

TERÇA-FEIRA 04 AGOSTO

04 de Agosto de 2026

Ano 04 - Nº 192

Director: S. Malumbe

Edição: Esférico

www.jornalgungu.co.m



Propriedade: DICCA, Publicidade e Marketing
Travessa do Varietá nº 21-57 - R/C

Registo: 019/GABINFO/DEPC/2005

CÂNDIDO QUEMBO:



O TALENTO QUE ENRIQUECE "MUKWACHE"

PROMOÇÃO ESPECIAL GARANTE ENTRADA GRATUITA PARA ACOMPANHANTE NA PEÇA “GERAÇÃO ANDROID – PARTE II”

A COMPANHIA DE TEATRO GUNGU LANÇOU UMA PROMOÇÃO ESPECIAL PARA OS ESPECTADORES QUE PRETENDEM ASSISTIR À PEÇA “GERAÇÃO ANDROID – PARTE II” DURANTE ESTE FIM-DE-SEMANA.

A iniciativa permite que, na compra de um bilhete, o acompanhante entre gratuitamente, proporcionando uma oportunidade para famílias e amigos desfrutarem do espectáculo a um custo reduzido.

A peça aborda, de forma divertida e reflexiva, os desafios enfrentados pelas famílias na era da tecnologia, dos telemóveis e das redes sociais. Ao longo da apresentação, pais e filhos são convidados a rir das situações do quotidiano, ao mesmo tempo que refletem sobre o impacto das distrações digitais nas relações familiares.

As sessões tem lugar no Teatro Gungu, no Sábado e no Domingo, às 16h00. O bilhete tem o valor de 300 meticais, sendo que a promoção permite a entrada gratuita de um acompanhante por cada bilhete adquirido, tornando a experiência ainda mais acessível ao público.

Com esta iniciativa, o Grupo Gungu pretende incentivar a participação das famílias nas actividades culturais e promover momentos de convívio através do teatro. A organização convida o público a aproveitar a campanha e a viver uma tarde marcada pelo humor, entretenimento e mensagens actuais sobre a convivência familiar na era digital.



ENCENAÇÃO: GILBERTO MENDES
ASSISTENTES: ALFREDO JOSIAS, CESSARINA CRESSA, CHENCHA MENDES, INOLUJA PALAO, RENATO NENA, YOLANDA BUTANA
PRODUÇÃO: ALFREDO JOSIAS, CHENCHA MENDES, RENE BAIRES
SONOPLASTA: CLÁUDIO NINHOS
ILUMINOTÉCNICO: JOÃO MATOS

PUBLICIDADE

ANUNCIE AQUI

DICCA

CONTACTOS: 84 64 52 701 / 82 82 83 040

 icca Publicidade

**FAÇA O SEU EVENTO, REUNIÃO OU CONFERÊNCIA
NUMA SALA CONFORTÁVEL, CLIMATIZADA
E ESTACIONAMENTO NA BAIXA DA CIDADE**

**CONTACTOS:
84 645 2701 / 82 828 8340**



CÂNDIDO QUEMBO: O TALENTO QUE ENRIQUECE "MUKWACHE"

QUANDO AS LUZES DO PALCO SE ACENDEM PARA A APRESENTAÇÃO DE "MUKWACHE", O PÚBLICO ENCONTRA MUITO MAIS DO QUE UM ESPECTÁCULO TEATRAL: PRESENCIA O TRABALHO DE ARTISTAS QUE DEDICARAM A VIDA À CULTURA MOÇAMBICANA.



Entre eles destaca-se Cândido Domingos Quembo, um actor que conquistou o respeito do público graças ao seu talento, disciplina e extraordinária capacidade de dar alma às personagens que interpreta.

Nascido a 4 de Abril de 1982, Cândido Quembo formou-se em Análise Química pelo Instituto Industrial de Maputo. Contudo, foi na arte de representar que encontrou a sua verdadeira vocação. Dono de uma presença de palco marcante, de uma voz expressiva e de uma interpretação intensa e convincente, transformou-se num dos actores mais completos da sua geração, destacando-se pela naturalidade com que transita entre o drama, a comédia e personagens de elevada complexidade emocional.

Desde 2004 integra a Companhia de Teatro GUNGU, onde construiu um percurso pautado pelo profissionalismo, dedicação e constante evolução artística. Ao longo destes anos, tornou-se uma referência dentro da companhia, sendo reconhecido pela capacidade de trabalhar em equipa e estabelecer uma forte ligação com o público. A sua entrega em cada espectáculo faz com que cada personagem ganhe autenticidade, emoção e credibilidade.

A qualidade do seu trabalho pode ser vista também em produções de grande impacto como "Domesticamente Violento",

onde deu vida ao memorável Bonefácio, o Justiceiro, e em "O Libreto da Miséria", de Eduardo White, encenada pelo grupo Mutumbela Gogo. No cinema, o seu talento ultrapassou fronteiras, participando em produções como Ntxuva, O Lobolo, Quero Ser uma Estrela, Blood Diamond e O Resgate, filme moçambicano disponível na Netflix, no qual interpretou a personagem Paito com reconhecida competência.

Agora, em "MUKWACHE", Cândido Quembo volta a colocar toda a sua experiência, sensibilidade artística e paixão pelo teatro ao serviço do público apreciador do GUNGU. A sua interpretação envolve o público do princípio ao fim, demonstrando porque é considerado um dos actores mais respeitados do panorama teatral moçambicano. Cada entrada em cena reflecte anos de dedicação, estudo e amor pelas artes cénicas, tornando a peça numa experiência imperdível. Assistir a "MUKWACHE" é também celebrar o percurso de um artista que continua a elevar o nome do teatro moçambicano. Cândido Quembo representa a perseverança, o talento e a excelência artística que distinguem a Companhia de Teatro GUNGU. Para quem aprecia espectáculos de qualidade e interpretações memoráveis, esta é uma oportunidade única para testemunhar, ao vivo, o trabalho de um actor que faz da arte a sua maior herança.



betwayum dos vários
benefíciosbetway

QUALQUER UM PODE SER UM
BETINFLUENCER
FAÇA DINHEIRO EXTRA. PARTILHE O SEU CÓDIGO

Termos e condições aplicáveis.
Para maiores de 18.
Jogue com responsabilidade.



PUBLICIDADE

**ANUNCIE
AQUI****DICCA****CONTACTOS: 84 64 52 701 / 82 82 83 040**

CONEXÕES DO GYL ABORDA DESAFIOS E PERSPECTIVAS DA ECONOMIA MOÇAMBICANA

O PROGRAMA CONEXÕES DO GYL PROMOVEU UM DEBATE EM TORNO DA ECONOMIA MOÇAMBICANA, TENDO COMO CONVIDADO O PRESIDENTE DO CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO DO PARQUE DE BELULUANE – MOZPARKS, ONÓRIO BOANE.

Durante a conversa, foram analisados os desafios que o País enfrenta e as perspectivas para o crescimento económico, numa altura em que Moçambique continua a procurar consolidar a sua recuperação.

Na ocasião, Onório Boane destacou que “COMO PAÍS, ESTAMOS A MOSTRAR SINAIS DE RECUPERAÇÃO”,

sublinhando que, apesar da conjuntura actual, já é possível observar indicadores que apontam para uma retoma da economia nacional. O responsável considerou que essa recuperação ainda é gradual, mas representa um sinal encorajador para o desenvolvimento do País.

Ao abordar a preparação de Moçambique face a acontecimentos que podem afectar a economia, como ciclones e outros eventos adversos, o PCA da MozParks defendeu a necessidade de o País apostar em estratégias sustentáveis de desenvolvimento. Segundo o responsável, a capacidade de enfrentar desafios depende de escolhas que fortaleçam a economia e aumentem a resiliência nacional.

Durante a entrevista, Onório Boane reforçou ainda que “TODAS AS NAÇÕES QUE SE DESENVOLVERAM TIVERAM QUE ESCOLHER O CAMINHO PARA O DESENVOLVIMENTO”, salientando que o crescimento económico exige visão, planeamento e decisões estratégicas. O debate proporcionou uma reflexão sobre o futuro da economia moçambicana e os caminhos que podem contribuir para um desenvolvimento mais sólido e sustentável.

CONEXÕES DO GYL

GUNGU

CONVIDADO
ONÓRIO ERNESTO MANUEL BOANE
DIRECTOR EXECUTIVO E LÍDER INSTITUCIONAL

Sexta-Feira
21H30

É Mais Feliz quem Assiste.

tv cabo CANAL 8

YouTube GUNGU TELEVISÃO

StarTimes CANAL 10

facebook GUNGU TELEVISÃO

 icca Gungu TV

CONEXÕES
DO GVL



TODAS ÀS

Sextas-Feiras
21H30

REPETIÇÃO

Domingo
14H30

É Mais Feliz quem Assiste.

tv cabo
CANAL 8

 **YouTube**
GUNGU TELEVISÃO

 **StarTimes**
CANAL 13

facebook
GUNGU TELEVISÃO

EMAGRECIMENTO SEM CULPA: O EQUILÍBRIO ENTRE A SAÚDE FÍSICA E EMOCIONAL EM DEBATE NO SHOW DA MANHÃ

O PROGRAMA SHOW DA MANHÃ PROMOVEU UM DEBATE SOBRE O TEMA "EMAGRECIMENTO SEM CULPA: O EQUILÍBRIO ENTRE A SAÚDE FÍSICA E EMOCIONAL", REUNINDO ESPECIALISTAS QUE ABORDARAM A IMPORTÂNCIA DE UM PROCESSO DE PERDA DE PESO CONSCIENTE, SAUDÁVEL E SUSTENTÁVEL.



Durante a conversa, foi destacado que o emagrecimento não deve ser motivado apenas por questões estéticas, mas sim pela promoção da saúde e do bem-estar.

A mentora em Educação Mental e estudante de Psicanálise e Neurociência, Elisangela Gulele, afirmou que, antes de iniciar qualquer processo de emagrecimento, é fundamental que a pessoa compreenda o verdadeiro motivo que a leva a querer perder peso. Segundo a especialista, quando o propósito está relacionado com a saúde, existe maior comprometimento para enfrentar os desafios e manter os resultados alcançados. Elisangela defendeu ainda

que é importante questionar os próprios hábitos alimentares, procurando compreender as razões que levam ao consumo excessivo de alimentos, para que o processo seja feito de forma consciente.

Por sua vez, a psicóloga e farmacêutica Otilia Domingos alertou que muitas pessoas procuram emagrecer a qualquer custo, influenciadas por padrões de beleza ou pelo desejo de ter o corpo de outras pessoas, sem conhecerem os benefícios e os riscos dos diferentes procedimentos. A especialista explicou que existem casos em que a perda de peso é uma necessidade clínica, como acontece com pacientes diabéticos, sendo este um processo acompanhado por profissionais de saúde. Acrescentou

ainda que o emagrecimento depende mais da capacidade de manter hábitos saudáveis do que apenas de perder peso. Segundo Otilia, o estado emocional e o corpo estão intimamente ligados, sendo comum que pessoas com ansiedade ou depressão desenvolvam comportamentos alimentares compulsivos, reforçando a necessidade de equilíbrio entre a saúde mental e física.

A nutricionista Vanilde Simbine destacou que, no consultório, é frequente atender pessoas que desejam emagrecer apenas porque viram outras alcançarem esse objectivo. Para a especialista, a perda de peso não deve ser orientada por padrões estéticos nem por comparações, mas sim pela realidade e pelas necessidades

de cada indivíduo. Vanilde explicou que, antes de definir qualquer plano alimentar, é essencial avaliar o estado de saúde e as características de cada paciente. Salientou ainda que, quando a pessoa compreende claramente as razões que a motivam a emagrecer, torna-se mais determinada e consistente durante o processo. Como conclusão, defendeu que o principal objectivo deve ser desenvolver uma relação saudável com a alimentação, permitindo um emagrecimento consciente, equilibrado e livre de culpa.

"... ANTES DE INICIAR QUALQUER PROCESSO DE EMAGRECIMENTO, É FUNDAMENTAL QUE A PESSOA COMPREENDA O VERDADEIRO MOTIVO QUE A LEVA A QUERER PERDER PESO."



NOTÍCIAS EM FOCO DESTACA DEMOLIÇÃO DE CONSTRUÇÕES IRREGULARES NA MATOLA

O NOTÍCIAS EM FOCO NOTICIOU AS ACÇÕES EM CURSO NO MUNICÍPIO DA MATOLA, ONDE O CONSELHO MUNICIPAL, LIDERADO POR JÚLIO PARRUQUE, TEM VINDO A PROCEDER À DEMOLIÇÃO DE CONSTRUÇÕES CONSIDERADAS IRREGULARES.

Segundo as autoridades municipais, a medida enquadra-se nas acções de ordenamento territorial e visa garantir maior segurança às populações, sobretudo em zonas propensas a inundações.

De acordo com as informações avançadas, as demolições incidem sobre edificações erguidas em áreas de risco, incluindo zonas de drenagem e locais destinados à circulação das águas pluviais. O município defende que a ocupação destes espaços compromete o funcionamento das infra-estruturas de saneamento e aumenta a vulnerabilidade das comunidades durante a época chuvosa.

Entretanto, as acções têm gerado diferentes reacções entre

os munícipes. Enquanto alguns reconhecem a necessidade de reforçar o ordenamento urbano e prevenir futuras inundações, outros manifestam preocupação com o impacto social das demolições, alegando perda das suas habitações e apelando a soluções que conciliem a legalidade com a protecção das famílias afectadas. Perante este cenário, o Conselho Municipal da Matola reafirma que as intervenções fazem parte de um plano de melhoria das condições urbanas e de redução dos riscos associados às cheias. As autoridades garantem que as medidas visam assegurar um crescimento ordenado da cidade, privilegiando a segurança dos cidadãos e a preservação das infra-estruturas públicas.



PROJECTO FIRME LEVA A HISTÓRIA DO HIP HOP MOÇAMBICANO AO MARKAS DO HIP HOP

O PROGRAMA MARKAS DO HIP HOP RECEBEU A DUPLA DE RAPPERS DENOMINADA PROJECTO FIRME QUE PARTILHOU A SUA TRAJETÓRIA NO CENÁRIO MUSICAL MOÇAMBICANO, DESTACANDO A FORMA COMO A PAIXÃO PELO RAP E PELA CULTURA HIP HOP TEM GUIADO O SEU PERCURSO.

Durante a conversa, os artistas falaram sobre a essência das suas músicas, baseadas na história do Hip Hop em Moçambique, e contaram como aprenderam a fazer rap, bem como os desafios e experiências que marcaram o desenvolvimento do projecto ao longo dos anos.

Fundado em 2007, o PROJECTO FIRME nasceu da iniciativa do rapper Enigma, que decidiu reunir jovens da zona de Mavalane e de alguns bairros arredores, com o objectivo de criar um movimento que representasse a comunidade. Segundo o artista, na época existiam vários projectos, mas faltava uma iniciativa sólida e comprometida com a promoção dos MCs e rappers daquela região

Inicialmente composto por 17 integrantes, o grupo passou por diferentes fases ao longo da sua caminhada. Com o tempo, alguns membros seguiram outros caminhos, assumiram novas actividades na sociedade ou criaram outros grupos, fazendo com que a formação inicial sofresse alterações.

Apesar das mudanças e dos desafios enfrentados, o PROJECTO FIRME afirma que continua dedicado ao seu sonho de promover a cultura Hip Hop e valorizar os talentos nacionais, mantendo-se fiel aos princípios que estiveram na origem do movimento.



PUBLICIDADE

ANUNCIE AQUI

DICCA

CONTACTOS: 84 64 52 701 / 82 82 83 040



Dicca Publicidade

Show da Manhã
com
Eunice Andrade

segunda-sexta feira
09:30 às 11:30

É Mais Feliz quem Assiste.

tv cabo
CANAL 8

YouTube
GUNGU TELEVISÃO

StarTimes
CANAL 10

PUBLICIDADE

**ANUNCIE
AQUI**

DICCA

CONTACTOS: 84 64 52 701 / 82 82 83 040

GUNGU DEBATE ANALISA PROIBIÇÃO DE ENTRADA DE GILMÁRIO VEMBA EM MOÇAMBIQUE

O PROGRAMA GUNGU DEBATE ABORDOU A RECENTE PROIBIÇÃO DA ENTRADA DO HUMORISTA ANGOLANO GILMÁRIO VEMBA EM MOÇAMBIQUE, DECISÃO QUE TAMBÉM INVIABILIZOU A SUA ACTUAÇÃO NO PAÍS.

Durante o debate, o comentador Fernando Machava defendeu que, neste caso, o Estado moçambicano está apenas a aplicar a legislação vigente, sublinhando que a questão

deve ser analisada sob o prisma da soberania nacional e do cumprimento da lei.

Na sua intervenção, Fernando Machava afirmou que Gilmário Vemba é um humorista conceituado ao nível dos PALOP e da CPLP. Contudo, considerou que o artista tem vindo a ultrapassar os limites da sua actividade cultural ao pronunciar-se sobre questões políticas moçambicanas. Segundo o comentador, o humorista demonstra cautela ao abordar assuntos políticos relacionados com Angola, mas adopta uma postura diferente quando comenta a realidade de Moçambique.

O interveniente defendeu ainda que o humorista estaria



"...O HUMORISTA DEMONSTRA CAUTELA AO ABORDAR ASSUNTOS POLÍTICOS RELACIONADOS COM ANGOLA, MAS ADOPTA UMA POSTURA DIFERENTE QUANDO COMENTA A REALIDADE DE MOÇAMBIQUE."

a confundir cultura com política, sustentando que os assuntos internos de Moçambique devem ser tratados pelos próprios moçambicanos. Fernando Machava referiu que as manifestações registadas no País provocaram impactos negativos na economia, na destruição de infra-estruturas e na vida de diversos empresários, considerando que qualquer apoio ou associação a esses acontecimentos pode ser interpretado como um incentivo à violência, num momento em que o foco nacional deve estar voltado para a reconciliação.

Durante o debate, Fernando Machava reiterou que Moçambique é um Estado soberano e que cabe às autoridades decidir quem pode ou não entrar no território nacional, em conformidade com a lei. Acrescentou que desconhece as razões concretas que levaram à não concessão do visto ao humorista, mas manifestou a opinião de que Gilmário Vemba deveria concentrar-se na sua carreira artística e evitar envolver-se em assuntos internos moçambicanos, preservando o papel que desempenha no campo da cultura.

Divirta-se em Família
no Pacote Acima!



Recarregue o pacote actual
assista o Pacote Acima

Se o teu **Pacote Actual é NOVA**
Recarregue o mesmo e assiste o **PACOTE BÁSICO** ou **SMART**

Campanha válida até 15 de Janeiro de 2026 | Termos e condições aplicáveis

 82 217 1400



StarTimes 
www.startimestv.com



StarTimes

 Dicca Desporto

COMMONWEALTH 2026: MOÇAMBIQUE PERDE NO JUDO E TERMINA A PARTICIPAÇÃO SEM MEDALHAS

MOÇAMBIQUE ENTROU EM AÇÃO, ESTA SEXTA-FEIRA (31), NOS JOGOS DA COMMONWEALTH 2026, COMPETINDO NA MODALIDADE DE JUDO, A ÚLTIMA EM QUE O PAÍS AINDA ALIMENTAVA ESPERANÇAS DE CONQUISTAR MEDALHAS NESTA EDIÇÃO DO EVENTO.

A participação contou com os judocas moçambicanos Cinthya Badrú e Samuel Ribeiro, ambos derrotados por ippon. Cinthya Badrú, que competiu na categoria de -52 kg, perdeu diante da camaronesa Baba Matia MC. Já Samuel Ribeiro, na categoria de -66 kg, foi derrotado pelo indiano Rohit Basir Majgul.

Sem alcançar o pódio no Judo, Moçambique encerrou a sua participação nos Jogos da Commonwealth 2026 sem conquistar qualquer medalha. A competição decorre em Glasgow, na Escócia.

Recorde-se que a selecção moçambicana de boxe foi impedida de participar devido ao atraso no envio dos testes de



verificação de género.

No Atletismo, Cecília Guambe e Édio Missacate também não conseguiram obter resultados de destaque nas provas dos 100 metros barreiras e 400 metros barreiras, respectivamente. Na natação, Matthew Lawrence e Cleiton Munguambe igualmente não alcançaram resultados que permitissem a conquista de medalhas.

COMMONWEALTH 2026: MOÇAMBIQUE PERDE NO JUDO E TERMINA A PARTICIPAÇÃO SEM MEDALHAS

Moçambique entrou em ação, esta sexta-feira (31), nos Jogos da Commonwealth 2026, competindo na modalidade de Judo, a última em que o país ainda alimentava esperanças de conquistar medalhas nesta edição do evento.

A participação contou com os judocas moçambicanos Cinthya Badrú e Samuel Ribeiro, ambos derrotados por ippon. Cinthya Badrú, que competiu na categoria de -52 kg, perdeu diante da camaronesa Baba Matia MC. Já Samuel Ribeiro, na categoria de -66 kg, foi derrotado pelo indiano Rohit Basir Majgul.

Sem alcançar o pódio no Judo, Moçambique encerrou a sua participação nos Jogos da Commonwealth 2026 sem conquistar qualquer medalha. A competição decorre em Glasgow, na Escócia.

Recorde-se que a selecção moçambicana de boxe foi impedida de participar devido ao atraso no envio dos testes de verificação de género.

No Atletismo, Cecília Guambe e Édio Missacate também não conseguiram obter resultados de destaque nas provas dos 100 metros barreiras e 400 metros barreiras, respectivamente. Na natação, Matthew Lawrence e Cleiton Munguambe igualmente não alcançaram resultados que permitissem a conquista de medalhas.

JUDO: SHENIDY TSEMANE CONQUISTA BRONZE AFRICANO DE JUNIORES 2026

A JUDOCA MOÇAMBICANA, SHENIDY TSEMANE, CONQUISTOU, ESTE SÁBADO (25), A MEDALHA DE BRONZE NA CATEGORIA DE -57 KG DO CAMPEONATO AFRICANO DE JUDO DE CADETES E JUNIORES 2026, QUE DECORRE EM CASABLANCA, MARROCOS, REFORÇANDO O ESTATUTO DE UMA DAS PRINCIPAIS PROMESSAS DA MODALIDADE NO CONTINENTE.

No percurso até ao pódio, Tsemene venceu a representante do Burkina Faso na ronda inaugural, antes de ser derrotada por uma judoca angolana nas meias-finais. Relegada para a repescagem, respondeu com uma vitória sobre a judoca do Burundi, garantindo presença no combate pela medalha de bronze.

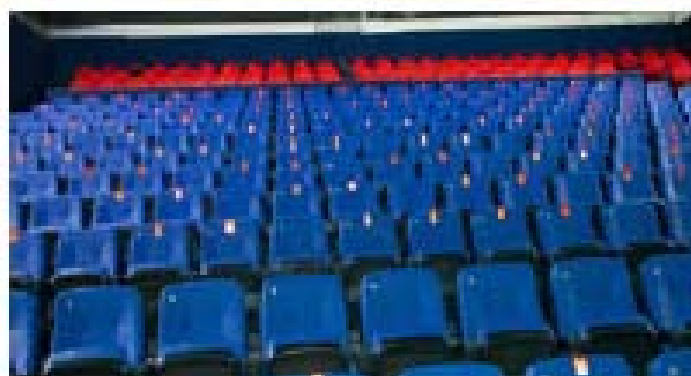
Na luta decisiva, a moçambicana superiorizou-se à atleta anfitriã, de Marrocos, vencendo por ippon e assegurando o terceiro lugar da competição.

A medalha surge na sequência do bom momento de forma da judoca, que em Junho conquistou o ouro no Open de Joanesburgo, na África do Sul, ao derrotar na final a camaronesa Fiona Mbongo.

Shenidy Tsemene soma ainda um importante registo no judo moçambicano. Em 2022, tornou-se a primeira atleta do país a conquistar uma medalha de ouro no Campeonato Africano de Judo de Cadetes e Juniores, um feito histórico para a modalidade nacional.



GUNGU CINEMAS



MOÇAMBIQUE ACOLHE ELITE DO TÊNIS SUB-12 DA ÁFRICA AUSTRAL

MOÇAMBIQUE VAI VOLTAR A ESTAR NO CENTRO DO TÊNIS REGIONAL AO ACOLHER O 12&U SOUTHERN AFRICAN COMPETITION 2026, UMA DAS MAIS IMPORTANTES COMPETIÇÕES DE DESENVOLVIMENTO DA FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE TÊNIS (ITF), DESTINADA A ATLETAS COM ATÉ 12 ANOS DE IDADE.

A informação foi avançada pela Federação Moçambicana de Ténis (FMT), através de um comunicado de imprensa enviado à redacção da ESFÉRICO.

A prova decorrerá entre os dias 11 e 15 de Agosto e tem como principal objectivo proporcionar aos jovens tenistas uma oportunidade de competir a nível internacional, acumulando experiência e promovendo o seu desenvolvimento competitivo numa fase crucial da formação.

Segundo a FMT, a realização deste torneio representa mais um passo na afirmação de Moçambique como um destino de referência para a organização de competições internacionais de ténis.

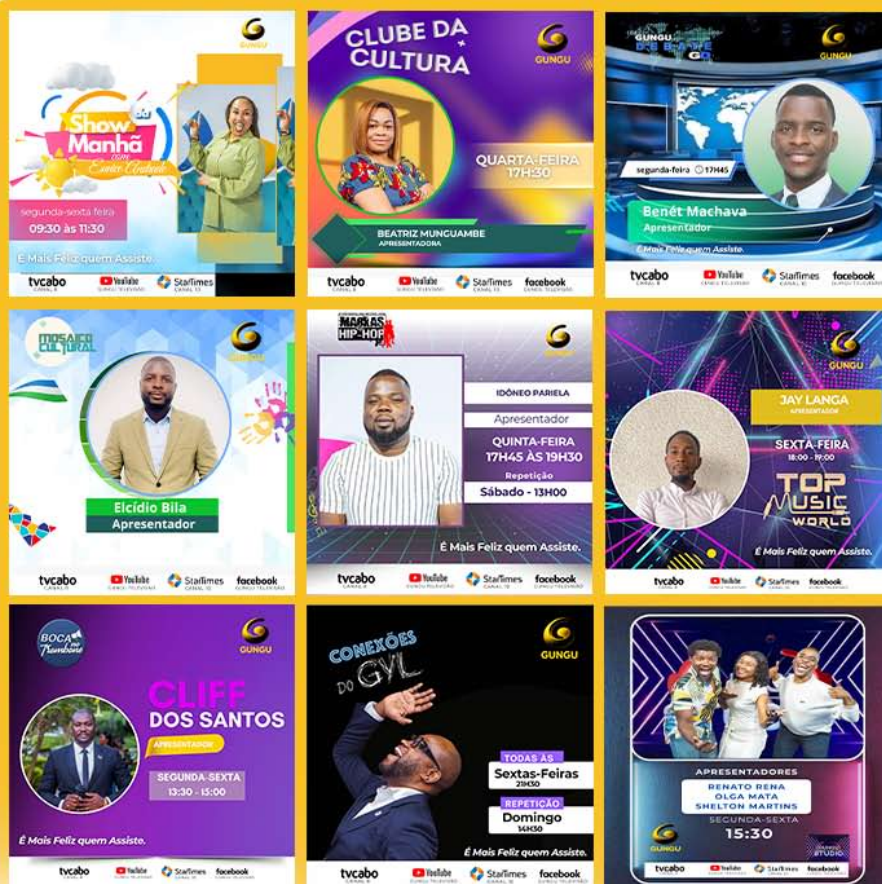
“Ao receber esta importante competição regional, Moçambique reforça o seu compromisso com o desenvolvimento do ténis de formação e com a promoção do intercâmbio desportivo entre os países da região. O evento proporcionará aos jovens atletas uma oportunidade única para competir ao mais alto nível, adquirir experiência internacional e fortalecer os laços de amizade através do desporto. Esta será também uma ocasião para demonstrar a capacidade organizativa do país e continuar a posicionar Moçambique como um destino de referência para a realização de competições internacionais. A FMT convida todos os amantes do ténis, parceiros, órgãos de comunicação social e o

público em geral a acompanharem este grande evento e a apoiarem os jovens atletas que representam o futuro da modalidade na África Austral”, refere o comunicado.

Além da selecção anfitriã, já confirmaram presença as equipas nacionais de Angola, Malawi, Eswatini, África do Sul, Ilhas Maurícias, Zâmbia, Botswana, Namíbia, Madagáscar, Lesoto e Zimbabwe.

Nos últimos anos, a Federação Moçambicana de Ténis tem organizado regularmente circuitos internacionais dedicados aos escalões de formação. Estas competições atribuem pontos para o ranking da ITF, permitindo aos jovens tenistas melhorar a sua classificação internacional e ganhar experiência em provas de elevado nível competitivo.



Dica Publicidade

tv cabo

**ASSISTA A GUNGU TV NA POSIÇÃO
8 (TV CABO)**

**SIGA-NOS****tv cabo**

SELECÇÃO NACIONAL DE TAEKWONDO CONQUISTA TRÊS MEDALHAS NO CAMPEONATO ABERTO DE PORTUGAL G1

A SELECÇÃO MOÇAMBICANA DE TAEKWONDO REGRESSOU À MAPUTO APÓS CONQUISTAR UMA MEDALHA DE PRATA E DUAS DE BRONZE NO CAMPEONATO ABERTO DE PORTUGAL G1, REALIZADO EM VILA NOVA DE GAIA, NOS DIAS 25 E 26 DE JULHO CORRENTE.



A delegação, composta por 14 atletas, alcançou um desempenho acima das expectativas numa competição de elevado nível internacional.

O principal destaque foi Helena Safrão, que conquistou a medalha de prata na categoria de -51 kg. Já Stélvio Machava garantiu o bronze na categoria dos -53 kg, enquanto Laysa Cumbe subiu ao pódio com o bronze na categoria de -46 kg.

Além das três medalhas, quatro atletas moçambicanos chegaram às meias-finais e outros quatro atingiram os quartos-de-final, reforçando a prestação positiva do combinado nacional no torneio.

No regresso ao país, a equipa técnica e os atletas apelaram à aquisição de sistemas electrónicos de pontuação (PSS), considerando que este equipamento é indispensável para modernizar os treinos e preparar os praticantes de acordo com os padrões internacionais da modalidade. Segundo a Federação Moçambicana de Taekwondo, a introdução desta tecnologia permitirá melhorar a competitividade dos atletas nas provas internacionais.



ANTES DO ENCERRAMENTO DOS CINEMAS JÁ TÍNHAMOS ENCERRADO QUASE TUDO



Gilberto Mendes

O PÂNICO QUE TOMOU CONTA DE TANTA GENTE QUANDO CORREU O RUMOR DE QUE OS CINEMAS DA NU METRO NO GLÓRIA MALL PODERIAM FECHAR FOI CURIOSO. COMO VENTE ATÉ.

De repente, descobrimos que amamos o cinema.

Descobrimos que ele faz falta.

Descobrimos que uma cidade sem salas de exibição é uma cidade mais pobre.

Mas a pergunta que me ficou atravessada na garganta foi outra:

E onde estivemos nós enquanto o resto da cultura fechava as portas uma a uma?

Porque a verdade é que este funeral começou há muito tempo.

Não começou no Glória Mall.

Começou quando deixámos morrer as bandas que enchiam salas de espetáculo.

Quando os palcos deixaram de receber companhias teatrais que lotavam auditórios.

Quando a Companhia Nacional de Canto e Dança deixou de ocupar o lugar central que merecia.

Quando os cinemas foram desaparecendo sem que o país se levantasse para os defender.

Quando os livros deixaram de ser assunto de conversa.

Quando a cultura passou a ser vista como um luxo e não como uma necessidade.

Foi uma morte lenta.

Silenciosa.

Tão silenciosa que quase ninguém ouviu.

Hoje resta apenas um pequeno fragmento da imensa riqueza cultural que tivemos.

E, no entanto, fomos felizes.

Fomos educados.

Aprendemos a sonhar através da música, do teatro, da literatura, da dança e do cinema.

Aprendemos cidadania sem saber que a estávamos a aprender.

Hoje admiramo-nos com a falta de civismo.

Admiramo-nos com a agressividade.

Com a pobreza do debate público.

Com a facilidade com que se maltrata a língua portuguesa nas redes sociais.

Com a mediocridade que tantas vezes invade os ecrãs e os microfones.

Mas talvez a surpresa não devesse ser essa.

Talvez a surpresa fosse se o resultado fosse diferente.

Porque passámos anos a retirar alimento cultural a uma geração inteira e agora espantamo-nos porque ela procura alimento noutros lugares.

Alguns encontram-no no álcool.

Outros nas aparências.

Outros na viralidade vazia de quinze segundos.

(Continua na pág. seguinte)

(Continuação da pág. anterior)

E depois perguntamos por que razão estamos assim.

A resposta pode ser desconfortável.

Estamos assim porque deixámos a cultura definhar.

Porque passámos a resgatar tudo, menos aquilo que forma cidadãos.

Resgatamos empresas.

Resgatamos companhias aéreas.

Resgatamos bancos.

Resgatamos sistemas.

E a cultura?

Quem resgata a cultura?

Quando é que alguém anunciará um plano nacional de emergência para salvar a alma do país?

Porque é disso que estamos a falar.

Uma economia pode ser reconstruída.

Uma estrada pode ser asfaltada.

Um edifício pode ser reerguido.

Mas quando um povo perde a consciência de si próprio, o trabalho torna-se infinitamente mais difícil.

A História está cheia de países que desapareceram politicamente depois de terem desaparecido culturalmente.

Porque um país sem cultura não é verdadeiramente um país.

É apenas um conjunto de pessoas a ocupar o mesmo território.

Corpos sem memória.

Almas sem bússola.

Gente caminhando sem saber para onde.

Por isso, talvez o susto provocado pelo alegado encerramento dos cinemas da Nu Metro tenha sido útil.

Talvez tenha servido para nos lembrar que algo muito mais grave está a acontecer diante dos nossos olhos.

A cultura moçambicana não está doente.

Está nos cuidados intensivos.

E cada dia que adiamos o tratamento torna a recuperação mais difícil.

A pergunta já não é se devemos agir.

A pergunta é se ainda vamos a tempo.

Entretanto, enquanto discutimos o problema, há quem continue teimosamente a lutar.

Há quem continue a acender luzes em vez de amaldiçoar a escuridão.

Há quem continue a acreditar que um povo educado pela cultura será sempre mais forte do que um povo alimentado apenas por estatísticas económicas.

Por isso, todas as sextas-feiras, sábados, domingos e feriados, as cortinas continuam a abrir-se.

Na Catedral do Teatro Nacional.

Porque alguém tem de continuar a lembrar-nos quem fomos.

E, sobretudo, quem ainda podemos voltar a ser.



FURTOS DE BENS HOSPITALARES REDUZEM 79.4% NO HCM

O HOSPITAL CENTRAL DE MAPUTO REGISTOU UMA REDUÇÃO DE 79,4% NOS FURTOS DE BENS E CONSUMÍVEIS HOSPITALARES NOS ÚLTIMOS TRÊS MESES, O PREJUÍZO FINANCEIRO CAUSADO PELOS FUNCIONÁRIOS MINIMIZOU PARA 365.320,00MT, FACE AOS 1.793.878,20 MT CONTABILIZADOS NO PRIMEIRO TRIMESTRE DESTE ANO.



A informação foi partilhada nesta terça-feira (28), pelo Chefe do Departamento do Controlo Interno, Ângelo Punguane, a quando de mais uma reunião do Conselho Alargado, que decorreu no Instituto de Ciências de Saúde de Maputo prevendo como temas centrais: “A Avaliação dos Furtos, o Relatório de Cobranças Ilícitas do Primeiro Semestre e Estratégia de Mitigação do Desvio de Medicamentos e Consumíveis”.

O relatório do primeiro semestre revelou que, os esquemas de cobranças ilícitas aos utentes afectam diversos procedimentos hospitalares, com destaque para as intervenções cirúrgicas e análises clínicas, sendo que, o departamento de cirurgia lidera as estatísticas com cobranças ilegais que atingem até 80.000,00 MT por paciente, seguido da medicina, registando cobranças ilegais no valor de 21.000,00 MT, Laboratório de Análises Clínicas com 4.700, Ginecologia e Obstetrícia, Pediatria, Maternidade, e Ortopedia, com valores não superiores a 1.500,00 MT.

O conselho Alargado debateu ainda, a identificação de funcionários que desviam fundos públicos, substituindo as contas oficiais do hospital por contas pessoais, arrecadando a receita para seus bolsos, prejudicando assim a unidade e os serviços prestados aos utentes.

Mediante aos factos que são reais nesta instituição, a Directora-Geral do HCM, Farida Urci, garantiu que a instituição continuará implacável e irá intensificar a vigilância interna de modo a combater o desvio de bens, protegendo desta forma a qualidade dos serviços oferecidos aos pacientes.

Para encerrar, Urci, fez um apelo directo à classe médica, para a melhoria da comunicação com os pacientes e familiares, destacando a importância de explicar claramente os diagnósticos e os procedimentos. Exigiu também total clareza na prescrição das receitas e dos processos clínicos, garantindo que a informação médica seja legível para todos.



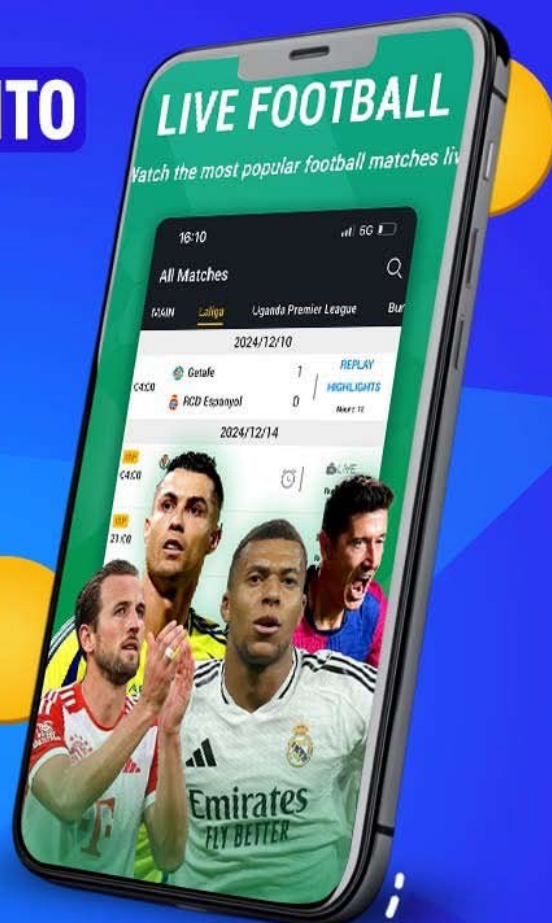
 **icca Publicidade**

SEU DESPORTO FAVORITO NA PALMA DA MÃO

Acompanhe todas ligas
da StarTimes, através do **App**.



BAIXE StarTimes **ON**



StarTimes

DIVIRTA-SE COM A VIDA DIGITAL

 icca Opinião

MOÇAMBIQUE É UM DOS POUCOS PAÍSES AFRICANOS ONDE OS SEUS RESTAURANTES E HOTÉIS SÓ SERVEM ALIMENTOS BASEADOS NA CULINÁRIA PORTUGUESA

Por Gustavo Mavie

SE UM ESTRANGEIRO FOSSE LEVADO SEM QUE SEJA DITO, QUE O ESTAVAM LEVANDO PARA MOÇAMBIQUE, E QUE TENHA ESTADO ANTES EM PORTUGAL, E LÁ TENHA COMIDO NOS RESTAURANTES E HOTÉIS PORTUGUESES, E DEPOIS FOSSE COMER JÁ NAS CASAS DE PASTOS EXISTENTES NAS GRANDES CIDADES MOÇAMBICANAS, PODIA ACREDITAR QUE O TINHAM ENGANADO E QUE ESTARIA MAIS UMA VEZ NUMA OUTRA TERRA PORTUGUESA.

Acreditaria que estava mais uma vez em Portugal ou pelo menos num dos seus territórios, porque os restaurantes e hotéis que há em Moçambique, nunca servem pratos moçambicanos, mas tão-somente os da culinária portuguesa, à mistura com os de outros países não africanos, tais como da China, Índia, Itália, México, Tailândia, e outros países asiáticos.

O que mostra que não servem os pratos moçambicanos por uma questão internacional, é que quase todos os cozinheiros e cozinheiras que preparam os pratos da cozinha portuguesa, são moçambicanos e moçambicanas.

Portanto, não preparam os diferentes tipos de pratos moçambicanos porque os encaram como não dignos de se servir em restaurantes e muito menos em hotéis de 4 a 5 estrelas.

Na verdade, essa percepção é baseada na política de supremacia portuguesa ou branca tão promovida durante a longa noite colonial, em que se apresentava as comidas moçambicanas como sendo só para o consumo dos pretos ainda não assimilados.

O antigo Presidente moçambicano, Joaquim Chissano, conta no seu livro de memórias, *Vidas, Lugares e Tempos*, que os assimilados moçambicanos escondiam as comidas africanas que estivessem a comer nas suas mesas, quando de repente recebessem visitas de amigos de país assimilados. Isto porque um dos juramentos dos assimilados, era que nunca mais iriam comer comidas tidas como só para pretos não assimilados, que se consomem no Sul de Moçambique, tais como mboa, mathapa, xiguinha, xima, nhangana, kakana, entre vários outros.

Até hoje, há por causa desse embrutecimento, muitas famílias das zonas urbanas, em que nas suas casas, não se comem pratos vegetarianos, mas só carnes, especialmente vermelhas, não obstante sejam de facto comidas mortas, e não vivas como são de facto os preparados com vegetais.

O que prova que as carnes vermelhas são de facto comidas mortas é só ver quão magros estão sempre os animais carnívoros, como os leões e lobos, e quão gordos estão os herbí-

voros, como os elefantes e hipopótamos que se alimentam só de vegetais! O que é pior, é que as carnes não são só comidas mortas, como contêm mais de 200 doenças diferentes. É por isso que não se recomenda se não são tratadas por médicos veterinários.

O que mantém esta criança errada de num restaurante ou hotel não se pode servir pratos daqui da terra moçambicanos, é que as próprias autoridades moçambicanas que zelam pelo nosso turismo, não se empenham na promoção das comidas que se comem em várias províncias ou regiões moçambicanas.

Este problema se agrava porque os meios de comunicação de massas, como as rádios e televisões, não promovem também a culinária moçambicana que na verdade é tão apetitosa quão é nutritiva. Mesmo a televisão pública TVM grande parte da sua programação é a portuguesa. Há vezes que se confunde com os canais portugueses. As suas aulas de culinária são quase todas sobre pratos portugueses. Os nossos são rotulados por tradicionais.

E veja que não se servem pratos moçambicanos por falta de quem consumir. Todas as vezes que estou nas festas e casamentos em que há pratos moçambicanos, são alguns dos mais consumidos.

Das vezes que vi pratos nacionais em restaurantes e hotéis de luxo, foi na África do Sul, Angola, Tanzânia, China, Índia a mistura com pratos estrangeiros ou internacionais como são mais chamados.

Nós não podemos continuar a ter vergonha do que é nosso. Temos que ter uma identidade nacional, que revela que somos moçambicanos, e não mais portugueses, como já éramos considerados durante o tempo colonial. Na África do Sul e Angola todos os seus cidadãos comem os pratos do país, independentemente da cor da sua pele.

Temos que falar as nossas línguas com os nossos filhos e netos, e os ensinarmos a preparar e comer os nossos pratos. Temos que servir tais pratos aos estrangeiros e turistas que nos visitam. É assim que outros povos fazem. (X)

Dicca Curiosidade**SABIA QUE...**

01 - Os olhinhos dos coelhos ficam um em cada lado do rosto, isso permite que eles tenham uma percepção muito melhor que a nossa, com uma visão de 360 graus.

02 - Eles vivem, em média, 10 anos. O recorde dos coelhos domésticos é de Mick, um coelho estadunidense que chegou aos 16 anos.

03 - Seus dentinhos não param de crescer. Por isso, eles têm que estar sempre roendo algo.

04 - Suas grandes orelhas, além de ouvirem bem, também actuam regulando a temperatura do corpo.

05 - A gestação da coelha dura de 28 a 30 dias, com 8 a 12 filhotes em média. Por ano, podem ocorrer até 5 gestações.

06 - Sua alimentação se baseia principalmente em feno e graminhas, além de ração e verduras. Não se pode dar cenoura ou frutas em excesso, pois estas contêm grande quantidade de açúcar.

07 - Eles trocam de pelo uma vez ao ano. É importante manter o pelo sempre escovado, evitando o excesso e a consequente ingestão.

08 - Os coelhos são bem sociáveis, sendo ideal que vivam, pelo menos, em dupla. Ao juntar coelhos, é preferível que sejam de sexos diferentes, já que dois machos juntos brigam.

09 - Quando se sentem à vontade, eles brincam em zig-zag ou em círculos. Eles gostam de carinho principalmente na cabeça, e sua forma de demonstrar que estão gostando é quando apoiam o focinho na mão do tutor.

10 - Locais com grama e terra mantêm os coelhos entretidos.



REGISTO
019/GABINFO
- DEPC/2005

PERIODICIDADE
Semanal

TIRAGEM
Electrónica

PROPRIEDADE:
DICCA, Publicidade
e Marketing
Travessa do Varietá
Nº 21-57 - R/C
M A P U T O

FICHA TÉCNICA

DIRECÇÃO
Samuel Malumbe

EDIÇÃO
ESFÉRICO

REDACÇÃO
Jeremias Licumbe
Jonas Machava (Fotógrafo)

COLABORAÇÃO

Sérgio Dzimba
Matos Matosse
Gustavo Mavie
REVISÃO
ESFÉRICO

MAQUETIZAÇÃO
H. Hauze



**DÁ UM ZAAAP
PARA AS MELHORES
FESTAS DO ANO!**

NESTE VERÃO AUMENTA A DIVERSÃO!

ZAP BOX	+ KIT DE INSTALAÇÃO
1450MT	1750MT
1735MT	2230MT

+ 30 DIAS DO PACOTE MINI!

ACTUAIS CLIENTES TAMBÉM **GANHAM OFERTA!**

tvcabo

Tu escolhes!



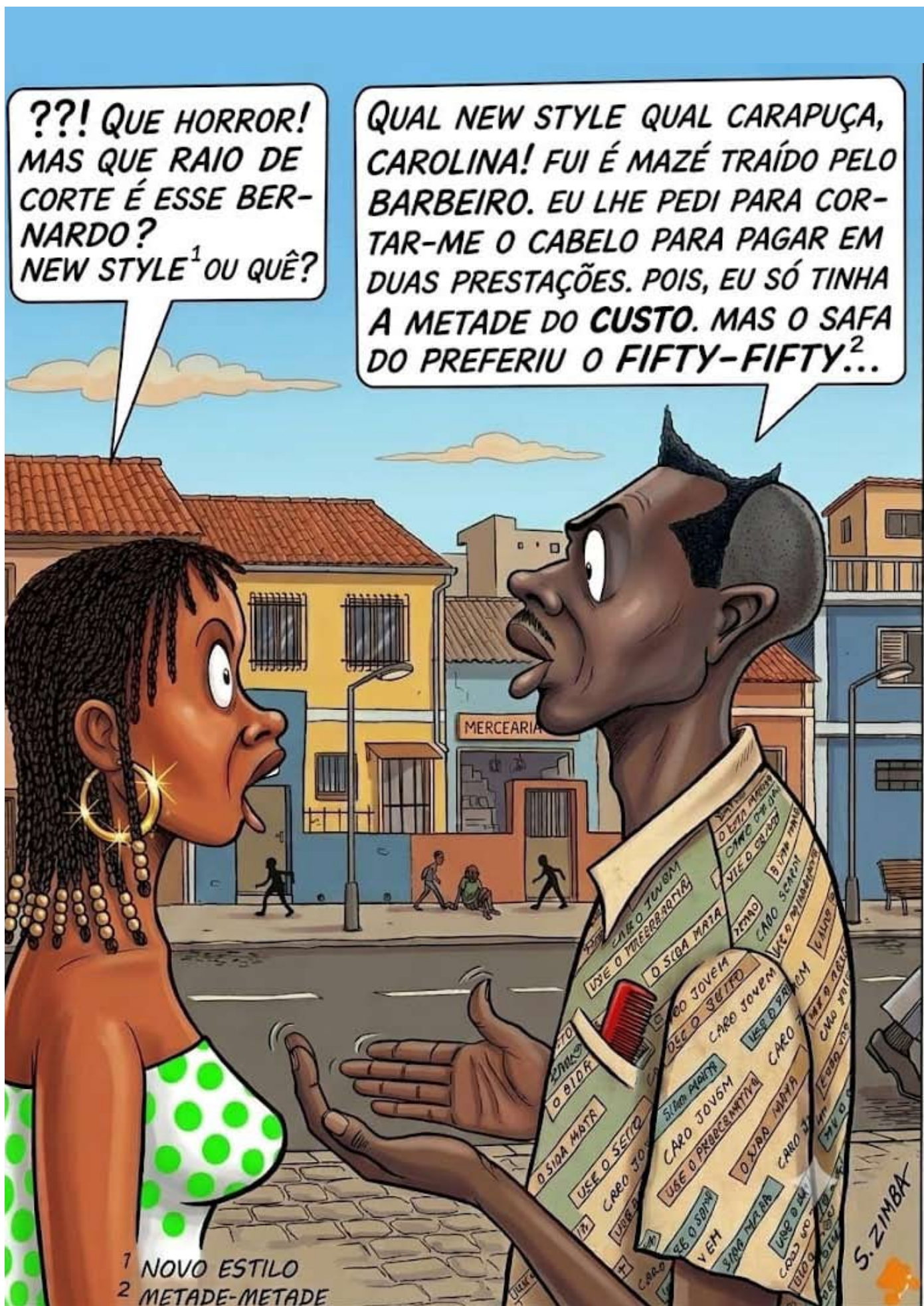


WWW.UNISCED.EDU.MZ

+258 84 0943 449

f @ @uniscedmz

Ter a sua
sala de aula é#maisprático
onde quiserENSINO ONLINE,
ENSINO COM FUTURO.





Apresenta

MUKWACHE



Yolanda Helena



Inoligia Paulo



Andeya Cossa



Mangaxana Simões



Renato Rena



Cândido Quembo

SEXTAS, SÁBADOS, DOMINGOS E FERIADOS

 18H:30



500 MZN



CINE-TEATRO GILBERTO MENDES



ENCENAÇÃO: GILBERTO MENDES PRODUÇÃO: ALFREDO JOSSIAS
SONOPLASTIA: ZACARIAS CHONGO
ILUMINOTÉCNIA: SILVA NHAVERNE