi para Meque Inguana e Lone Hansen, com 41 pontos. Por fim, na categoria *Aggregate Par 3*, o 1.º lugar foi para Mário Manhiça e Castro Camarada; o 2.º lugar para Magid Osman e Fernando Manhiça; e o 3.º lugar foi para Francisco Nhaca e Valdimar Siteo.

### O torneio comemorativo do primeiro aniversário da revista teve lugar no Club de Golfe da Polana. \ \ The tournament commemorating the first anniversary of the magazine was held at the Polana Golf Club.

The tournament was held in pairs: *Better Ball Stableford / Aggregate Par 3*, over 15 holes; and as singles in a *Stableford* event. At the end, with the scores tallied, the winners included: in the single *Stableford*, first place went to Samuel Languene, with 35 points; second place to Jaime Inguana, with 34 points; while third place went to Samo Manhiça, with 33 points. In the *Better Ball Stableford* pairs event, first place went to the pairing of Samuel Languene and Damião Fernandes, with 45 points; second place belonged to António Tcheco and Mattias Zaab, with 42 points; and third place went to Meque Inguana and Lone Hansen, with 41 points. Finally, in the *Par 3 Aggregate* category, first place went to Mário Manhiça and Castro Camarada; second place to Magid Osman and Fernando Manhiça; and third place was held by Francisco Nhaca and Valdimar Siteo.

# HARARE

NA NOSSA COMPANHIA FICA MAIS RÁPIDO.  
AGORA COM VOO DIRECTO E A JACTO.



MAPUTO - HARARE  
**3X** SEMANA

DE	HORA DE PARTIDA	PARA	HORA DE CHEGADA	DIAS DA SEMANA
MAPUTO	11:40	HARARE	13:20	SEG / QUA / SEX
HARARE	14:00	MAPUTO	15:40	SEG / QUA / SEX



Compre o seu bilhete em [www.lam.co.mz](http://www.lam.co.mz), loja LAM,  
Agência de Viagens ou ligue para o Call Center  
+258 82147 | 84147 | 21468800





# Reservado para si.

Ser Cliente BCI Private significa poder contar com um Gestor dedicado a si, sempre disponível para encontrar as soluções que melhor se adaptam às suas ambições e à valorização do seu património pessoal e familiar.

Venha conhecer o serviço de Banca Privada do BCI.

Tel.: +258 21491974

Maputo | Matola | Nampula

