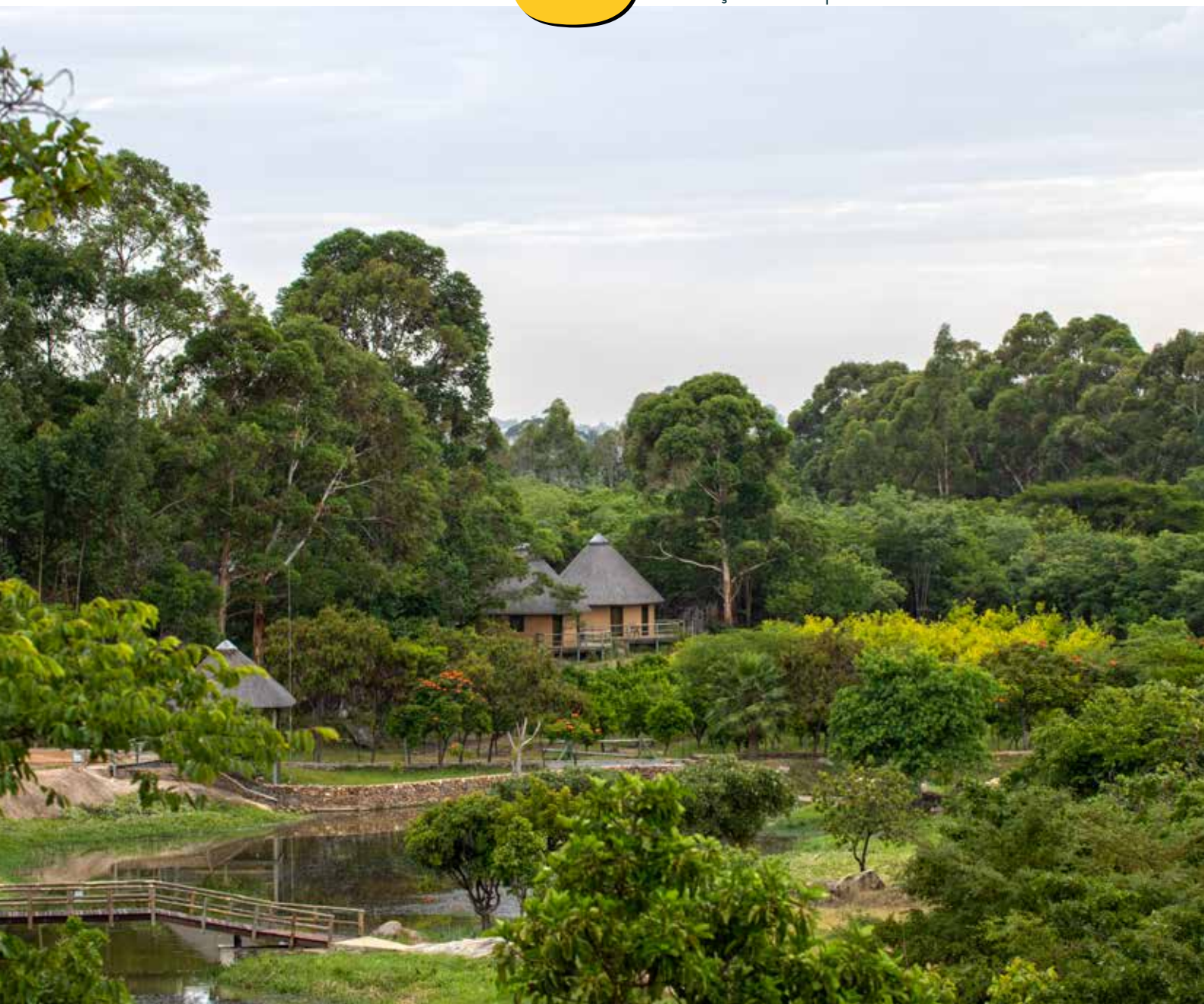


destinos em **Angola**

Edição Nº1 | Fevereiro 2021



**JUNTOS
PROMOVEMOS
O TURISMO DE
ANGOLA**

Entrevistas - - Descontos
Relato de viagem - - Curiosidades
Roteiro Turístico - - Destaques
Fotografias - - História
Hotel Urbano - -

destinos em **Angola**

Publicação de:

HOTEISANGOLA.COM

E-mail: info@hoteisangola.com

Tel: +244 931 510 510

Tel: +244 991 510 510

Whatsapp: +244 931 250 105

Produzido por:

SWII - Soluções Web Interactivas
Inteligentes (SU) Lda

Rua Domingos do Ò,
Benguela - Angola

Tel: +244 931 510 510

E-mail: info@swiionline.com

Url: www.swiionline.com

© 2021

índice

4

ALOJAMENTO URBANO

Apart-hotel Mil Cidades

A CONVERSA COM

Kioka

8

16

ROTEIROS

Conda por montes e vales

DESTAQUE

Pululukwa Resort

22

32

HISTORIAS DE VIAGEM

Uma viagem pelo sul de Angola

ARTESANATO

Conheça o nosso pensador

36

38

ONDE COMER

Bar Virei

SABER & HISTORIA

Namibe - A cultura dos Povos

40

46

RECEITAS GASTRONÔMICAS

Moamba de Galinha com Pirão

YOUR TOMORROW IS OUR TODAY!

PROCESSAMENTO, CONFEÇÃO E
DISTRIBUIÇÃO COMIDA

COZINHAS INDUSTRIAIS
CANTINAS
REFEITÓRIOS
PADARIAS
GELATARIAS

Acrescentamos valor aos projetos dos nossos clientes, ajudando-os a terem sucesso e assim cresceremos todos juntos de forma sustentada.

JORGE MARQUES, CEO

LINHAS DE PRODUÇÃO ALIMENTAR
INDUSTRIAL E EMBALAGEM

TRIAGEM ALIMENTOS
CORTE E CONFECCÃO
EMBALAMENTO

LAVANDARIA

LAVANDARIA COMERCIAL
LAVANDARIA HOSPITALAR
LAVANDARIA INDUSTRIAL

GARANTIA DE ASSISTÊNCIA TÉCNICA



Electrolux
PROFESSIONAL

ANG TRUST COMPANY



942 438 880 | 942 438 888 | 942 438 | 889934 457 194 | 942 628 192 | 929 208 393

www.atc.co.ao | atc@atc.co.ao

PAVILHÃO B3 - CENTAURO PARQUE AV. FIDEL CASTRO (VIA EXPRESSO) SENTIDO BENFICA - BELAS - LUANDA - ANGOLA.

APARTHOTEL MIL CIDADES

BENGUELA

APARTHOTEL ****

MIL CIDADES



Localizado no centro da cidade das acácias rubras, distingue-se pelo charme e glamour das restantes unidades hoteleiras da região pelo facto de ter uma oferta diferenciada.

Constituído por apartamentos com uma decoração exclusiva, esta unidade hoteleira conta com apartamentos T1, T2 e T3.



O restaurante e a esplanada é um espaço aberto e sem duvida um espaço de eleição que não deve deixar de visitar.



MIL CIDADES
A PARTHOTEL

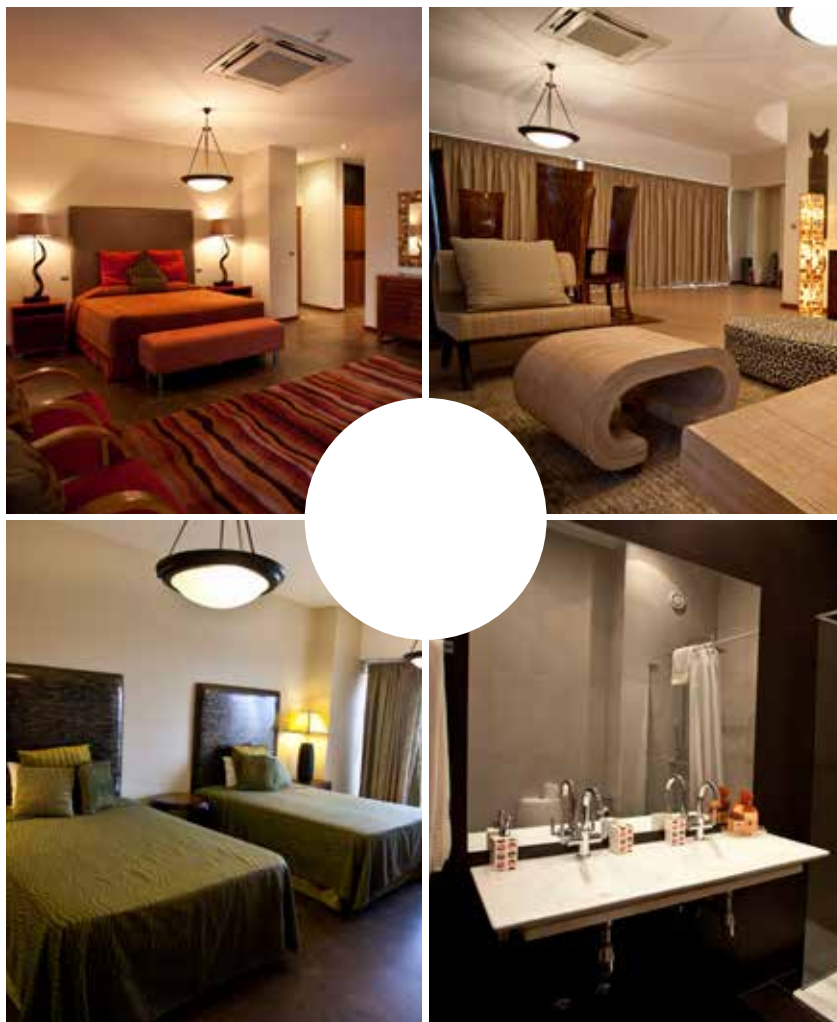


Desde logo o que nos chama à atenção é o facto das unidades habitacionais estarem preparadas para receber diversos tipos de famílias ou grupos.

O T1 para além de ser composto por 1 quarto com cama de casal e WC completo, tem também uma área de estar em conjunto com a área de cozinha onde o hospede poderá efectuar suas tarefas básicas.

O T2 é composto por uma suíte com cama de casal e um quarto Twin, o apartamento conta também com 1 cozinha equipada e uma sala de estar. O T3 para além das características do T2, tem a mais um quarto Twin.

Dispomos ainda de 3 luxuosas Penthouses e todos os apartamentos estão equipados com Tv Cabo, televisores LCD, telefone e internet Wireless.





Se a área de alojamento se destaca, não podemos deixar de salientar as áreas comuns, desde logo a área verde que envolve a piscina (uma para adultos e outra para crianças) e o ginásio, são outras das ofertas para os hóspedes. Salas de eventos familiares workshops e reuniões.

O restaurante e a esplanada é um espaço aberto e sem duvida um espaço de eleição que não deve deixar de visitar. Com um serviço de excelência, primado pela simpatia e profissionalismo, aliado a uma gastronomia, bastante variada e elegante onde se destaca a boa cozinha Indiana, Italiana, Portuguesa e pratos tradicionais Africanos. Tudo isso faz do nosso Aparthotel uma referência singular

MAIS INFO

www.hoteisangola.com

info@hoteisangola.com

+244 931 510 510



The logo for Zi2E features the letters 'Zi2E' in a stylized font. The 'Zi' is in grey and the '2E' is in orange. A thin orange horizontal line is positioned below the letters.

Instituto Internacional de
Educação Executiva

IMPROVE YOUR KNOWLEDGE

CURSOS AVANÇADOS NAS ÁREAS DA SAÚDE,
EDUCAÇÃO E PSICOLOGIA /
EXECUTIVE MASTER /
ESPECIALIZAÇÕES NA ÁREA DA SAÚDE

CURSOS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA /
CIÊNCIAS EMPRESARIAIS /
NOVAS TECNOLOGIAS /
DESENVOLVIMENTO PESSOAL

INSCRIÇÕES ABERTAS



RUA FRANCISCO SIMÕES DO AMARAL, Nº 17 - BENGUELA | ANGOLA
921 758 487/222725922 | info@2i2educacaoexecutiva.com

entrevista

Kioka

Artesanato, identidade, cultura e um respeito pelo meio ambiente



Quem é a Kioka ?

“Kioka” é a Edna Leite. Assim me chamava o meu Pai por te nascido na Lunda Norte ,mais precisamente Luachimo Chitato, em 1972. Sou filha de Pais Portugueses , e em 1975 fomos para Portugal. Aí cresci, longe fisicamente do meu País, mas muito “Alimentada” pela Cultura Angolana. Cresci com a nossa música, as danças, as Artes, as comidas, as histórias..Havia o sonho de voltar. E voltei ! ..cheia de Sonhos e vontade de fazer algo pelo meu País, pelas pessoas do meu País. Encontrei um País que não valoriza o que faço e o que gostava de poder fazer. Mas encontrei pessoas que acreditaram e me apoiaram. Trabalhava já com Artesanato Reciclado e Formação e foi a partir daí que foi “desenhado” o projecto “ Era uma vez “ Atelier d’Artes e Ofícios de Benguela. A Essência é a Educação (Ambiental) através da Arte. Temos a Vertente da Escola onde trabalhamos com Crianças, Jovens e Adultos e através de Oficinas de Reciclagem Criativa vamos formando uma sociedade com consciência ecológica . Temos também a Vertente de Loja de Artesanato. Por perceber a falta de apoio e

oportunidades aos Artistas locais criamos aquilo que não considero apenas uma loja, mas uma Comunidade Artística com mais de 30 Artistas de diferentes Áreas actualmente. Cada peça é vendida sabendo quem a compra, de que é feito e quem a fez. E é Feito em Angola.

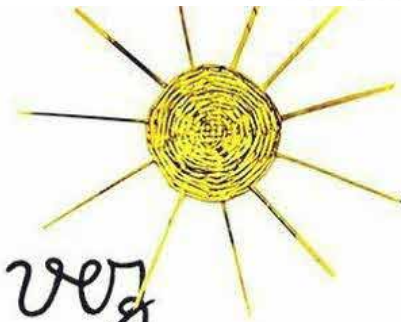
Como Artesã gosto de explorar os materiais que se tornam desperdício e lixo e dar-lhes uma nova vida e utilidade. Gosto de aprender e usar diferentes técnicas e materiais. Aqui em Angola tenho estado mais focada na parte da Formação e Educação que é o mais necessário e sempre foi essa a minha intenção . Fizemos variadíssimas actividades dentro e fora do Espaço a nível social ,sem nunca sermos apoiados. O nosso espaço foi visitado por várias Escolas de Benguela e Lobito, sempre com direito a “visita guiada” e uma “aula de Educação Ambiental “. Muitas vezes ainda com uma Oficina onde cada um construía um brinquedo por exemplo e levava para casa. Fizemos também formações a quem não nos podia pagar. Nunca quis ser acessível só aos que podem .

Como surgiu o gosto pelo Artesanato ?

Sempre gostei de trabalhos manuais e desde criança aprendi com a minha Avó Paterna várias manualidades. Foi uma óptima e muito exigente professora. Um “mais ou menos” não era suficiente, “se dá para fazer bem, é bem que fazemos”. Sinto que como Professora tento passar a mesma mensagem. A nível profissional só abracei o Artesanato há 13 anos. Sempre gostei do “feito à mão” , de peças com história.. e o Artesanato Africano particularmente sempre me encantou.

O Artesanato será a Principal forma de mostrar a Identidade Cultural ?

Acredito que a Identidade Cultural tem vários elementos e todos eles com a sua Importância. O Artesanato é um dos elementos. Temos o



*Era uma vez
um mundo onde as pessoas
"olhavam para o lixo com outros olhos"
e faziam coisas bonitas e úteis com ele...*

Artesanato popular , tradicional, que vai passando de geração em geração e não devemos deixar morrer. Geralmente feito com o que a Natureza nos dá. Esculturas de madeira, cestaria com fibras vegetais, olaria com barro, utensílios e objectos decorativos com Bamboo, Cabaças, e Conchas do mar, Sandálias e chinelos em Cabedal , carros e panelas com latas reutilizadas... e Temos também o

Artesanato Contemporâneo muitas vezes Reinventado do Tradicional ,ou com técnicas tradicionais mas adaptadas a novos materiais, muitas vezes reciclados e reutilizados. A Cultura não é algo estático ela vai se modificando e, naturalmente, o Artesanato também .

Vemos em seus projectos que trabalhar com crianças é uma constante, como abraça esse desafio ?

Adoro Crianças e Acredito que brincando conseguimos Educá-las e torná-las adultas mais responsáveis e conscientes . Na entrada do nosso Espaço temos escrito " Pela Educação, pela Arte.. e por um Mundo Melhor !! " E é mesmo essa a Essência do nosso projecto. Educação de um modo geral e principalmente a Educação Ambiental. É muito fácil a consciencialização nas crianças . Se semearmos bem vai dar bons frutos. As Crianças de hoje serão os adultos de amanhã . Devem perceber que cada gesto importa e faz a diferença e que também elas são responsáveis e

têm o dever de cuidar bem do Meio Ambiente.

Existe a necessidade de Reeducar culturalmente os nossos jovens ?

Muito !.. e Urgente !! A Educação e a Reeducação a nível geral e Culturalmente. A Cultura não



nasce connosco. Nascemos Culturalmente em branco. Se não somos alimentados como poderemos crescer saudáveis ? Precisamos de ser alimentados Culturalmente. Lamento e entristeço-me, que num País tão grande como este, quase não se passe nada a nível Cultural, a não ser em Luanda. Angola Não é (só) Luanda ! Há tanto que se podia fazer e investir, não sendo necessário gastar assim tanto. O que se gasta à toa, com futilidades daria para transformar muitas vidas e isso é muito ,muito triste. Incentivar a leitura e criar bibliotecas acessíveis a todos seria de uma importância Enorme também. As Crianças e os Jovens precisam muito de ser Bem estimulados e incentivados. Se isto é ignorado e indiferente a quem tem poder de o fazer, então, que tipo de sociedade estamos a criar ? Os Jovens são os Adultos do Futuro, a Sociedade e o País do Futuro

..

Será que os Pais têm necessidade de colocar os filhos em espaços de tempos livres para que lhes seja mostrado um mundo social fora da televisão e computador ?

Claro que sim. Hoje em dia, cada vez mais, trabalha fora de casa a Mãe e o Pai. As Crianças precisam ter outras actividades sem ser a Escola. Caso contrário, é quase certo que o tempo livre será passado entre o écran da Televisão e o do Computador.. e que Adultos estamos nós a criar ? Que Sociedade estamos nós a criar ? As Crianças devem poder Ser Crianças e brincar... e a brincar também podem aprender .

Como encara a abertura das crianças em relação a aprendizagem com tesoura e cola ?



Uma coisa que imediatamente percebi quando comecei a trabalhar com crianças aqui, foi a falta destas manualidades nas Escolas, principalmente as Públicas. E faz tanta falta ! Estimular a Criatividade e mostrar-lhes o poder que têm nas mãos e o que conseguem fazer com elas. Regra geral as crianças adoram e divertem-se enquanto aprendem a usar ferramentas e materiais e a explorar a sua imaginação . Aliada a essa aprendizagem vem a Educação Ambiental, uma vez que usamos praticamente só resíduos sólidos / Lixo, nas nossas aulas, como material de trabalho. O encanto é ainda maior quando percebem que podem transformar lixos comuns para eles (garrafas plástico e outras embalagens, jornal, rolos de papel higiênico, caixas de cereais e bolachas,etc). A consciencialização nas Crianças é rápida . É por elas que se deve começar.

Passar uma consciência ecológica será tão importante para o futuro como ensinar uma criança a ler e escrever ?

Sem dúvida ! É um dever nosso ,como Pais / Educadores e do Estado Angolano. Costumo dizer às crianças “ só temos este Mundo. Não podemos saltar fora para outro quando neste já não se

puder viver “ É Urgente Repensarmos e tomarmos consciência da responsabilidade de cada um de nós no Planeta onde todos habitamos. Nas nossas aulas e programas de “Férias Criativas” esse é o nosso Principal Objectivo. E Sentimos que conseguimos passar essa consciência ecológica. Repensar, Reduzir, Reutilizar e Reciclar, são palavras que usamos e mostramos na prática constantemente . O Exemplo é sempre a melhor forma. As crianças conseguem perceber que podemos reutilizar imensos lixos que produzimos e usá-las na prática, seja como brinquedo, ou jogo, ou instrumento musical, ou recipientes para guardar os materiais , ou objectos decorativos, etc . Costumo usar a expressão “olhar para o lixo com outros olhos”.. é desformatar e voltar a formatar.. olhar para os lixos como possíveis materiais e dar-lhes uma segunda vida. Aprender a Repensar e a Reduzir os desperdícios também é muito importante.



Quanto aos Artistas Locais como os define ?

Ao longo destes 6 anos conheci, e trabalho ainda hoje , com vários Artistas Locais. Temos Excelentes Artistas de áreas variadas. Temos os Artistas de Artes Tradicionais e os Contemporâneos / Reinventados. Temos Artistas que trabalham ainda de forma muito rudimentar e Tradicional e Temos também Artistas Locais, Nacionais , Estrangeiras residentes ou em Trabalho Social que trabalham já com ferramentas (físicas e virtuais) que lhes permite outras oportunidades. Temos assim Artistas com uma grande desigualdade de Oportunidades. Não têm como Crescer sem apoio. Não são “alimentados” culturalmente e artisticamente nem à distância uma vez que nem a internet têm acesso. Há uma falta de apoio à Cultura Enorme no nosso País. Aqui em Benguela, nada se faz praticamente , a nível Cultural, sem o Apoio da Soba Catumbela. Eles sim, são o nosso Apoio. Eu própria, não tive ajuda alguma a nível da Cultura, o Espaço que tenho foi me generosamente emprestado por uma Empresária de Benguela que Acreditou e deu a mão. Aqui, os Artistas não são valorizados nem respeitados, na minha opinião . Dentro do Artesanato temos uma grande variedade mas parece que não. Há que abrir os olhos a novas criações e criadores de Arte e considerá-las como tal. O Artesanato de Angola não se resume a Máscaras , Estátuas de Madeira e Cestaria .

O que se pode fazer para promover mais o artesanato angolano ?

Quase nada de significativo se faz para Promover o nosso Artesanato, principalmente fora de Luanda. Volto a repetir “Angola não é (só) Luanda ! “ .Falo de Benguela, onde vivo e trabalho, não temos Apoio algum da Direcção da Cultura. Como se não Existíssemos .Há várias formas de poder ajudar a promover.. Pode-se Convidar Artistas para exposição /venda temporária dos seus trabalhos nos Hotéis e Restaurantes , podendo haver rotatividade e diversidade. Pode-se criar um Ponto de Venda nos Aeroportos com rotatividade de Artistas de forma a dar oportunidade a vários e mostrar a variedade que temos. Pode-se Promover Feiras de Artesanato mensais e publicitá-las. Pode-se Promover o “Feito em Angola” também nesta área. Podia o Cultura nos ajudar nas deslocações para Eventos fora da Província, uma vez que aqui não temos, e assim representar a nossa Província.



durante 4 anos. Todas as vertentes do projecto foram afetadas de um dia para o outro. Deixamos de dar aulas e de ter os nossos programas de “ Férias Criativas” com as crianças, e por consequência tivemos de abandonar o projecto que tínhamos com a Nancy’s English School de Benguela, o C.K.C.- Creative Kids Center, onde A Educação Ambiental , as Artes , a Música e o Inglês andavam de mãos dadas.

Outra Vertente afetada foi a parte dos Eventos Culturais , Sociais e Desportivos para os quais tínhamos já a partir da Soba Catumbela, garantia de fazer troféus e medalhas para diferentes efeitos. Tudo ficou parado. Deixamos também de ter Espaço de Promoção e Venda dos nossos trabalhos em Feiras e Eventos. Deixamos de fazer os Brindes e Decorações de Festas que deixaram de ser possíveis realizar da mesma forma.

Deixamos de fazer as decorações dos Espaços que estavam para abrir e não o fizeram. Deixamos de ter os clientes que já tínhamos , Nacionais, Estrangeiros e Expatriados que visitavam a nossa loja para levar o que é nosso para fora, e deixaram de viajar ou foram embora de vez. Deixamos de ter os clientes locais que iam comprar presentes para Festas que deixaram de acontecer.

Tudo isso se foi com esta Pandemia que mudou o mundo e foi tempo de Repensar ...enquanto estava agarrada à máquina de costura ,que de repente começou a fazer máscaras faciais que era a única procura praticamente.

Tempo para Repensar e Recriar. Assim, está a”

A Cultura é valorizada ?

Não. Não é valorizada como Deveria. E as partes do “ Todo “ que é a Cultura não são de forma alguma tratadas da mesma forma. Há muita desigualdade e mais uma vez também quase tudo centrado em Luanda.. e o País é muito mais do que isso.

Quais os projectos de futuro ?

Este último ano, 2020, foi particularmente atípico para todos nós. No meu / nosso caso foi o perder quase toda a colheita do que tínhamos semeado



sair da gaveta “um projecto que já andava na minha cabeça há uns anos e que começou a ser desenhado em 2019. Levar o Artesanato Feito em Angola para o Mundo através de uma Loja de Vendas Online. A Promoção da Cultura Angolana e dos Artistas de um comércio justo que vai permitir a sustentabilidade de Artistas Locais com menos oportunidades é a nossa principal missão. Brevemente estará activa e qualquer peça apresentada poderá ser adquirida comodamente à distância de um clic e enviada para sua casa em qualquer parte do Mundo . Pretendo também interagir mais com alguns projectos já identificados e com os quais me identifico, dentro da Educação Ambiental e Artes ,para podermos partilhar experiências . “ Se queres ir rápido vai sozinho, longe vamos juntos !” Este é um Provérbio Africano em que acredito e sigo.



De comboio:

É, mais fácil

É, mais seguro

É, mais vantajoso transportar

E, tudo é mais barato.



A CARGA É SUA, NÓS TRANSPORTAMOS

***Transportamos todo tipo de mercadorias nas
Províncias do Namibe - Huíla - Cuando Cubango***

Avenida do Aeroporto D, Bairro ST. António,
CX. Postal 130, Lubango - Angola
Telef: (+244) 261 228 056 / ...980
Fax: (+244) 261 228 155
Site: www.cfm.co.ao
E-mail: geral@cfm.co.ao

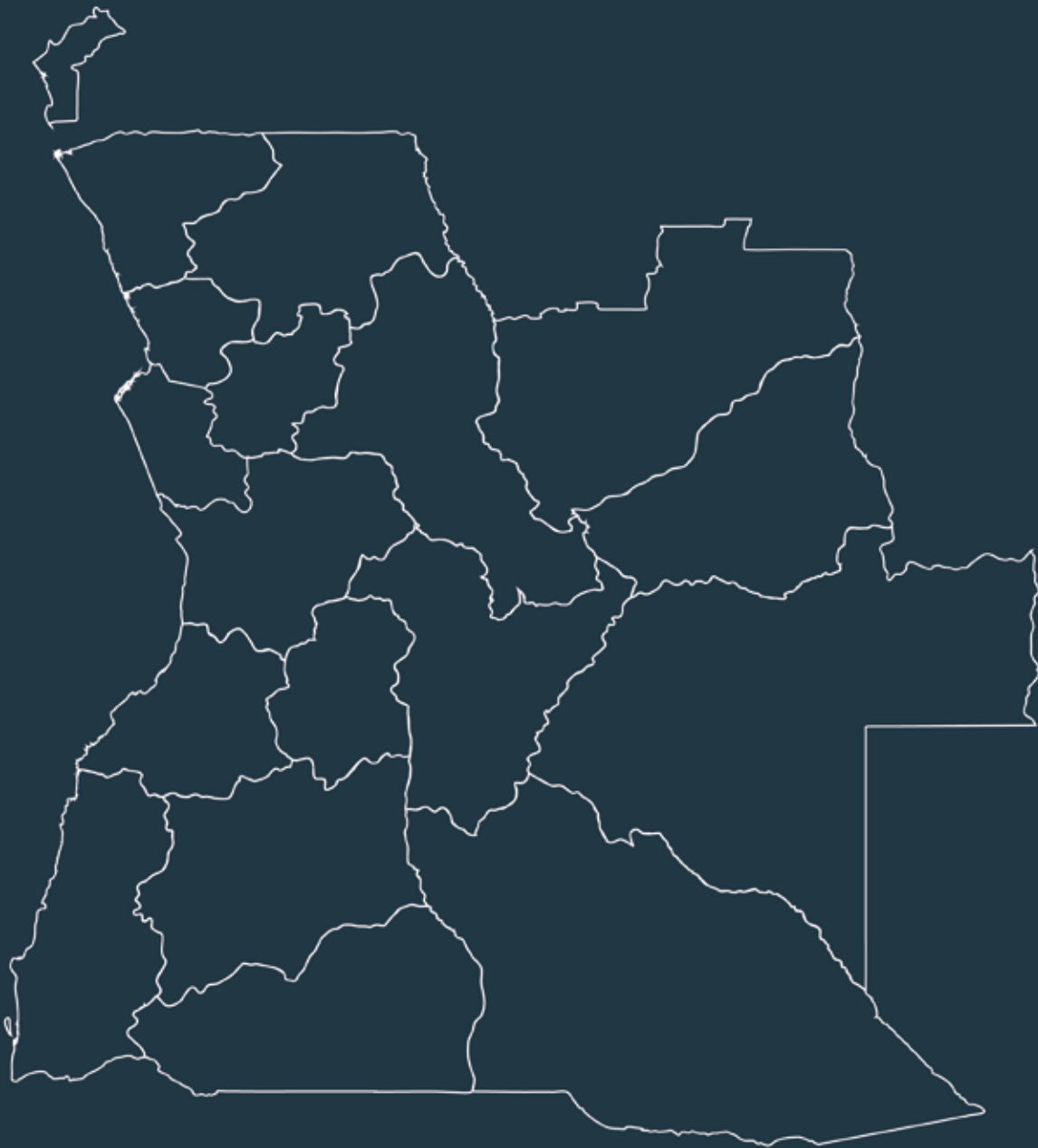
cfm
Caminho de Ferro de
Moçâmedes Lda

ANGOLA

Bengo | Benguela | Bié | Cabinda | Cuando-Cubango | Cuanza Norte

Cuanza Sul | Cunene | Huambo | Huíla | Luanda | Lunda Norte

Lunda Sul | Malanje | Moxico | Namibe | Uíge | Zaire



Viajar em Angola é conhece a identidade unica de seu povo!

roteiros

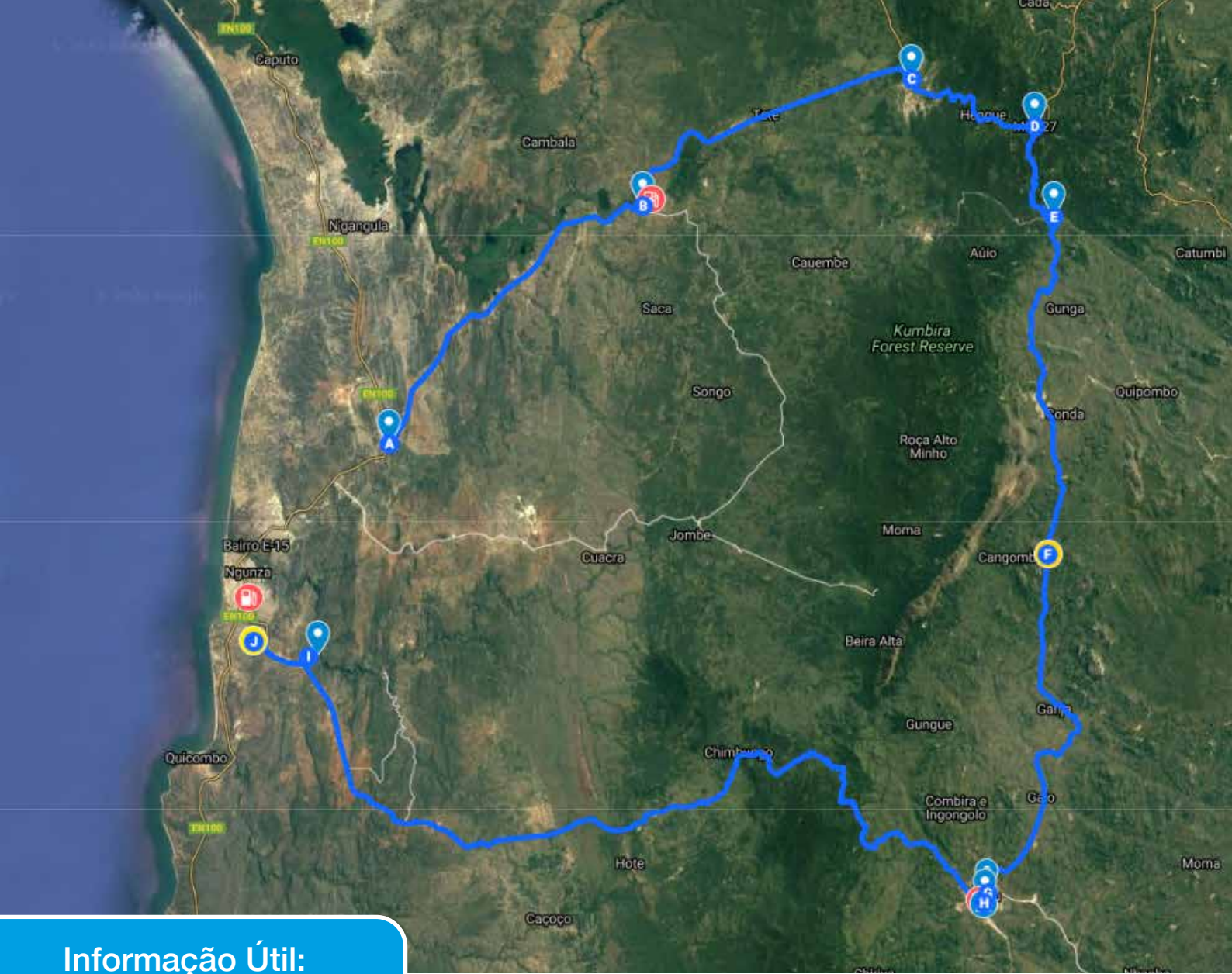
CONDA

POR MONTES E VALES

“

Faça você
mesmo ao
seu ritmo

”

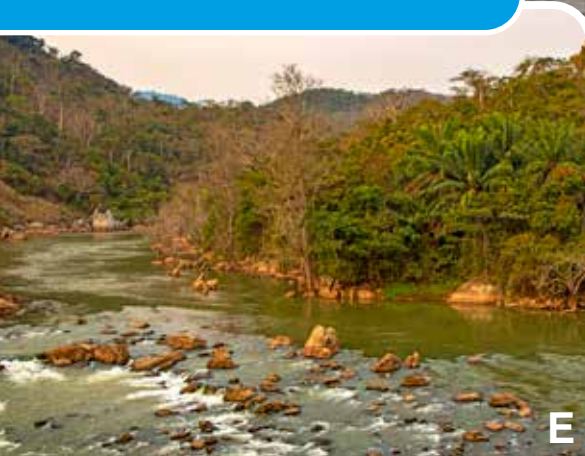


Informação Útil:

Duração: 2 dia
 Distancia: Luanda +- 860 km
 Lobito +- 590 km
 Custos: 150 kzs por pessoa
 na cascata da Binga +
 Portagem do Kwanza
 Tipo de Viatura: Turismo (alto)
 Acessos: Estrada



B



E



C



G



Dia 1

- Saída de Luanda
- Paragem em Caboledo
- Porto Amboim
- Cascata da Binga
- Salinas da Gabela
- Ponte sobre o Rio Keve
- Águas Quentes da Conda
- Alojamento na Fazenda Rio Uiri

Dia 2

- Passeio pela Fazenda
- Paragem no Morros dos Tanques
- Grutas da Sassa
- Almoço na Marginal do Sumbe
- Viagem para Luanda

Recomendamos:

- Roupa leve e confortável
- Calçado desportivo de preferencia
- Uso de chapéu
- Uso de protetor solar
- Água por participante

Fazenda Rio Uiri

É o local perfeito para quem pretende carregar baterias em contacto com a natureza, uma fazenda com charme, cheia de história, paz, comida caseira, amor e conforto.

Daqueles lugares que queremos visitar e ficar.. Situada no município da Conda (kwanza Sul), a Fazenda Rio Uiri é um local arrebatador onde o verde impera, a tranquilidade abunda e os sons da natureza são constantes.

Local perfeito para os amantes da fotografia e de caminhadas pela natureza.

MAIS INFO

e-mail: info@hoteisangola.com | tel: +244 931510510

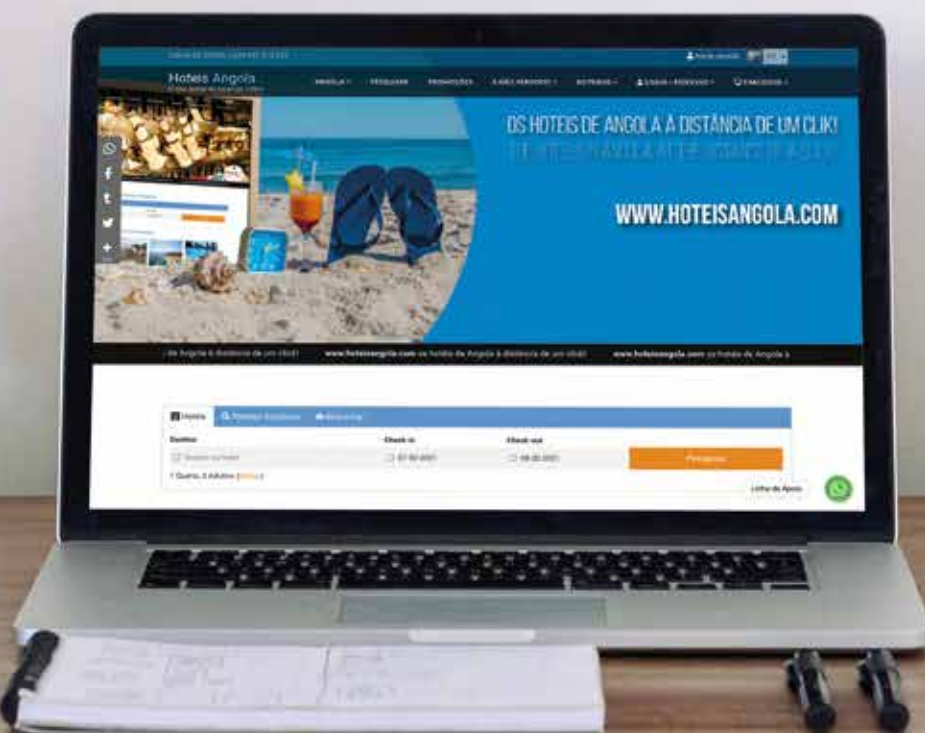


F

OS HOTEIS DE ANGOLA À DISTÂNCIA DE UM CLIK!
THE HOTELS IN ANGOLA AT THE DISTANCE OF A CLICK!

WWW.HOTEISANGOLA.COM

RESERVE ONLINE



Quem Somos?

Somos uma plataforma de reservas online especializada em Angola, onde os gestores publicitam suas unidades hoteleiras e gerem seus pacotes e disponibilidade.

Quem usa nossos serviços?

Utilizadores individuais, Empresas e Agencias de Viagens são os nossos utilizadores habituais.

Nossa equipa

Temos uma equipa especializada para o atender e todos os dias trabalhamos para que tenha as melhores ofertas disponíveis online.



4^a RACS 2021

4^a Reunião
Internacional da Rede
Académica das Ciências
da Saúde da Lusofonia

25, 26 e 27 de Novembro 2021
Benguela - Angola



Rede Académica
das Ciências da Saúde
da Comunidade dos Países de Língua Portuguesa



ISPB

INSTITUTO SUPERIOR
POLITÉCNICO DE BENGUELA
Decreto Executivo n.º 109/11, de 5 de Agosto



PEA

PROJECTOS EDUCATIVOS DE ANGOLA



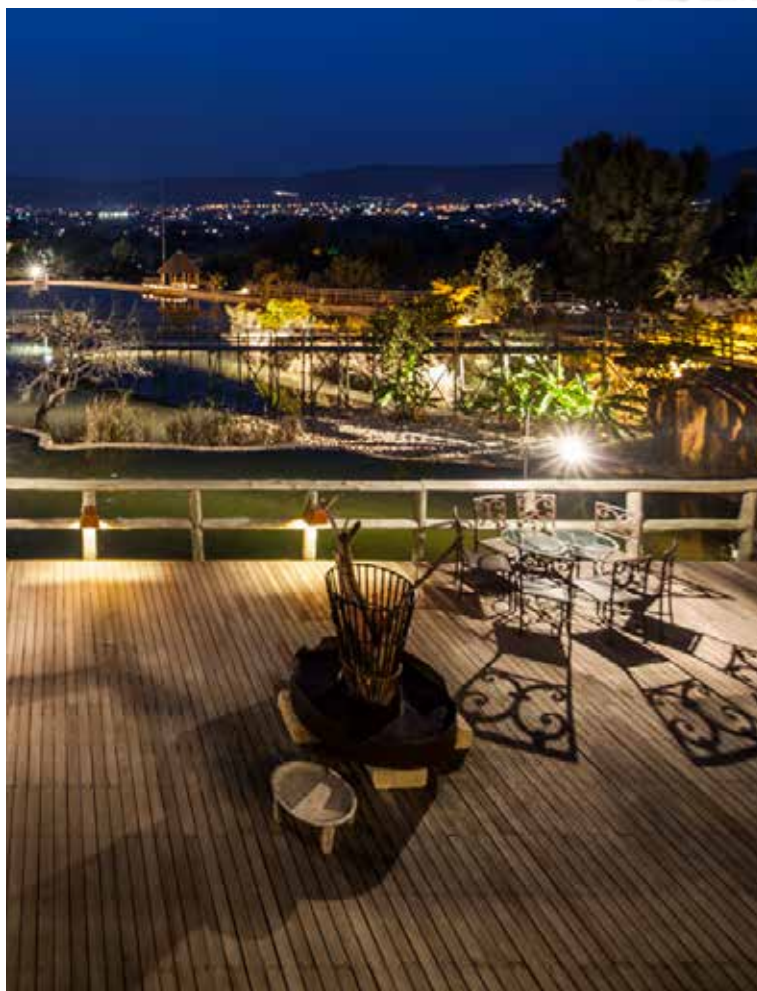
RESORT & SPA



Pululukwa Resort,

Localizado no Lubango numa das regiões mais belas de Angola, na Província da Huíla, o resort, abrange uma área de mais de 200 hectares, cujo solo argiloso e fértil, favorece o desenvolvimento agrícola, que suplementa o seu turismo sustentável.

Em homenagem ao dialecto, Nhaneca Humbi. Grupo étnico linguista, que habita nesta região, Pululukwa quer dizer “Descansa o Corpo” e foi com este espírito, que nasceu este lugar sereno e tranquilo, onde a envolvência da natureza funciona como terapia repousante e é o lugar ideal para descansar, sentir e sonhar!



*Eleito em 2019 como **O Melhor Resort de Angola**, na cerimonia de entrega de prêmios do Fórum Mundial de Turismo realizada em Luanda.*



ALDEIAS-BUNGALOWS

Esta Unidade Hoteleira, tem capacidade de alojamento para 128 pessoas, repartida por 60 Bungalows, de várias tipologias: Singles, Duplos, Duplos VIP, Twins e Familiares.

Os alojamentos encontram-se agrupados ao longo da encosta da serra e estão divididos em três aldeias: Aldeia Muholo, em homenagem a um tipo de árvore existente na Huíla, a Aldeia Zulo, que representa a maior tribo da África do Sul e a Aldeia Madeirense, por existir na Província, uma grande influência de portugueses oriundos desta região de Portugal.

Os seus Bungalows, em forma de cubata redonda e equipados com A/C, TV por cabo, cofre, frigobar e telefone, espelham a criatividade, o conforto, o bom gosto e o requinte africano, que lhe proporcionam a tranquilidade desejada.





2 NASCENTE DE ÁGUA POTÁVEL

Muito próximo do restaurante, existe uma nascente de água potável, que após análise foi certificada como própria para consumo humano.

4 BARRAGEM COLONIAL

É um dos pontos a visitar, por ter sido executada na propriedade no início do século XX, com o propósito de regularizar o caudal do rio N'golo que atravessa a propriedade e de abastecer água às zonas residenciais e agrícolas deste espaço. Existem no resort um total de 3 barragens.

6 CANTINHOS DOS NAMORADOS

Próximo da barragem da Levada, este local por estar numa área afastada e privada, é convidativo ao romantismo e ao encontro dos sentimentos, tendo a natureza como cenário e o amor como companhia.

8 PONTE SOBRE O RIO

Entre a Aldeia Muholo e Madeirense, foi construída uma ponte em madeira rústica, com a finalidade de facilitar e melhorar o acesso à zona da Levada.

9 CASCATA DO RIO N'GOLO E MIRADOURO

Situado entre a Aldeia Madeirense e próximo do parque infantil do resort, este é um local aprazível onde através de um deck de madeira aí edificado que funciona também como miradouro e se pode apreciar as belas quedas de água enquanto desfruta de um merecido descanso à sombra da enorme figueira existente.

10 COVA DA ONÇA

Local recatado, dentro da Aldeia Madeirense onde antigamente aparecia uma onça que atacava o gado da Fazenda. Este local foi aproveitado e transformado num espaço aprazível no qual o som da água proveniente dos canais da Levada, funciona como terapia relaxante e nos convida à leitura de um bom livro.

12 LAGOA DO JACARÉ

Lagoa natural do resort, onde em 2011 foi colocado um jacaré filhote que actualmente comporta mais de 2 metros de comprimento. Toda a área é vedada e cercada de arame, para segurança de todos os visitantes e restantes animais.

17 SERVAL (Lince) CHIMPANZÉ

Devido à sua perigosidade, este animal carnívoro pertencente à família dos felídeos, está em jaula fechada. O mesmo acontece com o chimpanzé que devido à sua imponente estatura física e agressividade está igualmente enjaulado.



18 ANIMAIS SELVAGENS

Reserva de animais selvagens cuja maioria circula livremente pelo resort, onde Zebras, Impalas, Gazelas (Cabras de leque), Cabras do Mato (Bambi), Orix, Blaze Book, inúmeros coelhos, capotas (Galinhas do Mato) e uma diversidade de pássaros, completam a reliquia paisagística do local e são um dos centros de atenção dos visitantes.

20 MIRADOURO DO RESORT

No ponto mais alto do resort, foi implantado um jango em madeira coberto de colmo, numa zona abrangente de onde se deslumbra todo o resort.

- 1 Jango do Lago
- 2 Nascente de Água Potável
- 3 Lagoa dos Catuites
- 4 Barragem Colonial
- 5 Barragem da Levada
- 6 Cantinho dos Namorados
- 7 Miradouro do Rio
- 8 Ponte sobre o Rio
- 9 Cascata do Rio N'golo e Miradouro
- 10 Cova da Onça
- 11 Levada
- 12 Lagoa do Jacaré
- 13 Lagoa dos Animais
- 14 Miradouro do Resort (Zulu)
- 15 Miradouro da Cidade (Zulu)
- 16 Barragem do Pescador
- 17 Serval (Lince) & Chimpanzé
- 18 Animais Selvagens
- 19 Avestruzes
- 20 Miradouro do Resort (ponto + alto)
- 21 Parque Infantil



onde dormir

Os inúmeros acessos em calçada portuguesa, interligados por caminhos pedonais em madeira e terra vermelha, rodeados por lagos, imensas árvores, jardins, flores, relva, morros de formiga salalé, são espaços propícios para longas caminhadas a pé, ou de bicicleta, para apreciar a deslumbrante vegetação natural que privilegia o espaço.

RESERVA ANIMAL

Os animais selvagens do Pululukwa, cuja maioria circulam livremente pelo Resort, onde, Zebras, Órix, Cabras de Leque (Springbock), Impalas, Vacas do Mato, Avestruzes, Jacaré, inúmeros coelhos, capotas (galinhas de Angola) e uma diversidade de pássaros, completam a relíquia paisagística do local e são um dos centros de atenção dos seus visitantes.....

**VISITA VIRTUAL
360°**



MAIS INFO

www.hoteisangola.com

info@hoteisangola.com

+244 931 510 510







TURISMO

“a indústria do sorriso”


HOTEISANGOLA.COM - O seu portal de reservas de alojamento em Angola!!

HOTEISANGOLA.COM - O seu portal de reservas de alojamento em Angola!!

Moeda

AOA - Angolan Kwanza

FEVEREIRO 2021

Tabela de referência, não dispensa a consulta no portal e abrange vários regimes de alojamento

Bengo		Huila		Mussulo	
Hotéis na Zona		Hotéis na Zona		Hotéis na Zona	
Pasárgada	desde 15,000 kz	Hotel Serra da Chela	desde 21,300 kz	Rocha das Mangueiras	desde 40,000 kz
Benguela		Kimbo do soba	desde 17,500 kz	Dallys Resort	desde 40,000 kz
Mais		Pululukwa Resort	desde 27,000 kz	Flamingo Bay Resort	desde 45,000 kz
Aparthotel Mil Cidades	desde 29,000 kz	Casper Resort	desde 25,000 kz	Luanda Sul	
Hotel Praia Morena	desde 15,900 kz	Hotel Lubango	desde 17,000 kz	Hotéis na Zona	
Hotel Luso	desde 15,400 kz	Vihua Lodge		Hotel Victoria Garden	desde 58,500 kz
Lodge Kapembawé	desde 15,000 kz	Kwanza-Sul		Iu Hotel Luanda Talatona	desde 45,000 kz
Lobito		Hotéis na Zona		IXA Hotel Luanda	desde 90,000 kz
Mais		Hotel Ritz Sumba	desde 13,500 kz	Lunda-Sul	
Hotel Restinga	desde 16,000 kz	Hotel Ritz Waku-Kungo	desde 12,500 kz	Hotéis na Zona	
Albergaria H&L	desde 18,000 kz	Hotel Aanisa Ritz	desde 19,000 kz	Aldeamento Turístico Princesinha	
Residencial Rosalina Express	desde 12,000 kz	Fazenda Rio Uiri	desde 17,000 kz	desde 15,500 kz	
Hotel Turimar	desde 25,000 kz	Luanda		Mais	
Baía Farta		Hotéis na Zona		Malanje	
Hotéis na Zona		Aparthotel Tropicana	desde 35,000 kz	Hotéis na Zona	
Hotel Duas Faces	desde 19,500 kz	Executive Hotel Samba		Hotel Palanca Negra	desde 23,375 kz
AN House	desde 17,500 kz	Hotel Continental	desde 109,120 kz	Hotel M'Banza Marimba	desde 13,500 kz
Bié		Hotel Presidente Luanda	desde 125,000 kz	Moxico	
Hotéis na Zona		Hotel Vila Alice	desde 31,000 kz	Hotéis na Zona	
AGP Palace	desde 10,000 kz	Hotel Ritz Capital	desde 22,000 kz	Hotel Kandamba	desde 17,000 kz
Tradicional T2	desde 12,980 kz	Fly Hotel	desde 59,500 kz	Namibe	
Quando Cubango		Barra do Kwanza		Hotéis na Zona	
Hotéis na Zona		Hotéis na Zona		Hotéis na Zona	
Hotel Ritz Laúca	desde 35,000 kz	Kwanza Lodge	desde 85,000 kz	Praia do Soba	desde 36,000 kz
Huambo		Funda		Zaire	
Hotéis na Zona		Hotéis na Zona		Hotéis na Zona	
Hotel Ekuikul I	desde 29,000 kz	Mubanga Lodge	desde 57,000 kz	Kiriwica Resort - Hotel Soyo	desde 30,000 kz
Hotel Romã Ritz	desde 18,000 kz	Quiçama		Hotel Nempanzu	desde 45,600 kz
Complexo Turístico Doce Mar		Hotéis na Zona			
Hotel Ritz Muxima		desde 45,600 kz			
		desde 10,700 kz			

**CONDIÇÕES ESPECIAIS PARA
AGÊNCIAS DE VIAGENS E GRUPOS**
Linha de Apoio

 unitel: +244 **931 510 510**
 whatsapp: **931 510 510**
 e-mail: **info@hoteisangola.com**
WWW.HOTEISANGOLA.COM


Valores de referência - Tabela pode ter alterações diárias

artigo do viajante

Histórias de viagem

Sou Jorge Nunes e quem me conhece sabe que adoro viajar em Angola e regularmente irei trazer aqui as experiências.

A primeira viagem que irei relatar é uma viagem realizada já em 2019 no circuito Benguela \ Lobito \ Huambo \ Menongue \ Cuchi \ Cuito Canavale \ Lubango \ Benguela

Primeiro dia de viagem

5:30 da manhã, saio da cidade de Benguela rumo ao Lobito. A viagem de carro tem uma distância aproximada de 25 km e a estrada está em perfeitas condições.

Ao passar pelo Rio Cavaco nota-se alguma humidade no ar, a temperatura está agradável e deve rondar os 24 graus.

Uma viagem calma especialmente até a cidade da Catumbela, onde na penumbra das 6h da manhã se começa a ver algum fresesim. Os táxis fazem os seus circuitos entre as cidades de Lobito e Benguela, as motorizadas transportam as verduras para a praça e o pescador lança a rede ao rio Catumbela.

Catumbela essa cidade histórica, do tempo da açucareira, do tempo dos escravos, do tempo das rotas coloniais. Numa altura em que esta cidade era mais importante do que a cidade Lobito. O Lobito nem existia, visto que começou a ser construído pela necessidade de criar um porto.



parte 1



No horário está indicado que os passageiros devem chegar até as 6h30 da manhã, afim de acomodar todas as pessoas e mercadorias.

Nota-se o porquê do o CFB ter 1h de tolerância para as pessoas entrarem.

Partimos à hora marcada 7:30h da manhã .

Partir do Lobito é ver a estação antiga , ver várias composições ali depositadas (porque não fazer um museu?), é passar pelos mangais do

Resumo de uma Viagem com o Circuito Benguela \ Lobito \ Huambo \ Menongue \ Cuchi \ Cuito Cuanavale \ Lubango \ Benguela

Construiu-se na zona da restinga o porto de águas profundas que veio a tomar o nome de Porto Comercial do Lobito, isto no início dos anos 1900.

Cheguei à estação do Lobito onde me aguarda um funcionário do CFB (Caminho de Ferro de Benguela).

A minha espera está também um operador turístico que me acompanhará até ao Huambo.

Enquanto caminhamos a pé até ao nosso lugar no comboio, posso deliciar-me com a vista

de uma composição de um comboio antigo (carruagens de 1927), que atualmente fazem parte das composições históricas que fazem o passeio turístico entre as cidades do Lobito e de Benguela.

Nosso lugar é numa carruagem de 1ª Classe e com indicação de que posso circular livremente por todo o comboio.

Já passa das 07 horas da manhã, estamos a espera que o Comboio arranque (previsão de partida as 07h30), mas continuam a chegar pessoas.





Cubal

O Cubal e a sua estação surpreendem porque tem uma paisagem preenchida por sucatas dos caminhos de ferro, O que faz com que possa ser visto como um atrativo a nível

turístico.

Locomotivas antigas, vagões, carruagens, são alguns dos atrativos históricos do CFB que podemos encontrar, mas não é só isto pois a estação e seus armazéns, as casas com arquitetura colonial que se encontram ao longo da linha, a paisagem e as cores fazem com que queira voltar só para as poder apreciar ao detalhe.

Aqui se demora algum tempo, pois é hora de descarregar algumas encomendas que vêm destinadas.

Dizem-me que posso sair durante 15 minutos para apreciar e se quiser fotografar.

Fantástico, sem pedir fizeram-me a vontade.

Lobito, é entrar na Catumbela e passar pelo seu rio e poder observar as águas a correrem para o mar.

Vou apreciando a viagem ao ponto que as fotografias vão ficando por tirar (também não é fácil pois a carruagem não tem vidros para abrir).

1 hora de Viagem, a paisagem começa a ser totalmente diferente, deixa de ser uma paisagem árida e passa a ser uma paisagem totalmente verde, estamos a subir o planalto e uma das coisas que se nota, e que, me mete a pensar é na forma de construção deste caminho.

Nos anos de construção não deve ter sido fácil partir e remover a quantidade de pedra que daí foi tirada. As pontes que foram construídas são outra das obras que me faz pensar em como deve ter sido duro este trabalho.

Neste momento a viagem esta tranquila, o comboio vai sempre a uma velocidade constante abrandando em algumas estações, mas não parando em nenhuma.

Dizer que a viagem é agradável, a primeira classe sempre climatizada, as casas de banho por incrível que pareça estão sempre limpas com papel higiénico e com condições o que faz com que a viagem poça ser interessante.

A nível de alimentação existe um serviço básico de bar onde se pode comprar facilmente uma água, Coca Cola, etc.

As bebidas nacionais estão bem representadas, sendo que também temos a possibilidade de pedir sandes, alguns snacks e refeições rápidas.

Uma das coisas que me surpreendeu é que o comboio estava cheio, principalmente nas 2ª e 3ª classes, transportando também algumas mercadorias, nomeadamente farinha e adubos que pouco a pouco iam sendo deixadas nas paragens a pessoas que esperavam pelas mesmas.

Entre o Lobito e o Cubal toda a descida e subida leva-me a ver vales imensos onde os rios circulam entre as montanhas e o verde da vegetação

nos contagia. A paisagem vai mudando de árida para verdejante, as arvores e as flores vão dando um colorido, nota-se também que em alguns locais com palmeiras, embondeiros, terra mais plana e também com água, são o conjunto de condições para criação de pequenas aldeias compostas por pessoas que vivem essencialmente da agricultura e produção de carvão.



SACOS DE CARVÃO são um problema a nível nacional porque as matas são cortadas, mas a produção de carvão acaba por ser uma das poucas fontes de rendimento e de subsistência das famílias locais.

Compete-nos a nos mostrar que eles podem “fazer” dinheiro com outro tipo de atividades.





ROTA GASTRONOMICA

OS PRODUTOS REGIONAIS EM DESTAQUE

ANGOLA

ROTA DO CAFÉ

1 A 5 DE ABRIL

Uma iniciativa com o intuito de promover os produtos regionais, incentivar o consumo, salientar as características e dinamizar a oferta gastronómica.

Uma actividade dos empresários de hotelaria das província aderentes, com o intuito de promover a oferta gastronómica e criar uma dinâmica diferente na forma de promover os produtos locais.

O evento terá lugar nos estabelecimentos aderentes, nas datas definidas, através de sugestões feitas pelas próprias unidades hoteleiras.



www.destinobenguela.com | www.visitehuila.com | www.destinonamibe.com



artesanato

“conheça o nosso pensador”

Por Oyono Antônio

A escultura designada “O Pensador” é uma das mais belas estatuetas de origem tchokwe, constituindo hoje um referencial da cultura angolana e um símbolo da cultura nacional. Esta escultura representa a figura de um ancião que pode ser uma mulher ou um homem, concebida simetricamente com a face ligeiramente inclinada para baixo, exprime um subjetivismo intencional porque, em Angola, os idosos ocupam um estatuto privilegiado representando a sabedoria, a experiência de longos anos e o conhecimento dos segredos da vida.

Conta-se que a estátua tem a sua origem no nordeste de Angola onde existe o cesto de adivinhação (ngombo), e o adivinhador usa pequenas figuras, esculpidas em madeira para determinar a sorte do consulente curiosamente, foram estas figurinhas que vieram a inspirar a famosa figura nacional. O pensador é uma estatueta normalmente feita de madeira e é conhecida entre os Tucôwe do leste de Angola como “Kuku” Kuku caracteriza supostamente uma mulher de idade, sentada com os cotovelos sobre os joelhos e mãos na cabeça (tal como se estivesse a pensar). Crê-se que a sua forma oval está associada à ligação do Homem com as forças da natureza.

Esta estátua tem um grande elo às preces dos adivinhos por ser um dos inúmeros amuletos que serviam para adivinhação ou segundo as tradições, para invocar espíritos dos antepassados que davam respostas aos mesmos. Devido à enorme elegância e beleza que esta peça única possui foi-lhe atribuída pelo nosso país um valor cultural e



outro económico, tornando-se assim num dos símbolos nacionais cultural, pois a estatueta foi aceite como símbolo da cultura nacional em 1984, e económico porque é um dos elementos de autenticidade da nossa moeda. Hoje, pode-se adquirir estas estatuetas em galerias, lojas e feiras de artesanato, em diferentes dimensões e materiais, como lembrança de Angola.



BAR VIREI

BAR - RESTAURANTE - PUB
Tômbwa - Namibe

Por vezes viajamos por quilômetros e quilômetros, a procura de história, identidade, cultura. De nossa parte procuramos todo um conjunto de experiências e fomos encontrar uma boa experiência no Bar Virei.

Bar e restaurante na localidade do Tômbwa, o VIREI é mais que um restaurante, pois é o reflexo de cultura e da identidade local.

Para nós foi uma agradável surpresa encontrar um espaço que é um museu de história que que todos devem visitar. Não falamos muito da questão gastronômica porque o espaço nos surpreendeu em muito pelo que nos conta, mas



sim a nível gastronômico nos depararmos com estruturas fantásticas e uma forma de atendimento particularmente agradável, a gastronomia é efetivamente também um ponto chave deste espaço, onde o bom peixe fresco da cidade do Tômbwa (cidade piscatória) pode ser consumido de variadas formas.

Nós optamos por um liro grelhado que estava uma delícia, e por isso e muito mais convidamos todos a visitarem o Bar Virei na cidade do Tômbwa.

O BAR VIREI

Tômbwa - Namibe

+244 923 356 372 \ 923 312 473 \ 916 341

440

conradorepublicano@gmail.com

AARTESANATO MUCUBAL - CATENTHENI





NAMIBE

A CULTURA DOS POVOS

Os povos que habitam este território apresentam culturas bastante diferenciadas pois a ocupação humana desta parcela do território nacional, remonta a milhões de anos provavelmente no paleolítico, como comprovam as pinturas e gravuras rupestres descobertas em Tchitundu-Hulo, Macahamas, isto no Município do Virei.

Para falar das culturas dos povos do Namibe, devemos necessariamente falar das suas populações pois não existe cultura sem os seus fazedores. A presença dos diferentes povos na província do Namibe, podemos dividir em três épocas:

1. Época ou período pré Bantu;
2. Período Bantu ou das migrações Bantu ;
3. Período pré e pós independência

Os primeiros povos a habitarem o território foram logicamente os povos não Bantu com uma rica cultura, cujas evidências até hoje são notórias.

Entre os povos pré Bantu que habitaram este território destacamos os VÁTUAS (do rio curoca) com os seus subgrupos, os Cuisses e os kwepes. Os Cuisses são povos com um desenvolvimento bastante primário, encontram-se distribuídos desde as encostas das montanhas da cerra da Chela, Bibala, até ao Virei. A sua principal actividade foi a caça e a pesca, mais tarde a criação de animais, (cabras e ovelhas). Actualmente devido ao contacto com outros povos, praticam a agricultura de subsistência. O termo Cuisses foi-lhes atribuídos pelos povos vizinhos pois, eles se auto intitulam de «Ova-mbudia, Ova-kwandu). Estes povos inicialmente eram dependentes dos Khoisans, por serem mais numerosos na época, praticam a poligamia, os rituais de puberdade. Estes povos actualmente podemos encontra-los no Município da Bibala e Virei, até mesmo Moçâmedes mas já integrados na Cultura Cuvale.



Grutas das Macahamas, com gravuras milenares produzidas pelos Cuisses!

Por volta do séc III dc, o Continente africano conheceu uma grande vaga migratória de povos

a partir das margens do rio benué na Nigéria ou do Camarões. Povos que naquela altura já haviam atingido um estágio de desenvolvimento superior e compararmos com vários outros. Dominavam o ferro e conseqüentemente dinamizaram a actividade agrícola o que originou uma maior reprodução, tendo como consequência a necessidade de ocupação de outros espaços em África, daí surge as chamadas migrações Bantu. Este povo subdividido em vários subgrupos, distribuíram-se por vários pontos deste território hoje chamado Angola. A região deserta do Namibe foi ocupado particularmente pelo Helelo (Ova Helelo) também chamados de Hereros. Este grupo étnico sub divide-se entre: Kuvalés(Va cuvale) ou Mucubais; Imbas (Va-Himba)ou Muimba; Hakahonas, Nguendelengos, Chavicuas, Cuanhocas, para citar os de maior destaque. Estes povos adaptaram-se facilmente à vida nas zonas semi desertas e desertas, vivem fundamentalmente da actividade pastoril e uma fraca actividade agrícola. Em termos de hábitos e costumes, variam entre grupos embora se verifique inúmeras semelhanças.

Os Cuvalés (Mucubais), encontramos-los em quase todo o território da província, com maior incidência no Virei, Bibala e Camucuio. Estes povos ostentam uma cultura bastante rica e até hoje bastante visível, são dos poucos povos que hoje se podem orgulhar de continuar a preservar os seus hábitos e costumes. O gado para eles é a principal riqueza, servindo também para alguns rituais. Em caso de morte por exemplo, sacrifica-se um certo número de cabeças em função do poderio económico do defunto. Eles acreditam na existência de um ser supremo que denominam de « Huko, Djambi ou Kalunga» (Vide Gutierrez 2009, 30).

As suas vestes resumem-se num pequeno pedaço de pano pendurado numa cinta amarrada à cintura, deixando parte das cochas à mostra, e calçam uma espécie de sandálias (Nonkakus), feito inicialmente de pele de animal, mas actualmente produzem na base da borracha. Os rapazes atravessam um pano que cruza o peito na posição oblíqua, ao passo que as mulheres deixam os seios a mostra, apenas com alguns adornos de missanga e alguns amuletos. Os penteados são feitos em função da idade e do género. A sua alimentação típica é o leite azedo(mahine) misturado com o funge de massango, amassado numa quinta feito de capim. Com as mãos o resultado desta mistura (papa) é transportado para a boca com as mãos . Outro alimento é a carne, normalmente confeccionada sem óleo vegetal e come-se sem nenhum outro acompanhante. Os cuvalés vivem

muito da transumância devido a procura do pasto. Na cultura dos cuvales, a traição de uma mulher, o homem com quem a mulher se envolveu, é obrigado a pagar uma enorme quantidade de cabeças de gado ao homem traído e este volta a receber a sua esposa, o que em muitos casos tem sido uma prática combinada entre os cônjuges de modos a angariar riqueza. As desavenças nestes povos são resolvidas normalmente fora dos tribunais modernos.

O culto aos antepassados também é uma realidade entre os Cuvales.



A beleza de uma adolescente cuvale (mucubal)

Os Himba (Va himbas) habitam hoje fundamentalmente a região do Curoca, Iona, comuna pertencente ao município do Tômbwa. São também povos essencialmente pastoris e preservam fortemente os seus hábitos e costumes. O poder económico reside no maior número de cabeças que se possua, cabras, carneiros principalmente. Estão bem adaptadas as zonas desertas, vivendo em cabanas redondas construídas de barro e palhas. Os penteados das meninas indicam as suas idades, as crianças por exemplo, jogam as tranças para frente ao passo que as adolescente jogam pra trás. As mulheres casadas usam no topo da cabeça pedaço de couro de Gazelas para simbolizar que já são comprometidas. Os seus corpos apresentam uma cor avermelhada (de tijolo). Elas untam o corpo com uma massa (Otchije) produzida na base de um pó extraído de um minério, misturado com alguma gordura de animal. Este produto tem a função de proteger a pele da poeira, sol, e do frio. As mulheres passam muito tempo sem tomar

banho talvez devido o facto das fontes de água se encontrarem muito distantes. Apenas os rapazes têm esse privilégio.



Mulher casada usando no topo da cabeça pedaço de couro de Gazela, simbolizando que já são comprometidas.

Para evitar o mau cheiro nas mulheres, usam uma fumaça obtida na base de algumas ervas que exalam um aroma bastante agradável, elas passam para o pescoço, as axilas e entre as pernas, partes íntimas. Serve de desodorizante. As mulheres passam horas a cuidar da beleza enquanto os homens vão a caça e pasto. São povos polígamos onde o homem pode ter várias mulheres.

O alimento é a base de leite azedo com o funge (pirão) de massango, ao passo que a carne apenas é reservada para ocasiões especiais como casamentos e funerais. Quando morre um ancião, mata-se parte do seu gado e as cabeças são empilhadas ao lado da sua campa para simbolizar o seu poder e proteger os seus espíritos. Tanto nos Cuvales como nos Himbas, existe a figura do quimbanda (curandeiro).



Mulher Muimba com a fumaça preparada para

desodorizar o copo.



Mulheres Muimba exibindo a sua beleza.

Os Hakahonas são outro grupo tipicamente pastoril mas existem em pequeno número, encontram-se integrados aos Cuvaes.

Muito há para se abordar sobre as particularidades destes grupos étnicos Bantu, que para além do Namibe podemos encontra-los também na Namíbia e Botswana.

Os Mbali (Kimbaris) são um grupo resultante da fusão dos povos vindo do norte de Angola, Cabinda, Luanda, Cuanza sul e outras áreas do país. Ao contrário de outros povos, onde a identidade linguística ainda se mantém, o kimbari não fala nenhuma língua específica africana, sendo o português a única língua veicular. Na sua maioria são pescadores, operários, carpinteiros, marceneiros etc. habitam essencialmente em Moçâmedes, Tômbwa e Bentiaba. São povos que fundiram a cultura do colonizador com a sua própria, isto é notório na execução da arte funerária Mbali, onde esculpem a pedra até representar a imagem do defunto ou alguns de seus pertences. (Vide Cardoso 1963,16).



Arte funerária Mbali

Com o advento da independência em 1975 e concomitantemente o início da guerra civil, o país conheceu uma vaga de migração interna bastante forte. É assim que o Namibe recebeu também imigrantes de vários pontos do País com culturas bastante diversas. Com destaque para os Nhanecas, Humbe, Ovimbundo, Nganguelas, para destacar alguns. Dizer que todos estes povos coabitam hoje no território namibense de forma pacífica apesar da sua diversidade cultural.

A Província do Namibe apresenta uma diversidade cultural bastante evidente, tornando o território num verdadeiro mosaico étnico linguístico. Vários são os rituais realizados por estes diferentes povos radicados nesta parcela do território nacional, desde os rituais de passagem para a puberdade (Efico/ efuco) Ecuenje (circuncisão), Pita pondjo(o bebé vê o sol pela primeira vez), Ovilonga (sentada realizada um dia depois de enterrar um ente querido), rituais funerários etc, tudo de acordo a cultura do respectivo grupo étnico.

Autor: Evaristo Tchali, Docente e investigador das culturas do sul de Angola.

Bibliografia

- CARDOSO, Lopes 1963 Arte Mbali do distrito de Mossamedes
 ESTERMAN, Carlos 1961 Etnografia do Sudoeste de Angola
 MANUEL, Gutierrez, 2009 A Arte rupestre de Angola.
 Entrevista ao soba do bairro Cambongue, Frederico



"O Ensino Superior ao Serviço da Comunidade"

Nascido da união entre o CREO - Centro de Reabilitação da Estética Oral e o LCI - Laboratório Clínico e Industrial, brevemente, na cidade de Benguela, dentro do Campus ISPB vai nascer o CCUB - Centro Clínico Universitário de Benguela, para servir toda a comunidade Benguelense, Estudantil e Docente.



Av. FAUSTO FRAZÃO, T 125 - BENGUELA | ANGOLA

gastronomia

Moamba de Galinha com Pirão

1 galinha (ou frango do campo)
5 c. de sopa de óleo de palma
1 cebola, grande
4 dentes de alho
2 tomates redondos
2 folhas de louro
2 jindungos (ou outra malagueta)
Sal q.b.
2 curgetes
200g de quiabos

Pirão *

150 g de farinha de milho
650 ml de água
Sal

Comece por cortar a galinha (ou frango do campo) em pedaços pequenos e reserve.

Aqueça o óleo de palma e junte-lhe o frango, alourando-o de ambos os lados. Acrescente a cebola e os dentes de alho, ambos picados, e deixe cozinhar por 5 minutos. Junte os tomates em pequenos cubos e as folhas de louro.

Mexa e refogue por mais 5 minutos, em lume brando.

Tempere com sal e as malaguetas inteiras, refogue mais um pouco e cubra com água.

Deixe cozinhar e, a meio da cozedura da galinha (cerca de 45m a 1 hora) junte as courgettes descascadas e cortadas em cubos.

Retifique o sal, as malaguetas e a água e deixe terminar de cozinhar. Quando a carne e as courgettes se encontrarem tenras, junte os quiabos (previamente arranjados, cortando e descartando as pontas) em rodelas médias.

Envolva e cozinhe até que todos os ingredientes se encontrem tenros.

Enquanto isto, prepare o pirão misturando uma colher de sopa da farinha de milho com 4 c. sopa de água morna, misturando para que se dissolva.

Ferva 650ml de água, junte-lhe sal e a mistura de milho e água. Envolve e vá juntando a restante farinha, aos poucos, mexendo sempre para não formar grumos.

Mexa energicamente até engrossar e começar a despegar-se das bordas do tacho.

Transfira para um prato molhado, cubra com outro prato molhado e deixe descansar por 10 minutos para obter a consistência ideal.

Sirva a moamba de galinha sobre o pirão.

* Como muitas pessoas não são apreciadoras de pirão, pode substituí-lo por arroz branco.



www.destinobenguela.com

Portal de Promoção Turística da Província de Benguela



Onde **dormir**



Onde **comer**



Alugar **carro**



O que **visitar**



Vida **noturna**



Muito **mais...**

INFO@DESTINOENBENGUELA.COM - WWW.DESTINOENBENGUELA.COM

Siga-nos nas redes sociais: @destinobanguela

Países limítrofes a Sul: República da Namíbia.

Oeste: Oceano Atlântico.

Angola tem 18 províncias:

Bengo, Benguela, Bié, Cabinda, Kuando-Kubango, Kwanza-Norte, Kwanza-Sul, Cunene, Huambo, Huíla, Luanda, Lunda-Norte, Lunda-Sul, Malanje, Moxico, Namibe, Uíge, Zaire

Moeda: A moeda oficial é o Kwanza.

A Língua Oficial é o Português, para além de diversas línguas nacionais (dialectos), sendo as mais faladas: o Kikongo, Kimbundo, Tchokwe, Umbundo, Mbunda, Kwanyama, Nhaneca, Fiote, Nganguela, etc.

Clima: em Angola tem duas estações: a das chuvas, período mais quente que ocorre entre os meses de Setembro a Maio, e a do Cacimbo. A do Cacimbo ou Seca é menos quente e vai de Maio a Setembro.

Geografia: Aproximadamente 65% do território está situado numa altitude entre 1000 e 1600 metros.

O país possui uma situação geográfica peculiar, por estar na zona intertropical e subtropical do hemisfério Sul, ser próximo ao mar, e pelas especificidades do seu relevo, divide-se em duas regiões climáticas distintas:

- A Região Litoral - com umidade relativa média anual de 30% e temperatura média superior aos 23°C;
- A Região do Interior, subdividida em Zona Norte, com elevadas quedas pluviométricas e temperaturas altas, zona de Altitude que abrange as regiões planálticas centrais com uma estação Seca de temperaturas baixas e a Zona Sudoeste, semiárida em consequência da proximidade do deserto do Namibe, extensão do deserto do Kalahari, sujeita a grandes massas de ar tropical continental.

Temperatura: As Temperaturas Médias do país são: 27°C máxima e 17°C mínima

A esta diversidade climática corresponde um potencial turístico representado por um património natural riquíssimo em flora e fauna diversificada, possibilitando a prática de todo tipo de atividades de lazer, hobbies e aventuras.

Flora: Angola apresenta cinco tipos de zonas naturais, a floresta úmida e densa como a

de Maiombe que contém as mais raríssimas madeiras do mundo, as Savanas, normalmente associadas às matas como é o caso das Lundas, as Savanas secas com árvores ou arbustos, em Luanda, baixa de Kassanje e certas áreas das Lundas.

Existem ainda zonas de Estepe ao longo de uma faixa que tem o início a sul do Sumbe e, por fim, a desértica que ocupa uma estreita faixa costeira no extremo sul do país, onde podemos encontrar no deserto do Namibe uma espécie única e endêmica no mundo que tanto caracteriza este país a “Welwitshia Mirabilis”.

Fauna: Em Angola conhecem-se inúmeras espécies espalhadas por várias regiões. Na floresta do Maiombe habitam Gorilas, Chimpanzés e Papagaios, nas zonas naturais mais úmidas do norte, centro, centro e leste, podemos observar o Golungo, a Palanca Negra-Gigante, uma espécie endêmica no mundo e em vias de extinção, a Seixa, e os Elefantes. Já nas regiões mais secas aparecem a Cabra de Leque, o Guelengue do deserto ou Orix, o Gnu, a Impala, a Chita, o Búfalo, também o Elefante, a Zebra e a Girafa. Animais mais ou menos comuns a todo o território são a Hiena, a Palanca Vermelha, o Leão, o Leopardo e o Hipopótamo.

Na fauna marítima existem igualmente uma enorme variedade de peixes e de mariscos que se encontram também nos rios e que, a par destes, podemos ver também Crocodilos e Jacarés.

Principais Rios: O principal rio de Angola é o Kwanza, que dá o nome a moeda nacional com 1000 Km de longitude, mas apenas 240 Km são navegáveis. De seguida, o Kubango com 975 Km, depois o Cunene com 800 Km e por fim, na lista dos quatro principais do país, o Zaire com 150 Km de longitude, sendo este último, todo ele navegável.

Os rios angolanos oferecem oportunidades para a implementação de negócios de interesse turístico ou mistos do tipo comércio-turismo ou ainda a prática do ecoturismo.

Recursos Minerais: Angola é um país potencialmente rico em recursos minerais. Estima-se que o seu subsolo albergue 35 dos 45 mais importantes do comércio mundial entre os quais se destacam o petróleo, gás natural, diamantes, fosfatos, substâncias betuminosas, ferro, cobre, magnésio, ouro e rochas ornamentais, etc

Como Chegar: Angola tem um Aeroporto Internacional (4 de Fevereiro) em Luanda, onde várias companhias aéreas internacionais, bem como, a companhia de bandeira, a TAAG – Angola Airlines, operam para garantir a comunicação de Angola com o exterior.

Os acessos às províncias podem ser feitos por via aérea, pois Angola tem uma rede de aeroportos cobrindo todo o território. Nas principais capitais encontram-se aeroportos asfaltados, mas a maior parte é de terra batida.

Passaporte, Vistos e Alfândegas: Para entrar no país, o turista deve possuir passaporte e um visto emitido por um Consulado de Angola no país de origem.

Vistos online são também uma possibilidade em <http://www.smevisa.gov.ao>

Vestuário: O vestuário é ligeiro durante todo o ano nas zonas mais litorais, pelo que não deve esquecer biquínis e fatos de banho. Mais para o interior são aconselháveis agasalhos.

Água e Eletricidade: Embora a água seja de razoável qualidade não é aconselhável bebê-

la. Existe disponível água engarrafada de boa qualidade.

A corrente eléctrica é de 220/240v 50hz.

Moeda e câmbio: A moeda nacional é o kwanza cuja paridade com moedas estrangeiras tem frequentes ajustamentos ao longo do ano, pelo que aquela deve ser obtida junto de um Banco. A troca da moeda pode ser feita em bancos e casas de câmbio. Não é permitido sair do país com moeda local.

Horário de funcionamento dos bancos: De segunda a sexta: 08:00hs – 15:00

Saúde: Para entrar no país é necessário apresentar o certificado de vacinas contra a febre-amarela. Durante a estadia, é aconselhável tomar medidas preventivas contra picadas de mosquitos, susceptíveis de transmitir a malária, bem como, precaução no consumo de água e alimentos, de forma a evitar transtornos intestinais frequentes em zonas tropicais. No caso de necessidade de cuidados de saúde imediatos, os mesmos podem ser assegurados por hospitais ou por clínicas. Existem farmácias em todas as províncias.

destinos em Angola

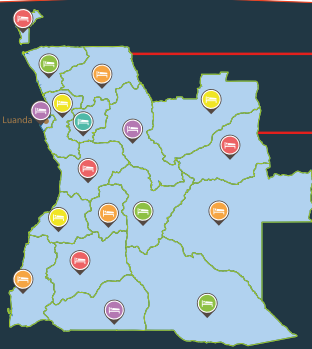
ANUNCIE AQUI



ANGOLA

Pronto para viajar?

Permita-se conhecer



WWW.HOTEISANGOLA.COM

Linhas de Apoio

+244 931 510 510

hoteisangola.com

info@hoteisangola.com

Redes Sociais

