

GUIA TURÍSTICO À DESCOBERTA DA GUINÉ-BISSAU

2.^a EDIÇÃO REVISTA E ATUALIZADA





A Associação “Afectos com Letras” nasceu da vontade de fazer um pouco mais pelos outros. Trata-se de uma Organização Não Governamental para o Desenvolvimento (ONGD), portuguesa, fundada em 2009, e que tem como objeto social a conceção, promoção, execução e apoio a programas, projetos e ações em Portugal e, em especial, nos países em vias de desenvolvimento, nas áreas da formação, saúde pública e educação. Desde 2009, a intervenção desta ONGD tem-se concentrado na Guiné-Bissau, onde desenvolve diversos projetos na área da educação, da saúde e da capacitação das mulheres. É uma associação com trabalho 100% voluntário com sede em Pombal, Portugal e uma Delegação na Guiné-Bissau.

WWW.FACEBOOK.COM/AFECTOSCOMLETRAS

AJUDE-NOS A AJUDAR



GUIA TURÍSTICO
**À DESCOBERTA
DA GUINÉ-BISSAU**

JOANA BENZINHO | MARTA ROSA

2ª EDIÇÃO REVISTA E ATUALIZADA



FICHA TÉCNICA

Título: Guia Turístico: à descoberta da Guiné-Bissau

Autoras: Joana Benzinho e Marta Rosa | Afectos com Letras - ONGD

E-mail: afectoscomletras@gmail.com

Design e paginação: Hugo Charrão

Ilustrações: Jorge Mateus | Nuno Tavares

Revisão linguística: Andreia Neves

Créditos de circuitos de bicicleta: Ignacio Morales, Chiara Guidetti

Foto da capa: Chiara Guidetti

Foto da contra capa: Stand Up Media / Mike Marroquim

Impressão: Gráfica Ediliber, Coimbra

Tiragem: 1000 exemplares

ISBN: 978-989-20-6252-5

Depósito legal:

Março de 2018

EDICÃO REVISTA E ATUALIZADA

Todos os direitos reservados de acordo com a legislação em vigor

© União Europeia 2018

As informações e pontos de vista estabelecidos nesta publicação não refletem necessariamente a opinião oficial da União Europeia. Nem as instituições e órgãos da União Europeia nem qualquer pessoa agindo em seu nome podem ser responsabilizadas pela utilização que possa ser feita das informações nela contidas. Reprodução autorizada desde que a fonte seja citada.

AJUDE A PROTEGER AS CRIANÇAS: VIAJE DE FORMA RESPONSÁVEL!

A Guiné-Bissau aderiu à Convenção sobre os Direitos da Criança e a **exploração sexual infantil nas viagens e turismo é punida pela lei**. O abuso sexual, incluindo o turismo sexual infantil, tem graves consequências emocionais, psicológicas, físicas e sociais para as vítimas. A longo prazo, elas têm que lidar com sentimentos de culpa, depressão, trauma e baixa auto-estima, muitas vezes sofrem estigmatização e são excluídas da educação. O turismo sexual infantil tem um impacto negativo na saúde, no bem-estar e nas perspectivas futuras das crianças.

A exploração sexual comercial de crianças envolve a compra e venda de crianças menores de 18 anos para fins sexuais. A exploração sexual de crianças no turismo, o tráfico sexual infantil, a prostituição de crianças e a pornografia infantil constituem formas desse crime. A exploração sexual comercial de crianças em viagens e turismo geralmente ocorre em hotéis ou outras infra-estruturas de viagens. É, por isso, importante trabalhar com operadores de turismo responsáveis para evitar esses crimes.

A Plataforma Internacional contra o turismo sexual infantil www.reportchildsextourism.eu ajuda a relatar a exploração sexual de crianças no contexto de viagens e turismo. Através desta aplicação podem ser feitas denúncias em 19 países em apenas 3 cliques. O projeto **"Don't Look Away!"** é co-financiado pela União Europeia, e envolve membros da rede ECPAT International (www.ecpat.org), visando promover novas formas de combater a exploração sexual das crianças no contexto das viagens e do turismo.

TURISMO RESPONSÁVEL: SE VAI VIAJAR, VIAJE COM RESPONSABILIDADE!

- Escolha uma agência de viagens que aderiu ao Código do Turismo para a Proteção da Criança, para obter informação sobre as suas políticas de proteção infantil, relatos de casos potenciais e outras medidas de protecção das crianças.
- Evite clubes noturnos, bares, etc. onde crianças estejam presentes.
- Não fique em hotéis onde menores locais são permitidos no quarto do hotel.
- Não dê dinheiro a crianças ou vendedores de rua menores de idade; em vez disso, apoie organizações locais que trabalhem na protecção de crianças.
- Peça sempre permissão antes de tirar fotografias de crianças, e nunca as leve para outro lugar sem supervisão e permissão.
- Se tem suspeitas de turismo sexual infantil, **como turista, não desvie o olhar, denuncie!** Todos os anos, cerca de 1,8 milhões de crianças são vítimas de exploração sexual comercial em todo o mundo. Alguns são traficados para a escravidão sexual e milhões de imagens de abuso sexual infantil circulam diariamente na internet.

PREFÁCIO

As relações entre a União Europeia e a República da Guiné-Bissau datam de 1975, ano em que o país aderiu à primeira Convenção de Lomé. Ao longo destes mais de 40 anos de parceria para o desenvolvimento entre a Guiné-Bissau e a União Europeia, orgulhamo-nos de, conjuntamente com os nossos 28 Estados Membros, ter estabelecido um diálogo contínuo com os parceiros nacionais baseado num projeto de paz, de democracia e de respeito pelos direitos humanos, sempre empenhados em fornecer apoio a vários setores de interesse comum, com vista a fomentar um desenvolvimento socioeconómico sustentável e abrangente.

A Guiné-Bissau é portadora de um passado e é berço de muitas tradições que nos interpelam em cada esquina e nos surpreendem com as suas idiossincrasias; que a enriquecem e a tornam tão especial aos olhos de quem a visita, embora continue tão desconhecida no mundo globalizado em que nos movemos. O potencial turístico deste país, ainda por conhecer e explorar, esconde um riquíssimo património, fruto da sua localização geográfica privilegiada e das características singulares de flora e fauna, e também da diversidade étnica e cultural que abriga.

A primeira edição do Guia Turístico recolheu uma aceitação e entusiasmo tais que nos levaram imediatamente a pensar em como melhorá-lo e aumentar a sua difusão junto de um público mais alargado. Com esta segunda edição, elaborada uma vez mais em colaboração com a ONGD "Afectos com Letras", e com o apoio das Embaixadas de Portugal e de França junto da República da Guiné-Bissau, bem como do Ministério do Turismo e Artesanato, pretende-se melhorar a edição anterior tornando-a de mais fácil leitura. Para tal, incluímos mapas e gráficos bem como novas fotos, tudo com o objetivo reiterado de dar a conhecer ao potencial visitante da Guiné-Bissau a sua excelência natural, social e cultural, num roteiro despretenso, que percorre também uma amostra de projetos

financiados pela União Europeia¹. Procurámos também incorporar algumas sugestões dos operadores turísticos locais e internacionais e contámos com o trabalho de um desenhador que melhorou a sua apresentação geral. Também quisemos introduzir uma personagem representativa da Guiné-Bissau, que foi criada por um jovem residente na Guiné-Bissau.

Acreditamos que esta publicação é um contributo importante para que todos possam conhecer a Guiné-Bissau e usufruir das suas riquezas mais intrínsecas sem interferir com o que de mais precioso ela abriga: um santuário de biodiversidade mundial que importa respeitar e proteger.

Bissau, março de 2018

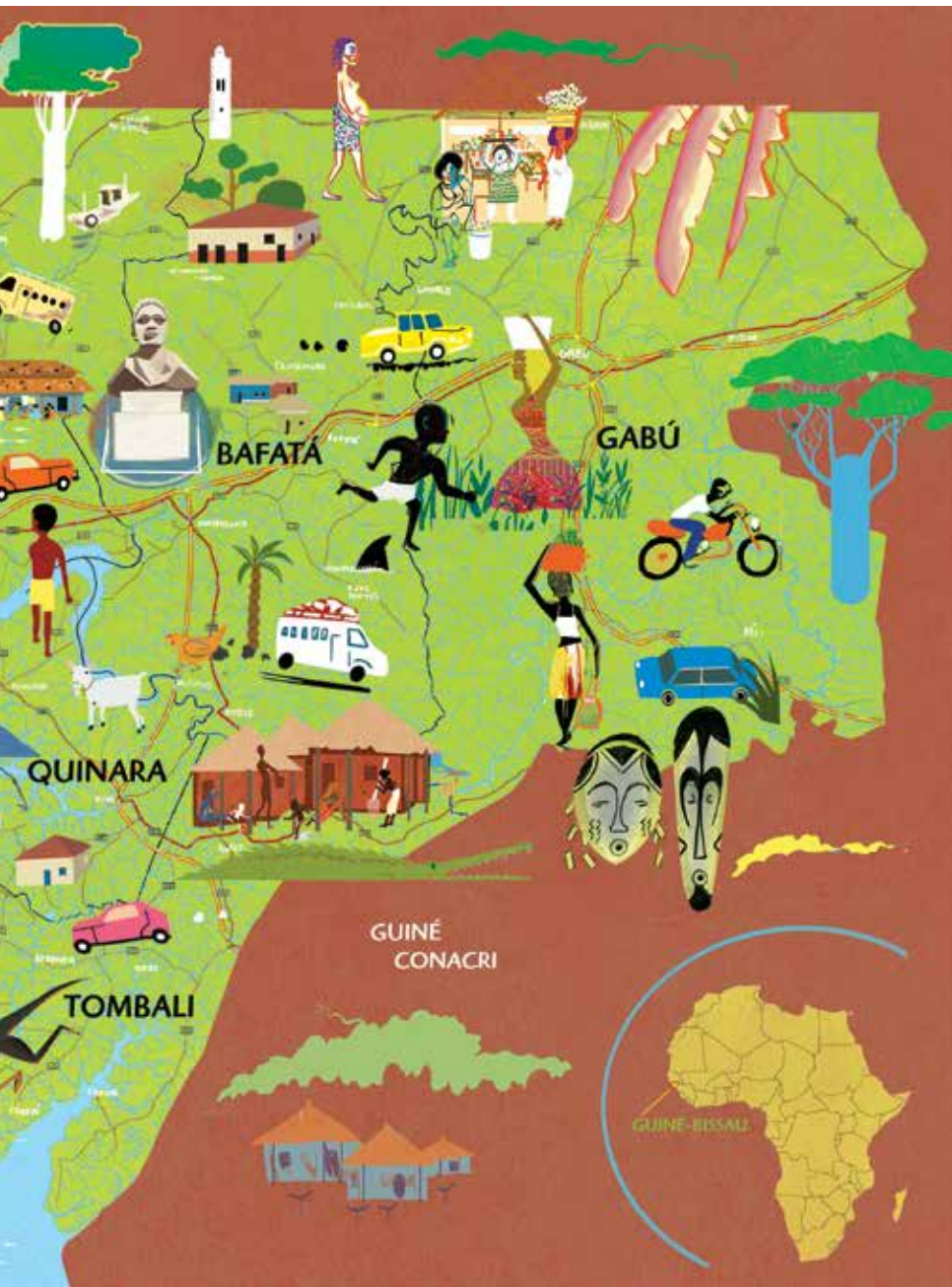
5

Victor Madeira dos Santos

Embaixador - Chefe de Delegação da União Europeia
junto da República da Guiné-Bissau

¹ Para mais informações sobre as atividades da União Europeia na Guiné-Bissau, consulte: eas.europa.eu/delegations/guinea-bissau_pt





O QUE VER EM:

1 DIA



PRAÇA DOS HERÓIS NACIONAIS, BISSAU



MAUSOLÉU DE AMÍLCAR CABRAL, BISSAU

© AFFECTOS COM LETRAS



TECELÃO DE PANO DE PENTE

© STAND UP MEDIA/ MIKE MARROQUIM

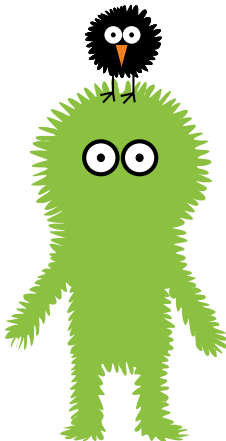


CACHEU

© INÊS MÁXIMO PESTANA

CIRCUITO HISTÓRICO E CULTURAL

Cidade de **Bissau**, Ilhéu do Rei e bairros periféricos.



CIRCUITO PELA ARTE E TRADIÇÕES GUINEENSES

Quinhamel, com visita à Artissal e à destilaria, com almoço de ostras e passeio pelos braços de rio e mangais. Como ir: viagem de carro até Quinhamel que fica a 37 Km de Bissau.

CIRCUITO HISTÓRICO E CULTURAL

Cidade de **Cacheu** – rota dos escravos: Memorial da Escravidão e Tráfico Negroiro de Cacheu e outras atrações (forte, igreja, cemitério) - e cidade de Canchungo – visita da cidade e contacto com artesanato local. Como ir: viagem de carro de Bissau até Cacheu (100 Km) e paragem no regresso em Canchungo que fica a 79 Km da capital.



QUINHAMEL

© AFECTOS COM LETRAS



MERCADO DE BAFATÁ

© AFECTOS COM LETRAS



SALTINHO

© AFECTOS COM LETRAS



TARRAFES DE CACHEU

© AFECTOS COM LETRAS

CIRCUITO HISTÓRICO E CULTURAL

Cidade de **Bafatá** (cidade natal de Amílcar Cabral), com visita ao centro de tinturaria Soninké em Ponta Nova e passagem na aldeia de Tabatô, conhecida por seus habitantes construírem e tocarem o Balafon e a Kora, instrumentos tradicionais da cultura Mandinga. Como ir: viagem de carro de Bissau até Bafatá (150 Km) e depois, mais 10 Km, até à aldeia de Tabatô.

CIRCUITO PELA NATUREZA

Rápidos de **Saltinho** e de **Cussilinta**. Possibilidade de tomar banho e usufruir de um jacuzzi natural no rio Corubal. Como ir: viagem de carro de Bissau até Saltinho (175 Km) e parar em Cussilinta no regresso, que fica a 15 Km do Saltinho.

CIRCUITO PELA NATUREZA

Visita ao **Parque Natural dos Tarrafes de Cacheu**, com passeio de barco até São Domingos ou até uma das tabancas mais distantes. Como ir: viagem de carro de Bissau até Cacheu (100 Km) e depois de barco motorizado a contratar antecipadamente. Horários dos passeios: dependentes das marés.



2 DIAS



LAGOAS DE CUFADA

© CHIARA GUIDETTI

CIRCUITO PELA NATUREZA

Parque Natural das Lagoas de Cufada: passeio de caiaque, caminhadas, passeio de barco pelo Rio Grande de Buba. Como ir: viagem de carro de Bissau até Buba (223 Km) e seguir 20 Km de estrada de terra batida até às lagoas.



PRAIA DE VARELA

© AFECTOS COM LETRAS

CIRCUITO PELAS PRAIAS

Uma visita a **Varela** permite conhecer aquela que é a praia mais bonita da costa continental do país e a cultura de etnia Felupe. Como ir: viagem de carro (175 Km de Bissau), com 53 Km por estrada de terra batida.



CANTANHEZ

© AFECTOS COM LETRAS

CIRCUITO HISTÓRICO E NATURAL

Visita à **Floresta de Cantanhez** onde se podem ver os chimpanzés na sua rotina diária e visita ao Museu da Independência da Guiné-Bissau, em Guiledje. Como ir: viagem de carro (258 Km a partir de Bissau) sendo os últimos 60 Km em estrada de terra em muito mau estado.

10



3 DIAS



KERÉ

© CHIARA GUIDETTI

CIRCUITO PELA NATUREZA

Ilhas de Keré, Carache e Caravela. Como ir: saída de barco de Ponta Biombo com dias e horas adaptáveis a tratar com o responsável pelo Hotel Keré, proprietário do barco.



BOLAMA

© CHIARA GUIDETTI



RUBANE

© AFECTOS COM LETRAS



ILHA DE ORANGO

© VALENTINA CIRELLI

CIRCUITO HISTÓRICO

Visita à **Ilha de Bolama** e à sua capital, com o mesmo nome. Possibilidade de deslocação à Ilha de Galinhas numa piroga motorizada. Como ir: no barco de carreira que sai de Bissau. Horários dependentes das marés, a consultar no porto na véspera da saída.

CIRCUITO PELA NATUREZA E TRADIÇÕES BIJAGÓS

Visita à **Ilha de Bubaque** e com possibilidade de passeio até Rubane, Soga e Canhabaque em pirogas motorizadas ou botes privados a contactar localmente. Como ir: viagem no barco que sai regularmente de Bissau. Horários dependentes das marés, a consultar no porto na véspera da saída.

CIRCUITO HISTÓRICO E PELA NATUREZA

Ilha de Orango, conhecida pela sua comunidade de hipopótamos e visita ao mausoléu da Rainha Okinka Pampa, que governou os Bijagós até ao ano da sua morte, 1923. É venerada em todo o Arquipélago. Como ir: viagem de barco até Orango, a tratar no IBAP (Instituto da Biodiversidade e das Áreas Protegidas), com o Orango Parque Hotel ou com uma agência de viagens.

||

I SEMANA OU MAIS



BUBAQUE

© AFECTOS COM LETRAS

ITINERÁRIO DAS ILHAS

Com possibilidade de fazer um cruzeiro de 8 a 10 dias pelas Ilhas mais selvagens e de difícil acesso. Como ir: viagem no cruzeiro África Princess.

CIRCUITOS DE BICICLETA

UMA MANEIRA DIFERENTE DE CONHECER A GUINÉ-BISSAU.

"Branco...Branco! Branco peelé, Branco Mindjer... ! Branco patim bicicleta bo!"

São as palavras mais ouvidas pelos ciclistas que se aventuram pela Guiné-Bissau.

A bicicleta é um meio amigável para com a natureza e com as comunidades; permite um contato direto com o meio ambiente sem incomodar a fauna e a flora; por vezes surpreende as comunidades que embora usem bicicletas para se deslocar, quando podem, raramente veem passar turistas nas Tabancas.

A Guiné-Bissau é um país relativamente seguro e os turistas podem aproveitar um meio como a bicicleta para conhecer de perto o país, sem receios.

Precauções: evitar Bissau, pois na capital o tráfego é intenso e perigoso. Usar sempre capacete. Geralmente nos caminhos indicados há sempre contentores ou Tabancas onde comprar água, mas é aconselhável fazer-se acompanhar de uma boa quantidade, pois o calor é forte e há um risco acrescido de desidratação, ainda mais para quem não está acostumado a climas tropicais húmidos e quentes.

Os caminhos descritos a seguir foram testados por pessoas que moram em Bissau, desportistas amadores, ciclistas não profissionais; por isso, são adequados para a níveis de preparação médios. O tempo de percurso e a velocidade média são indicativos.



ILHA DE BUBAQUE: BUBAQUE - PRAIA DE BRUCE

Distância: 15 km

Altitude percorrida: 32 m

Tempo: 0h40

Velocidade média: 22,7 km/h

A ilha de Bubaque não tem muitas opções para se deslocar, portanto a bicicleta é uma maneira relaxante para chegar à praia de Bruce, a partir de Bubaque, no lado oposto da ilha. As bicicletas normalmente podem ser alugadas diretamente nos estabelecimentos hoteleiros. É aconselhável solicitar no dia anterior e verificar o estado das bicicletas antes de sair. Recomenda-se sair antes das 10h da manhã e voltar depois das 16h da tarde para não pedalar durante as horas de maior calor. O caminho é simples e bem sinalizado, é a única estrada transitável que chega à praia de Bruce. Passando entre tabancas e comunidades, são possíveis encontros com alguns animais como os macacos e apreciar as grandes árvores sagradas.



SAINDO DE BISSAU: HOSPITAL SIMÃO MENDES - CAMINHO DE NHACRA

Distância: 23 km
Altitude percorrida: 65 m
Tempo: 1h30
Velocidade média: 14 km/h

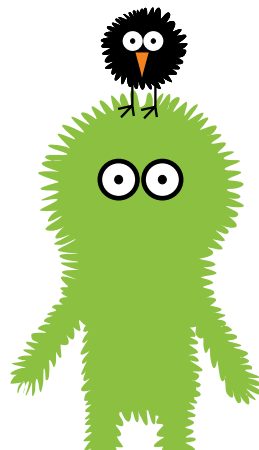
Caminho perfeito para um passeio à tarde, como na música do cantor guineense Binhan “sair e relaxar após um dia duro de trabalho” (“*Um dia de tarde cabeça quente n’sai pa dai um passeio...*”). Deixando o Hospital Nacional Simão Mendes em direção a Bissau Velho; deve-se virar à esquerda logo após o Hospital, passar pela empresa Mavegro, passar em frente à Embaixada da Turquia e depois, à direita, na rua da Afripesca entrar na nova estrada do porto e seguir durante 5,5 km até à rotunda de Antula. Nesta pequena rotunda, tome a primeira saída à direita, por uma estrada de terra batida chega-se a um braço do rio Geba que nos impede a passagem. As flutuações das marés aqui são incríveis, vale a pena ir em dias diferentes para ver como muda a paisagem. Da rotunda de Antula, encontra-se primeiro o bairro Antula-Bono, para logo passar por plantações de caju e, finalmente, chegar a uma pequena bolanha. Pode-se percorrer este caminho durante todo o ano, embora a parte da bolanha possa apresentar algumas áreas de lama.



BISSAU: VOLTA DE BISSAU

Distância: 25 km
Altitude percorrida: 142 m
Tempo: 1h40 | Velocidade média: 15,5 km/h

Dar a volta a Bissau, passando pelos bairros internos e pela nova cintura externa da cidade, saindo do porto pelas bolanhas onde está agora a ser construída a autoestrada até Safim, passando por Antula e São Paulo, apreciam-se grandes bolanhas e uma pista nova de asfalto fácil de percorrer. Depois de um percurso de 11,5 km chega-se ao cruzamento com a avenida principal do aeroporto, atravessa-se e entra-se em bairros internos, de ruas sem asfalto que parecem caminhos pedonais; na última parte do trajeto, atravessa-se o bairro de Cuntum Madina, as bolanhas, chegando ao Alto Bandim e passando pelo estádio 24 de setembro, também uma estrada fácil, em temporada seca.





PARQUE NACIONAL DE CANTANHEZ: GUILLEDJE - IEMBERÉM

Distância: 34 km
Altitude percorrida: 232 m
Tempo: 2h | Velocidade média 16,8 km/h

Saindo de Guiledje encontra-se logo o antigo quartel português, do tempo colonial, hoje museu. Continuando o caminho em linha reta atravessando algumas tabancas até Faro-Silacunda, veremos uma placa que indica "Cantanhez 18 km", virando à esquerda. O caminho não é claro entre as casas, mas os moradores ajudam! A partir daqui, entramos em plantações de caju intercaladas com selva e, na temporada seca, partes com areia. Passa-se pela Missão São Francisco de Mato para depois chegar à estrada principal que tinha ficado para trás em Faro-Silacunda. No cruzamento, vira-se à esquerda e, sem sair da estrada principal, chega-se a Iemberem. Contrariamente às outras rotas descritas neste guia, esta apresenta algumas dificuldades adicionais devido ao mau estado da estrada e seus altos e baixos que exigem um pouco mais do ciclista do ponto de vista físico. Durante a estação das chuvas a estrada tem áreas com lama, portanto é melhor evitar.



BIOMBO: QUINHAMEL - PONTA BIOMBO - QUINHAMEL

Distância: 45 km
Altitude percorrida: 173 m
Tempo: 2h50 | Velocidade média: 16 km/h

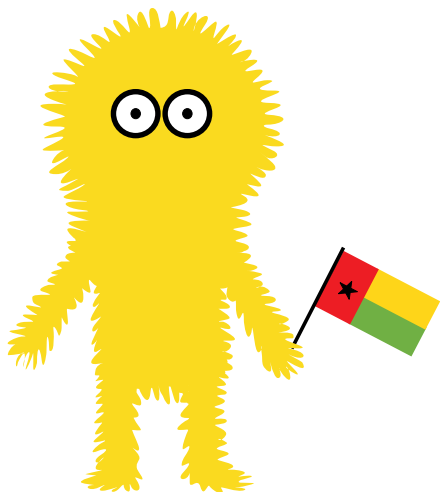
Ao acabar a estrada asfaltada depois de Quinhamel, o ciclista pode explorar o Reino Pepel, o chamado "Tchon di Pepel" e o Reino de Tôr. Um caminho muito variado e percorrido por dezenas de poilões, árvores sagradas dos diferentes reinos. Na última tabanca uma mercearia vende água e bebidas; é possível encontrar mercadinhos com frutas e mancarra ou caju, dependendo da temporada. A seguir a uma parte com mais sombra, desemboca na prainha de Biombo, um farol português anunciando a terra aos navios e golfinhos aparecendo no mar. Também pode ser interessante o percurso Bissau-Quinhamel, agradável e mais fácil sendo totalmente em asfalto.



SAINDO DE BISSAU: BISSAU - PONTA VICENTE

Distância: 55 km
Altitude percorrida: 256 m
Tempo: 3h30 | Velocidade média 15,7 km/h

Saindo da estrada de asfalto que vai para Quinhamel, em Bissauzinho, numa pista vermelha no lado direito, o ciclista percorre diferentes caminhos ao redor de uma zona entre bolanhas e braços do rio Mansôa. Na época seca, antes da campanha de caju, as comunidades dedicam-se à produção de sal; a terra dos arrozais é filtrada e fervida em fogões deixando evaporar a água para produzir assim o sal da terra.



DOIS DIAS - PASSEIO PELO NORTE: EMBUNHE - BISSORÃ - FARIM - DJALICUNDA - MANSABÁ - BISSORÃ - EMBUNHE

Distância: 115 km
Altitude percorrida: 692 m
Tempo: 7h (em dois dias)
Velocidade média 16,8 km/h

Percurso de dois dias, com hospedagem no centro Kafo de Djalicunda, a poucos quilómetros de Farim. Os dois percursos preveem subidas e descidas algo difíceis, e partes com areias; percorrem-se paisagens diferentes, entre tabancas e pequenas cabanas isoladas; é possível ver grandes campos cheios de árvores como mangueiras, cabaiceiras, e algumas espécies de árvores portuguesas, ali plantadas no tempo colonial, muito agradáveis aos ciclistas pela grande sombra produzida, e ainda palmeiras e outras espécies. Encontram-se ratos palmistas (parecidos com esquilos), pássaros, macacos e ainda se pode ver um camelo, chegado ao setor de Bissorã, aparentemente, como presente da Líbia à cidade.

UM RETRATO DA GUINÉ-BISSAU



ORIGENS DO PAÍS ATÉ AOS DIAS DE HOJE

Os primeiros vestígios de presença humana na Guiné-Bissau datam de 200 mil anos a.C. mas os registos históricos mais evidentes iniciam-se no 3.º milénio a.C. com a chegada de povos do deserto do Sahara, ascendentes dos atuais grupos étnicos do litoral e das ilhas da Guiné-Bissau. No século IV a.C. funda-se o império do Gana que perdura até ao séc. XI, quando os Almorávidas tomam Kumbi-Saleh, a capital do Gana. É então que os povos Naulus e Ladurnas chegam à atual Guiné-Bissau, onde predominavam os povos Mandingas, pertencentes ao Reino de Gabú, instalados entre a região nordeste da Guiné-Bissau e a região de Casamansa. O Reino de Gabú era por sua vez vassalo do Império do Mali (1230 a 1546), estado rico e sumptuoso que se estendeu entre a região do Rio Senegal e do Alto Níger. A chegada dos portugueses à Guiné-Bissau ocorreu entre 1445 e 1447 e é atribuída a Nuno Tristão que terá morrido numa destas primeiras investidas num ataque perpetrado pelas tribos locais no rio Geba. Outros historiadores atribuem-na a Álvaro Fernandes que, pela mesma altura, terá chegado à praia de Varela. A presença portuguesa efetiva no território inicia-se em 1588 na vila de Cacheu, à altura sujeita administrativamente ao Arquipélago de Cabo Verde. Esta localidade ficou conhecida pelo seu porto de águas fundas, ideais para o transporte marítimo de ouro, marfim,

especiarias e escravos. Para além dos comerciantes portugueses e cabo-verdianos, Cacheu foi a casa dos portugueses “lançados” (aventureiros) e dos “degredados” (condenados ao exílio). As ocupações portuguesas seguintes, onde também se instalaram feitorias para fins comerciais, são posteriores a 1640 e foram sempre feitas a partir dos rios - Casamansa, São Domingos, Farim, Bissau, e mais tarde, Bolama e Bafatá.

Em 1753 é estabelecida pelos portugueses a Capitania de Bissau. Os ingleses conseguem, por sua vez, estabelecer-se em Bolama, ilha do Arquipélago dos Bijagós mais perto do território continental da Guiné, em 1792.

Em 1879, procede-se à separação administrativa de Cabo Verde e constitui-se mais uma colónia de Portugal, a Guiné Portuguesa, que teve como primeira capital Bolama.

Após a Conferência de Berlim (1884 - 1885), em que Portugal apresentou o falhado Mapa Cor-de-Rosa, este país apressou-se a efetivar o povoamento da Guiné-Bissau e a dedicar-se à agricultura, não sem antes a população resistir e travarem-se sangüinários combates. Em 1936 dá-se a última grande revolta que ficou conhecida como a revolta dos Bijagós de Canhabaque. A população guineense foi então obrigada ao trabalho forçado, as infraestruturas

pouco foram desenvolvidas e foi dada a preferência para a nomeação de cabo verdianos como funcionários.

Em 1951, face à pressão internacional, o estatuto de Colónia da Guiné Portuguesa é substituído pelo de Província Ultramarina, mas a resistência guineense e a luta pela autodeterminação sempre se fizeram sentir, tendo como marco histórico a fundação do PAIGC (Partido Africano para a Independência da Guiné e Cabo Verde) em 19 de setembro de 1956 por Amílcar Cabral, Luís Cabral, Aristides Pereira e Júlio de Almeida. Durante três anos a resistência do PAIGC foi pacífica mas endureceu após o massacre do Pidjiguiti em 3 de agosto de 1959. Neste dia, os trabalhadores do Porto de Bissau, estivadores e marinheiros, encontravam-se em greve, exigindo melhorias salariais mas as forças portuguesas da PIDE (Policia Internacional e de Defesa do Estado) interromperam a manifestação e mataram cerca de 50 pessoas, ferindo ainda outros 100 manifestantes. O dia 3 de agosto foi transformado num dos marcos da luta de libertação da Guiné e é atualmente um dos feriados mais importantes do país.

Em 1963, o PAIGC inicia a luta armada de guerrilha de oposição ao regime colonial, que fica registada pelo assassinato do seu líder e doutrinário, Amílcar Cabral, no dia 20 de janeiro 1973 na Guiné Conacri, sem nunca se vir a determinar quem foi o responsável. No dia 24 de setembro de 1973 o PAIGC declara em Boé a independência unilateral da Guiné-Bissau — tornando-se a primeira das ex-colónias portuguesas a tornar-se independente. Portugal só reconhecerá oficialmente a indepen-

dência da República da Guiné-Bissau, aquando da deliberação da Assembleia Geral das Nações Unidas nesse mesmo sentido, em 17 de setembro de 1974. A Guiné-Bissau independentemente começa então o seu caminho, com alguns avanços e muitos recuos tendo como primeiro Presidente Luís Cabral, irmão do líder do PAIGC assassinado em 1973, Amílcar Cabral. Os primeiros anos pós independência são muito agitados, registando-se até 1979 o fuzilamento de ex-Comandos africanos e de cidadãos conotados com o Partido FLING, bem como uma tentativa do Presidente de implementar um governo de inspiração socialista, num projeto de unidade da Guiné-Bissau e de Cabo Verde que termina abruptamente em 1980, com um golpe de estado perpetrado pelo Primeiro-Ministro Nino Vieira, que assim assume a liderança do país. Em 1986, dá-se uma nova tentativa de golpe de estado, desta feita encabeçado pelo Vice-presidente do Conselho da Revolução, pelo Procurador-Geral da República e vários oficiais superiores das Forças Armadas que acabam detidos e parte deles fuzilados no que veio a ser conhecido como o “caso 17 de outubro”. O regime de multipartidarismo chega em 1991 e, em 1994, realizam-se as primeiras eleições livres na Guiné-Bissau com a vitória do PAIGC e de Nino Vieira para a Presidência da República, com maioria absoluta. Em 1997 a Guiné-Bissau integra a União Económica e Monetária do Oeste Africano (UEMOA) e adota o Franco CFA como moeda nacional, substituindo o Peso. O país é também membro da Comunidade Económica dos Estados da África Ocidental desde 1975.



BUSTO DE AMÍLCAR CABRAL, BISSAU

© AFECTOS COM LETRAS

1998 dita o início de um período muito conturbado e de má memória para a Guiné-Bissau: uma guerra civil que opõe o governo eleito democraticamente e uma autointitulada “Junta Militar”, tendo como base rivalidades e lutas pelo controle de poder no PAIGC. Esta guerra que durou cerca de 11 meses, devastou infraestruturas, a economia, a sociedade, famílias e ceifou muitas vidas. A destruição do tecido económico e social teve consequências catastróficas no país que perduram até aos dias de hoje.

A guerra civil termina em 1999 com a renúncia de Nino Vieira ao cargo e a assunção de funções interinamente pelo Presidente da Assembleia Nacional Popular, Malam Bacai Sanhá. Entre as eleições de 2000, em que Kumba Ialá é eleito Presidente da República, e 2017, o país viveu períodos políticos e militares de alguma tensão que se traduziram em dois golpes de Estado (2003 e 2012), oito Presidentes da República (um de-

les assassinado em 2010) e dezoito Primeiros-Ministros.

Falar da história recente da Guiné-Bissau e nos seus 44 anos de independência é, na realidade, falar de um Estado com algumas dificuldades em se consolidar, fruto de sucessivos golpes e conflitos causadores de instabilidade política que se materializa numa economia débil e numa sociedade fragilizada por anos de falta de paz e de perspectivas de futuro. De salientar, no entanto, que estes conflitos político-militares não se replicam na sociedade guineense que é pacífica e extremamente hospitaleira, recebendo qualquer pessoa que ali chega com um sorriso e um brilho no olhar que nos marca para sempre.

Por isso, falar da história da Guiné-Bissau é também falar das suas gentes e da sua generosidade, da sua riqueza étnica, da sua diversidade cultural, do seu enorme potencial turístico e das belezas naturais que encontramos de



UROK

© BEMBA DA VIDA
ta.

GEOGRAFIA

A República da Guiné-Bissau situa-se na África Ocidental, entre o Senegal (a Norte e Leste), a Guiné Conacri (a Leste e Sul) e o Oceano Atlântico (a Oeste). É constituída por uma parte continental e outra insular, o Arquipélago dos Bijagós, com cerca de noventa ilhas, das quais apenas dezassete são habitadas. Ocupa uma extensão de aproximadamente 36.125 Km². Graças ao baixo nível médio, face às águas do mar e à vasta rede de rias e vales, cerca de 1/3 do seu território fica inundado na época das chuvas, entre meados de maio e de outubro. O país possui oito rios principais: o Rio Mansôa, o Rio Cacheu, o Rio

Tombali, o Rio Cumbijã, o Rio Buba, o Rio Geba, o Rio Corubal e o Rio Cacine.

CLIMA

A Guiné-Bissau tem um clima predominantemente tropical com características marítimas, sendo muito quente e húmido e com duas estações distintas: a estação seca, de novembro a abril e a estação das chuvas, de maio a outubro. A temperatura média anual no país é de 27,7 graus. Na Guiné-Bissau, os meses mais frescos são os de dezembro e de janeiro e os mais quentes de março a maio. Já os meses mais pluviosos são os de julho e de agosto.

DIVISÃO ADMINISTRATIVA DO TERRITÓRIO

Em termos administrativos, a Guiné-Bissau divide-se em oito Regiões: Bafatá, Biombo, Bolama/Bijagós, Cacheu, Gabú, Oio, Quinara e Tombali e um Setor Autónomo, o de Bissau. Estas regiões dividem-se em 36 setores e estes, por sua vez, em várias secções, compostas por Tabancas (aldeias), muitas delas marcadas pela distância da capital, Bissau, devido à ausência de acessibilidades ou à precariedade destas. Tomando em consideração a geografia do país e a quantidade de rias e rios, muitas vezes o que em linha reta representa uma curta distância, demora-se horas a percorrer por estrada, considerando a necessidade de fazer grandes desvios para se chegar ao destino.

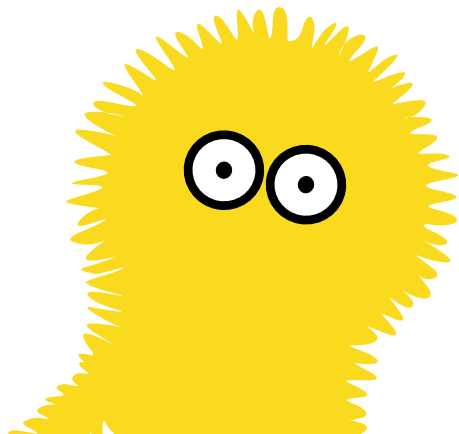
20

DEMOGRAFIA

Segundo os últimos censos, a população da Guiné-Bissau em 2016 é de 1.544.777 habitantes e caracteriza-se por ser maioritariamente jovem: cerca de 49,6% da população tem menos de 18 anos e a esperança média de vida ronda os 52,4 anos. A taxa de alfabetização é de cerca de 43,7%, sendo que o abandono escolar é elevado por motivos económicos, sociais e culturais.

ETNIAS

Existem entre 27 e 40 grupos étnicos. As etnias com maior expressão na Guiné-Bissau, segundo os censos de 2009, são: a Fula (28,5%) que vive essencialmente no leste do país – Gabú e Bafatá, seguida da etnia Balanta (22,5% da população) que se encontra principalmente nas regiões Sul (Catió) e Norte (Oio), a Mandinga com 14,7%, no Norte do país, a Papel com 9,1% e a Manjaca com 8,3%. Com expressão mais reduzida encontramos ainda as etnias Beafada (3,5%), Mancanha (3,1%), Bijagó (como o próprio nome indica, vive no Arquipélago dos Bijagós e representa 2,15% da população total), Felupe com 1,7%, Mansoanca (1,4%) ou Balanta Mane com 1%. As etnias Nalu, Saracole e Sosso representam menos de 1% da população guineense e 2,2% assume não pertencer a qualquer etnia. A sua distribuição geográfica tem razões históricas mas também se relaciona intimamente com as atividades tradicionalmente praticadas por cada uma delas. Os Balantas, os Manjacos, os Mancanhas e os Papéis encontram-se predominantemente nas zonas costeiras e cultivam o arroz nas bolanhas. Os Papéis são os grandes produtores de caju, por excelência, uma das maiores fontes da economia nacional. Por sua vez os Fulas dedicam-se essencialmente ao comércio e à criação de animais. Os Bijagós praticam pesca de subsistência mas continuam essencialmente ligados às atividades agrícolas, já os Mandingas trabalham principalmente no comércio e na agricultura.



USOS E COSTUMES SOCIAIS

Na sociedade guineense, apesar do poder central e local ter contornos clássicos, o Regulado – forma de poder tradicional exercido pelos herdeiros dos reinos pré-coloniais, representa ainda com muita expressividade, o poder por excelência nas diversas etnias. O **Régulo** é a entidade máxima numa determinada comunidade local que funciona independentemente do Estado, tendo responsabilidade em matéria de administração territorial, de arbitragem em questões de ordem social ou divisão fundiária e agindo mesmo na veste judicial. Detém também um papel crucial na regulação social e cabe-lhe, por exemplo no contexto da etnia Manjaca, determinar o início e o fim das colheitas por parte de todos os cidadãos da região subordinados ao seu poder, seguindo-se uma série de rituais pré-estabelecidos. Já nas etnias islamizadas, o Régulo foi de certa forma substituído pelas autoridades religiosas. É transversal a todas as etnias o enorme respeito pelos mais velhos e o conceito de família e de solidariedade é bastante amplo, havendo sempre lugar para acolher mais um, dois ou três em casa, em caso de morte do familiar que lhes assegurava sustento.

Os principais momentos da vida social guineense, como nascimentos, casamentos, funerais, cerimónias de iniciação dos jovens ou o princípio e fim da época das colheitas estão sujeitos a cerimónias cheias de significado e que diferem de etnia para etnia. O **Fanado**, ritual de iniciação da vida adulta é praticado por rapazes (trata-se, entre outras coisas, da circuncisão) e raparigas (em alguns casos, envolvendo a prática

da excisão, criminalizada na Guiné-Bissau desde 2011). O Fanado é efetuado por várias etnias, variando a idade dos intervenientes, a periodicidade com que é praticado ou a sua duração. Com o Fanado, estes jovens tomam consciência da sua função social e da sua personalidade, passando em algumas etnias, um período na floresta ou no mato, no cumprimento de uma série de cerimónias envoltas em grande secretismo de que não devem falar quando regressam e assumem o seu novo papel na sociedade.

O **casamento** é um momento de grande alegria, com tradições que variam entre etnias. Na sociedade guineense, a poligamia é praticada por alguns grupos étnicos e os casamentos por acordo entre famílias são também comuns. Por exemplo, entre os Balandas acorda-se o casamento e há lugar ao pagamento de um dote, normalmente traduzido na entrega de uma determinada quantidade de animais de criação. Ainda se verifica, de certa maneira, a preferência por casamentos dentro da mesma etnia, embora a fusão seja uma realidade cada vez mais presente, principalmente na capital, Bissau, onde se concentra a maior parte da população e a multiplicidade étnica, que habita um mesmo espaço, é enorme. Para os animistas, a **morte** representa um prolongamento da vida e o funeral é um momento de alegria e motivo de festa quando o morto teve uma vida longa. A vida é o resultado de um equilíbrio entre forças materiais e espirituais que, quando perturbadas, se manifestam com doenças, mortes prematuras e mesmo desgraças para as comunidades locais. Se o morto foi uma pessoa de bem na vida terrena,

encontra imediatamente a felicidade na nova dimensão, caso contrário, o seu espírito vagueia sem paz na floresta até, por fim, pagar as suas penas. O funeral, embora varie de etnia para etnia, tem uma matriz comum, o **“Choro”**. Trata-se de uma cerimónia em que se juntam os familiares e os amigos do morto. Durante uma semana comem e bebem, num momento de alegria pela partida do espírito que se liberta do corpo, muitas vezes ao som do bombolom, em verdadeiros momentos de transe. O **“Toca-choro”**, uma cerimónia de evocação do espírito do morto, é realizado um ano ou mais após a morte e os familiares e amigos trazem alimentos e animais para serem sacrificados durante vários dias de festa e comunhão. Quanto maior for a importância do falecido na sociedade, maior é a celebração e maior o número de animais sacrificados, daí que, por vezes, os familiares e amigos só realizem esta cerimónia alguns anos mais tarde, de forma a conseguir juntar o dinheiro necessário para realizar a cerimónia.

LÍNGUA

A língua oficial da Guiné-Bissau é o português, embora seja falada apenas por cerca de 13% da população. Os guineenses usam essencialmente o crioulo para a sua comunicação corrente (cerca de 60% da população) ou uma das cerca de 20 línguas existentes na Guiné-Bissau, como o fula, o balanta, o manjaco, o mandinga, o felupe, o papel, o bijagó, o mancanha, o nalu, entre outras.

RELIGIÕES

Cerca de metade da população pratica a religião muçulmana, essencialmente da corrente sunita. Entre 10 a 15% são cristãos e grande parte da população, professando uma ou outra religião ou mesmo nenhuma, tem um grande cariz animista e pratica de forma ativa as crenças tradicionais e ancestrais africanas. Para os animistas, os espíritos são omnipresentes (vivem nas rochas, nas estátuas, nas árvores, na água, nas pessoas, nos mortos) e são eles que dão vida e protegem as coisas e podem combater as doenças, as secas, as inundações, as tragédias, mas também podem castigar e provocar o mal. É comum entre os animistas o recurso a amuletos diversos para proteção de quem os usa e o sacrifício de animais para agradar aos espíritos, nomeadamente galinhas para se alcançar uma graça, uma boa colheita ou até para que se possa tomar uma decisão.



CARACTERÍSTICAS ECONÓMICAS

A Guiné-Bissau encontra-se na 178ª posição, num total de 188 países, segundo o Relatório de Desenvolvimento Humano do Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento de 2016. Cerca de 48,9% da população vive em condições de extrema pobreza, com menos de \$1,25 dólares por dia, com uma taxa de inflação na ordem dos 9,4% e uma taxa de alfabetização de apenas 43,7%. O desemprego ronda os 10,5% mas muitos dos empregados encontram-se em situação de subemprego em atividades primárias que representam 82% da força de trabalho, sendo que os restantes 18% se dedicam aos setores secundário e terciário.

A Guiné-Bissau depende economicamente da exportação da castanha de caju, que representa mais de 90% das exportações, mais de 60% do PIB e cerca de 17% das receitas do Estado. Os cajueiros dominam a paisagem do país, catapultando a Guiné-Bissau para o 9º maior produtor mundial de castanha de caju. As plantações de mancarra (amendoim), arroz e milho desempenham um papel muito importante na agricultura de subsistência das famílias. A pesca é considerada a segunda maior fonte de receitas do país que dispõe de recursos marinhos assinaláveis com águas consideradas das mais ricas da África Ocidental. A atividade industrial é praticamente inexistente, com uma exígua indústria de transformação de produtos agrícolas. O País não tem tradição no setor extrativo, apenas sendo explorados inertes para a construção e obras rodoviárias em diversos locais. Estão confirmados jazigos importantes de bauxite na

região de Boé e de fosfatos em Farim. Há ainda perspectivas favoráveis quanto a petróleo offshore. Nos últimos anos têm sido exploradas “areias pesadas” no litoral de Varela. A Guiné-Bissau é também possuidora de um potencial turístico considerável, centrado nas Ilhas Bijagós e num sistema de parques nacionais que cobrem 23,7% do seu território.

FAUNA

As reservas naturais têm uma variedade rica de fauna protegida e o país é um dos centros mais importantes de *birdwatching* (observação de aves) a nível mundial, principalmente na zona de Cacheu, onde foram identificadas 248 variedades de aves em 2014 e nas Lagoas de Cufada. O Arquipélago dos Bijagós também é muito rico em aves e espécies marinhas raras. Os tarrafes, como zona estuária e de reprodução, apresentam uma grande biodiversidade. Há cerca de 374 espécies de aves na Guiné-Bissau, destacando-se as andorinhas-do-mar (*Sterna máxima* e *Sterna cospia*), o papagaio cinzento (*Psittacus erithacus*), os flamingos, os pelicanos, o colhereiro africano (*Platalea alba*), as gaivinas-negras (*Chlidonias niger*), os gansos (*Auritus De Nettapus* e *Plectropterus Gambens*), as calas de crista amarela (*Cacatua galerita*), a cotovia-pardal-de-dorso-castanho (*Eremopterix leucotis*), a andorinha estriada-pequena (*Cecropis abyssinica*) e o chasco (*Oenanthe heuglini*). Na Guiné-Bissau existem ainda cerca de 230 espécies de peixes, crustáceos e moluscos, 10 espécies de morcegos e cerca de 85 répteis distintos, nomeadamente o crocodilo (*Crocodylus niloticus*), o cro-

codilo anão (*Osteolaemus tetraspis*), 46 tipos de serpentes e várias tartarugas marinhas: a tartaruga-verde (*Chelonia mydas*), a tartaruga-de-pente (*Eretmochelys imbricata*), a tartaruga olivácea (*Lepidochelys olivacea*), a tartaruga comum (*Caretta caretta*) e a tartaruga-de-couro (*Dermodochelys coriacea*).

Estão identificados vários roedores neste país, nomeadamente o esquilo voador (*Finisiusciurus becroftyi*) e diversas espécies carnívoras como a hiena manchada (*Crocuta crocuta*). Entre os mamíferos marinhos é de referir os golfinhos (*Sousa teuzil* e o *Tursiops truncatus*), as lontras (*Aonyx capensis*) e os ameaçados manatins (*Trichechus senegalensis*). Já no que diz respeito a animais de casco, destacamos o hipopótamo (*Hippopotamus amphibius*) e várias espécies de gazelas e antílopes.

A Guiné-Bissau tem ainda duas espécies de pangolins e diversos primatas, como o chimpanzé (*Pan Troglodytes*), o Macaco Verde (*Chlorocebus sabaues*), o Macaco Colobus (*Colobus polykomos*), o Macaco Fidalgo (*Colobus polykomos polykomos*) e o Macaco Bijagó ou Nariz Branco (*Cercopithecus nictitans*), estes dois últimos considerados raros.

FLORA

A diversidade da flora tem correspondência com a caracterização geográfica e do solo. As florestas constituem uma verdadeira barreira contra o fenómeno da desertificação, da degradação dos solos e do assoreamento das bacias hidrográficas. Suportam ainda a agricultura e produzem madeira, lenha, carvão, caça e produtos florestais não lenhosos tais como o mel, frutos, raí-

zes, tubérculos, plantas medicinais, vinho, óleo de palma e tantos outros bens que, na Guiné-Bissau, são essenciais. Porém, a pressão demográfica, as alterações climáticas, a intervenção humana por queimadas, a extração massiva de madeiras consideradas nobres, a monocultura da mancarra (amendoim), do arroz e do caju, têm alterado a flora (e a fauna) da Guiné-Bissau. Não obstante, podemos observar vários tipos de paisagens bem distintas. Em toda a extensão dos rios observam-se os mangais que podem chegar a uma altura de 10 metros (os mangais altos ou *Rhizophora*) e outros que chegam aos 5 metros (o mangal baixo ou *Avicennia*). Existem ainda as zonas de arrozais, de "tannes", de floresta sub-húmida, de floresta de transição, a floresta secundária ou degradada, as florestas secas e as savanas. Nas zonas de "tannes", áreas lodo-arenosas que antecedem o mangal ou tarrafe, o solo é praticamente estéril por serem secas e estarem saturadas de sal. Apenas algumas plantas e gramíneas tolerantes ao sódio conseguem resistir nestas condições. Na zona Sul do país, devido à maior humidade, predominam as bolanhas (arrozais alagados). Aqui, principalmente nas regiões de Tombali e de Quinara e nalgumas ilhas do Arquipélago dos Bijagós, encontramos a floresta sub-húmida, com vegetação variada: árvores de grande porte, de 30 e 40 metros de altura - sobretudo "Pó de miséria" (*Anisophylla lamina*), "Polon" (*Ceiba pentandra*) e "Pó de bitcho amarelo" (*Chlorophora regia*) - árvores entre os 20 e os 30 metros, arbustos e ainda lianas. As florestas de transição, como o nome indica, fazem a fronteira entre a floresta sub-húmida e as flores-



© IBAP

tas secas e semi-secas, principalmente na Região de Gabú e no Litoral, onde predominam os “poilões” (*Ceiba pentandra*).

As florestas secas e semis-secas nas zonas Centro-norte e Centro-sul do país, apresentam arbustos, lianas e arvoredos entre os 20 e os 30 metros. As espécies que aqui predominam são o “Pó de conta” (*Azelia africana*), Palmeira de óleo (*Elaeis guineensis*), “Mandocô” (*Erythropheleum guineensis*), “Bissilon” (*Khaya senegalensis*), “Pó de sangue” (*Pterocarpus erinaceus*) e “Pó de carvão” (*Prosopis africana*). As florestas secundárias ou degradadas são produto da ação do homem, sofrendo queimadas, pousios e plantação de árvores de frutos, como no caso das grandes monoculturas de cajueiros, predominantes nas regiões de Biombo, Cacheu e Oio. A paisagem destas regiões também é influenciada pela produção de arroz em sequeiro, o arroz “m’pampam”. A Noroeste encontramos muitas Palmeiras (*Elaeis guineensis*) e “Cibe” (*Borassus aethiopicum*), uma palmeira cujo tronco é muito apetecido

para a construção de casas. A zona de savana situada no litoral é pouco densa, com arbustos até aos 2 metros e ainda “Karite” (*Butyrospermum parkii*), “Pó de incenso” (*Daniella oliveri*) ou a Palmeira de óleo (*Elaeis guineensis*). Existe ainda a zona de savana herbácea húmida, no interior do país, que se caracteriza pela quase inexistência de árvores, à exceção de algumas Palmeiras e “Cibe” (*Borassus aethiopicum*). São utilizadas principalmente para o pastoreio e para o cultivo de arroz em “bolanhas de lala”. As plantas na Guiné-Bissau, como todos os seus elementos naturais, têm uma importância extrema não só como matéria-prima e meio de subsistência, mas também nas demonstrações culturais e na medicina tradicional. A literatura científica aponta para quase 900 plantas diferentes na Guiné-Bissau, das quais cerca de 128 são utilizadas em mezinhas tradicionais, 76 são consumidas pelo homem e 86 são utilizadas para pasto e na produção de artesanato.

GASTRONOMIA

A cozinha tradicional guineense não nos deixa indiferentes pela paleta de sabores, aromas, ingredientes e cores que usa. Uma cozinha simples, mas surpreendente, resultante do cruzamento da cultura gastronómica ancestral africana - com produtos da terra como legumes ou fruta que só ali encontramos - com os matizes da cozinha tradicional portuguesa.

As ostras de raiz ou de rocha são abundantes na Guiné-Bissau e convidam a um bom convívio debaixo do mangueiro. Os camarões de Farim são outra iguaria a não perder. A lima, a malagueta, o óleo de palma ou o caldo de mancarra (amendoim) são omnipresentes na cozinha guineense caracterizada por sabores intensos e temperados. A acompanhar o "mafé" - o conduto composto por molhos e caldos de carne, marisco ou peixe - encontramos invariavelmente o arroz. Os peixes como a bica são muito apreciados e normalmente comem-se grelhados com um molho feito à base de cebola, limão e malagueta. E claro, arroz!

Como **pratos mais característicos**, é de mencionar o Caldo de Chabéu (feito com óleo de palma, quiabos, carne ou peixe), o Caldo de Mancarra (caldo de amendoim com carne ou peixe), Sigá (confeccionado com quiabos, carne ou peixe e camarões), Pitche-Patche de Ostras (arroz de ostras), Cafriela (galinha da terra ou carneiro grelhados com molho de limão, malagueta e cebola), caldeirada de cabrito ou cabra grelhada. De referir, ainda, que há etnias que comem macaco, o que constitui uma verdadeira ameaça para algumas espécies, e a etnia Papel que come cão.

Os **sumos naturais** também são aqui muito famosos, destacando-se o sumo de cabaceira (feito com o fruto do embondeiro), o sumo de onjo (com folhas de bagitche), o sumo de veludo (fruto avermelhado, conhecido por ter algumas características medicinais), o sumo de fole (fruto de uma árvore trepadeira), o sumo de farroba (fruto da árvore pé de farroba), sumo de mandiple (feito com um fruto amarelo, proveniente de um arbusto com o mesmo nome) e os sumos de papaia, manga ou goiaba. Estes sumos naturais são servidos demasiadamente doces pelo que aconselhamos que se peça que seja adicionado pouco açúcar.

Nas **frutas** destacamos a papaia, a manga, a pinha, a banana, o ananás, o fole e o caju fresco que é também muito apreciado na Guiné-Bissau.

PROJETOS FINANCIADOS PELA UNIÃO EUROPEIA

Título:	ÁREAS PROTEGIDAS E RESILIÊNCIA ÀS MUDANÇAS CLIMÁTICAS
Parceiro implementador:	Instituto da Biodiversidade e das Áreas Protegidas (IBAP)
Contribuição UE:	3 900 000 EUR
Período:	2016 - 2020
Região:	Nacional, com enfoque nas Áreas Protegidas em Quinara, Tombali, Gabú, Bafatá, Cacheu, Bolama-Bijagós.
Descrição:	<p>A gestão das Áreas Protegidas da Guiné-Bissau, que contabilizam cerca de 26% do território, está sob tutela do IBAP. A União Europeia apoia o reforço das capacidades nacionais para gerir as Áreas Protegidas e combater o seu desmatamento e degradação florestal. Entre outros, prevê-se: apoiar o Secretariado de Mudanças Climáticas, melhorando as suas capacidades técnicas; desenvolver o controlo comunitário das florestas; promover atividades que reduzem a pressão sobre os recursos florestais, contribuindo para gerar benefícios para a população e o meio-ambiente; e monitorar o desmatamento nas áreas protegidas.</p> <p>Mais informações: www.ibapgbissau.org</p>

Título:	GESTÃO TRANSPARENTE – Recursos Sustentáveis: Projeto de Reforço de Capacidades da Sociedade Civil para a monitorização da gestão dos Recursos Naturais na Guiné-Bissau*
Parceiro implementador:	Tiniguena – Esta Terra é Nossa!
Contribuição UE:	200 000 EUR
Período:	2016 - 2017
Região:	Nacional, com enfoque nas regiões de Bafatá, Cacheu, Oio, Quinara, Gabú e arquipélago Bolama-Bijagós
Descrição:	<p>O projeto contribui para melhorar a transparência e prestação de contas na gestão dos recursos naturais do país (florestas, minas e pescas). Para tal, reforça as capacidades dos cidadãos e das organizações da sociedade civil para monitorar a implementação das políticas públicas e denunciar as práticas abusivas, promovendo o exercício de uma cidadania ativa na gestão da exploração dos recursos naturais.</p> <p>Mais informações: www.tiniguenagb.org</p>

DESPORTO

O **futebol** é o desporto rei na Guiné-Bissau e as equipas mais conhecidas são o Sport Benfica e Bissau e o Sporting Clube de Bissau. Vários são os futebolistas guineenses a jogar em equi-

pas internacionais. A Guiné-Bissau tem igualmente tido algum destaque nas modalidades de **judo e luta** a nível internacional.

CULTURA

A Guiné-Bissau possui uma herança cultural bastante rica e diversificada, com uma multiplicidade de ritmos, instrumentos musicais, danças e manifestações culturais. O **folclore** guineense é muito rico e varia muito entre etnias, não só pela expressão corporal, como nos trajes ou sons e instrumentos que acompanham esta manifestação cultural, que está muito presente no quotidiano guineense, como em dias festivos, funerais ou nas cerimónias de iniciação como o Fanado. O grupo “Os Netos do Bandim” permite-nos, nas suas atuações, viajar pela grande diversidade folclórica das múltiplas etnias do país. O Festival Cultural de Cacheu, que se realiza todos os anos em Novembro, junta num mesmo evento atuações de folclore tradicional e expressões artísticas mais modernas.

A **arte** na Guiné-Bissau assume grande importância pelo papel que desempenha na religião e nos ritos animistas, tendo uma relação muito próxima com o sobrenatural, pois permite a comunicação com os Irãs (espíritos) e os antepassados. A arte guineense mais valiosa e mais rara é a arte Bijagó, mas as etnias Nalu, Papel e Manjaca são também conhecidas pelas suas esculturas. Estas esculturas são normalmente máscaras de animais (como tubarões, touros, vacas, hipopótamos) e são usadas durante os ritos ou danças tradicionais. A cestaria, os panos de tear

(pano de pente) e tingidos ou a olaria são também algumas das manifestações culturais típicas da Guiné-Bissau.

A **música** faz parte do quotidiano na Guiné-Bissau, estando muito presente nos momentos duros da lavoura, nos tempos de ócio, em cerimónias como o casamento, de iniciação, batizados ou funerais. O género mais conhecido na Guiné-Bissau é o Gumbé, uma mistura de diversos estilos musicais. Ocorrem durante o ano vários festivais de música, sendo o mais conhecido o Festival de Bubaque que se realiza no fim-de-semana da Páscoa em Bubaque, Arquipélago dos Bijagós, e que reúne ali os melhores músicos da atualidade.

O músico de maior referência na Guiné-Bissau, por ser um símbolo da resistência ao colonialismo e autor dos poemas musicados mais conhecidos, é José Carlos Schwartz, já falecido. Na cena musical contemporânea, podemos referir os Super Mama Djombo, Tabanca Djaz, Dulce Neves, Bidinte, Issabary, Justino Delgado, Kaba Mané, Ramiro Naka, Zé Manel, Karyna Gomes, Eneida Marta, Klim Mota, Atanásio Atchuem, Binhan Quimor, Charbel Pinto, Iragrett Tavares, Manecas Costa, Miguelinho Nsimba, Demba Baldé ou Patche di Rima.

É ainda de salientar três instrumentos musicais característicos da Guiné-Bissau: a **Kora** (instrumento musical

Mandinga, constituído por uma cabaça com adaptação de uma viola, estando a parte aberta forrada com couro de cabra, atravessada de lado a lado por um pau redondo que forma o braço principal do instrumento; este liga-se às 21 cordas que estão dispostas verticalmente); o **Balafon** (xilofone com lamelas de madeira pau-de-sangue dispostas paralelamente sobre 4 suportes de cana de bambu) e a **Tina** (trata-se de um recipiente cilíndrico com água onde se coloca uma cabaça oca virada para baixo a boiar), também conhecida por tambor de água e muito utilizada na música guineense.

Na **literatura**, saliente-se, Amílcar Cabral, poeta e autor de importantes ensaios políticos e discursos nacionalistas; Abdulai Silá (romancista, poeta); Agnelo Regalla (poeta); Carlos-Edmilson Vieira; Tony Tcheka (poeta); Félix Sigá; Helder Proença; Vasco Cabral; António Baticã Ferreira (poeta); Odete Semedo; Julião de Sousa (historiador); Francisco Conduto de Pina; Carlos Lopes; Filinto de Barros ou Saliatu da Costa.

No que respeita aos artistas **plásticos**, podemos destacar Augusto Trigo, Ismael Hipólito Djata, Sidney Cerqueira, Lemos Djata, João Carlos Barros, Anselmo Godinho, Malam Camara, Manuel ou Fernando Júlio.

Na **sétima arte**, mencione-se Flora Gomes, cineasta guineense diversas vezes premiado e reconhecido internacionalmente pelo seu trabalho ou o jovem cineasta Filipe Henriques.

A GUINÉ-BISSAU AO LONGO DO ANO: FESTAS E ACONTECIMENTOS MARCANTES

JANEIRO:

- 01 – Ano Novo
 - 20 – Dia dos Heróis Nacionais
 - 23 – Dia dos Combatentes
 - 30 – Dia da Mulher Guineense | Dia da morte de Titina Silá, heroína da luta da independência do país
-

FEVEREIRO:

Data móvel – Carnaval

MARÇO:

08 – Dia da Mulher

MARÇO/ABRIL:

Data móvel – Páscoa

MAIO:

01 – Dia do Trabalhador

JUNHO/JULHO:

Data móvel – Eid al-Fitr (fim do Ramadão)

AGOSTO:

03 – Dia dos Mártires do Colonialismo
Dia do Massacre do Pidjiguiti

SETEMBRO:

24 – Dia Nacional | Comemoração do dia da Independência

SETEMBRO/ OUTUBRO:

Data móvel – Tabaski | Eid al-Adha ou Festa do Sacrifício

NOVEMBRO:

01 – Dia de Finados

DEZEMBRO:

25 – Natal

A GUINÉ-BISSAU POR REGIÃO E SETORES

30

REGIÃO DE BISSAU



BISSAU

CAPITAL DO PAÍS



Capital do país e do Setor Autónomo de Bissau, Bissau é a maior cidade da Guiné-Bissau. Situada no estuário do Rio Geba, na zona oeste, esta é uma cidade rodeada de bolanhas, tendo o ponto mais alto 39m de altitude. Em 15 de março de 1692, é fundada pelos portugueses a Capitania de Bissau, subordinada a Cacheu que virá a ser extinta em 1707, altura em que se procede à demolição da fortificação que se encontrava em construção. Em 1765, dá-se a construção da Fortaleza da Amura no local do anterior projeto e Bissau assume importância no contexto global do país em termos económicos e comerciais, tendo em consideração o seu porto fortificado. Ainda sob dependência administrativa de Cabo Verde, Bissau assume a condição de capital em duas circunstâncias (1836 e 1915), torna-se a capital da colónia em 1942 e capital da Guiné-Bissau já independente, em setembro de 1974. Na década de 50 do século XX, um plano de urbanização cria o atual Bairro de Bissau Velho, num sistema de ruas desenhadas a régua e esquadro que tinha como eixo central a atual Avenida Amílcar Cabral. Nesta altura, instalaram-se aqui os serviços, o comércio, os portugueses e os europeus residentes na Guiné-Bissau. Em Bissau, as casas são de um ou dois andares e predomina a arquitetura colonial, com ruas direitas e algumas delas ainda com o sistema de toponímia associado a números. Bissau é hoje capital e centro do poder político, administrativo e militar da Guiné-Bissau. Segundo os censos de 2009, tem uma superfície de 77,5 Km² e 387.909 habitantes, embora se creia acolher, na realidade, muitos mais. Aqui coabitam cerca de 20 grupos étnicos diferentes dispersos por vários bairros, extremamente populosos, nas zonas limítrofes do centro histórico da cidade, como Santa Luzia, Antula, Caracol, Bairro da Ajuda, Bairro Militar, Bairro do Quelelé ou Bairro Belém. A etnia Papel é originária desta região.

ELEMENTOS HISTÓRICOS E A VISITAR NA REGIÃO

© STAND UP MEDIA / MIKE MARROQUIM



PRAÇA DOS HERÓIS NACIONAIS

32

REGIÃO DE BISSAU

© AFECTOS.COM.LETRAS



MINISTÉRIO DA JUSTIÇA



FORTALEZA DA AMURA

© AFECTOS COM LETRAS

FORTALEZA DA AMURA (P1) Página 46

O Forte de São José da Amura, mais conhecido como Fortaleza da Amura, fica junto do porto, na parte velha de Bissau. O início da sua construção data de novembro de 1753 conforme a planta do frei Manuel de Vinhais, e sofreu posteriores alterações que foram introduzidas pelo Coronel Manuel Germano da Mota, em 1765. A Fortaleza foi sofrendo algumas obras de reconstrução ao longo dos tempos, as últimas das quais no início dos anos 70 do século XX, sob a responsabilidade do Arquiteto Luís Benavente. Desde a independência do país, em 1974, a Fortaleza passou a ser ocupada pelas Forças Armadas Guineenses, estando ali instalado o Estado-Maior das Forças Armadas da Guiné-Bissau. Trata-se de um forte quadrangular abaluartado, com forma regular, construído em cantaria, com 38 canhoiras e rodeado de um profundo fosso.

A Fortaleza encontra-se em avançado estado de degradação com alguns dos edifícios já em ruínas, mas justi-

fica a deslocação, podendo visitar-se o mausoléu do Pai da Nação, Amílcar Cabral, cujos restos mortais foram aqui depositados em 1975. Ao lado, há um memorial aos Heróis da Pátria, encontrando-se ali os túmulos dos ex-combatentes da luta pela independência Titina Silá, Francisco Mendes, Osvaldo Vieira e Pansau na Isna. Mais recentemente foram ali sepultados os ex-Presidentes da República Malam Bacai Sanhá e Kumba Ialá. Na Fortaleza da Amura, também se encontra o carro em que Amílcar Cabral se fazia transportar quando foi assassinado e o contentor de onde emitia a Rádio Libertação, a partir da Guiné Conacri para a Guiné-Bissau. A visita à Fortaleza da Amura deve ser precedida de um pedido formalizado por escrito para entrar nas instalações, dado que se trata de uma zona militar de acesso restrito.



BISSAU VELHO

© AFECTOS COM LETRAS

BAIRRO DE BISSAU VELHO (P2) Página 46

Junto ao porto, este bairro encontra-se atualmente num avançado estado de degradação, mas justifica-se um passeio a pé para apreciar as fachadas e a arquitetura predominantemente colonial. Este quarteirão de ruas retilíneas acomoda hoje a Casa dos Direitos, antiga primeira esquadra da polícia e prisão transformada na sede da Liga Guineense dos Direitos Humanos e de outras ONG. A Casa dos Direitos é um espaço de encontro e de trabalho, com uma biblioteca, um centro de recursos e sala de exposições e debates, aberto também a outras iniciativas. Aqui, pode-se visitar uma exposição permanente de fotografia sobre a transformação da prisão em centro de luta para a proteção dos direitos humanos. No mesmo bairro, encontramos o Supre-

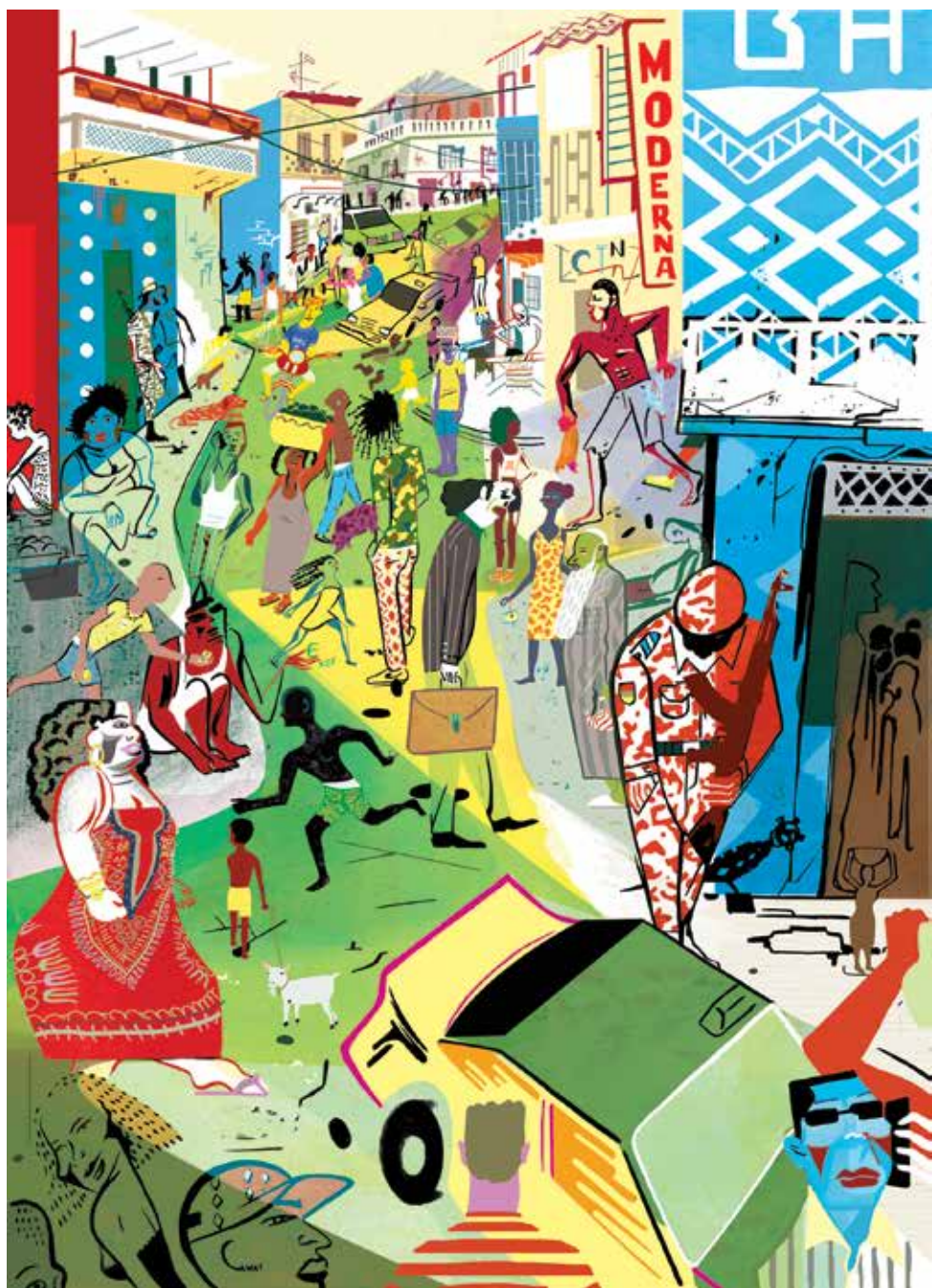
mo Tribunal, alguns bancos, serviços e comércio. As casas são na sua maioria de dois andares com um rés do chão de pé alto, onde habitualmente se situava a loja ou armazém e um primeiro andar que servia de habitação. A Avenida 3 de agosto permite ter uma agradável vista do estuário do rio Geba, do porto, assim como do Ilhéu do Rei, mesmo em frente a Bissau, apesar de degradada e frequentemente cheia de veículos de transportes pesados ali estacionados a aguardar autorização de entrada no porto para carga ou descarga. As águas do Geba acumulam muito lixo e o cheiro é por vezes desagradável, mas apesar de tudo, compensa pela vista.

PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA



© MARTA GAZZURELLI

Título:	OBSERVATÓRIO DOS DIREITOS - Casa dos Direitos
Parceiros implementadores:	Liga Guineense dos Direitos Humanos (LGDH), em parceria com a Associação para a Cooperação entre os Povos (ACEP) e o Centro de Estudos sobre África e do Desenvolvimento (CESA)
Contribuição UE:	300 000 EUR
Período:	2013 - 2017
Região:	Nacional
Descrição:	<p>Este projeto contribuiu para desenvolver uma cultura dos Direitos Humanos na Guiné-Bissau, favorecendo a ação cívica e o respeito efetivo dos direitos. Para melhorar o nível de conhecimento e de monitoramento dos Direitos Humanos na Guiné-Bissau, foi criado o Observatório dos Direitos, que funciona em Bissau, na Casa dos Direitos. Para além da realização de campanhas de sensibilização e advocacia sobre os direitos humanos, foi produzido um Diagnóstico das competências específicas das Organizações da sociedade civil que trabalham nesta área; e o Observatório publicou três relatórios anuais de indicadores de direitos humanos, "Observando Direitos na Guiné-Bissau - Educação, Saúde, Habitação, Água, Energia, Justiça", que contém informação recolhida sobre os vários setores em todas as regiões do país.</p> <p>Mais informações: www.observatoriodireitos-guinebissau.blogspot.com www.casadosdireitos-guinebissau.blogspot.com</p>





VISTA DE BISSAU VELHO A PARTIR DO PORTO

© AFECTOS COM LETRAS

37

PORTO DO PIDJIGUITI (P3) Página 46

O porto do Pidjiguiti merece uma visita pela animação matinal, um borbulhar de sons, cheiros e cores. As pirogas chegam diariamente com o pescado, que é ali vendido, no pequeno mercado a funcionar no pontão entre frutas, legumes e mulheres a apregoar o peixe e o marisco. O porto tem igualmente atividade de comércio e transporte internacional com chegadas e partidas de porta-contentores. Na entrada do porto, encontram-se dois monumentos aos mártires do massacre de 3 de agosto de 1959. Neste dia, no decorrer de uma greve dos estivadores e marinheiros do porto de Bissau, a repressão exercida pelas autoridades coloniais resultou numa tragédia com 50 mortos (número nunca apurado) e mais

de 100 feridos. Este acontecimento, conhecido por Massacre do Pidjiguiti, ainda hoje é recordado como um dos momentos mais marcantes da luta de libertação da Guiné-Bissau, sendo o dia 3 de agosto feriado nacional. No largo em frente ao porto, encontramos uma grande escultura de um punho negro, a "**Mão de Timba**"^{P4}. Neste largo, agora recuperado, foi instalado um parque infantil e estão expostas numa das paredes algumas imagens evocativas ao massacre. Em frente à entrada do porto do Pidjiguiti, encontra-se um **busto de Amílcar Cabral**^{P5} e, ao lado esquerdo, pode ver-se um outro memorial que relembra o massacre.



VISTA DA FÁBRICA DO ILHÉU DO REI

© AFECTOS COM LETRAS

ILHÉU DO REI (P6) Página 46

Este Ilhéu encontra-se mesmo em frente do porto de Bissau. Para aqui chegar deverá apanhar-se uma piroga no pequeno porto atrás da Alfândega e fazer uma viagem de 10 minutos até ao destino. O preço da viagem deve ser negociado antes da partida, mas uma viagem de ida e volta em piroga sem outros clientes, a preço de 2016, não deve ultrapassar os 7500 Francos CFA. No Ilhéu do Rei, encontra-se uma construção em avançado estado de degradação, daquela que foi uma unidade industrial de excelência na segunda metade do século XX. Aqui descascava-se a mancarra (amendoim), produzia-se óleo de amendoim, óleo de palma, descascava-se o arroz e, com as cascas e desperdícios, produ-

zia-se a energia que alimentava a ilha. Os produtos aqui transformados eram escoados por via marítima para outros pontos da Guiné-Bissau e para exportação. Hoje, restam as ruínas e um encarregado da fábrica que guia os raros visitantes por carreiros reconquistados pelas ervas altas e mostra a Tabanca dos que ali ficaram após o encerramento da fábrica.

É uma Tabanca muito pobre que vive essencialmente da seca do Bagre (peixe) que as mulheres vão vender diariamente a Bissau. Esta tabanca é constituída por uma enorme multiplicidade étnica, que se deve ao facto de ser uma comunidade criada com base na classe operária recrutada para trabalhar na unidade fabril.



© AFECTOS COM LETRAS

AVENIDA AMILCAR CABRAL (P7) Página 46

Uma das principais artérias da cidade, que começa no porto do Pidjiguiti e termina no Palácio Presidencial, pede um passeio a pé para melhor apreciar a arquitetura predominante. Saindo do porto, encontramos do lado direito o Ministério da Justiça, um edifício de arquitetura de inspiração greco-latina, seguido da antiga pensão da Dona Berta, composta por uma varanda ampla com elementos de ferro, uma obra inspirada em Gustave Eiffel. Ainda do lado direito encontramos a Sé Catedral de Bissau, uma obra de 1945 da autoria do Arquiteto João Simões e os antigos armazéns Nunes e Irmão, hoje o Hotel Coimbra & SPA. Em frente à Catedral, o edifício dos Correios da Guiné-Bissau, uma obra de 1955 e, mais à frente e de novo do lado direito, a antiga sede da União Desportiva Internacional de Bissau (UDIB) e outrora o cinema da cidade.

PRAÇA DOS HERÓIS NACIONAIS (P8) Página 46

Nesta praça, ponto nevrálgico da cidade, encontramos, em plena rotunda, um coreto e um monumento erigido em 1941. O Palácio Presidencial, uma obra originalmente delineada em 1945, na então Guiné Portuguesa, foi recentemente reconstruído depois de ter sido bombardeado e ter ficado fortemente danificado na guerra iniciada a 7 de junho de 1998. É atualmente a residência oficial do Presidente da República. O edifício que se encontra ao lado direito do Palácio, também nesta praça, é a antiga Associação Comercial, Industrial e Agrícola de Bissau, uma construção majestosa desenhada por Jorge Chaves no final dos anos de 1940. É agora a sede do PAIGC, partido político da Guiné-Bissau. Do lado esquerdo do Palácio, encontra-se o Museu Etnográfico Nacional de Bissau. A Praça enche-se aos fins de semana com famílias a passear, crianças a brincar, jovens casais a namorar nos bancos de jardim, atividades lúdicas e funciona também como ponto de encontro dos jovens entusiastas da utilização gratuita de Wi-fi, ali recentemente disponibilizada.





PALÁCIO COLINAS DE BOÉ

© AFECTOS COM LETRAS

SAINDO DO CENTRO

OUTROS BAIROS Ver mapa da página 46

Saindo um pouco do centro da cidade antiga, encontramos a **rotunda Che Guevara** ^(P9) onde fica o Centro Cultural Francês. O **Mercado Municipal** ^(P10) situa-se na rua Vitorino Costa e está a funcionar em instalações provisórias depois do incêndio que em 2006 destruiu o Mercado da Cidade. O **Estádio Lino Correia**, de 1946, encontra-se na Avenida Francisco Mendes ^(P11), o **Centro Cultural Português** ^(P12) na Avenida Cidade de Lisboa e o **Edifício da Meteorologia**, uma obra projetada por Lucínio Cruz em 1952, está situado na rua do Brasil ^(P13). O **Palácio Colinas de**

Boé ^(P14), sede da Assembleia Nacional Popular, também conhecido por Palácio do Povo e construído em 2005, fica ao lado do **Centro Cultural Brasileiro** ^(P15). É logo seguido da **Mãe de Água** ^(P16), rotunda onde se encontra o reservatório de água, de 1947, que abastecia a cidade de Bissau e que funciona hoje como um centro nevrálgico de circulação de toca-tocas, de difusão de campanhas eleitorais e cartazes informativos de tudo o que se passa em Bissau.

MERCADO DO BANDIM ^(P17) Página 46

Na Mãe de Água, começa o maior mercado de rua da Guiné-Bissau, o Mercado do Bandim. Este mercado, que remonta a 1960, ocupa lojas e armazéns de um lado e do outro da Avenida e cada centímetro de chão é usado por vendedores de tudo o que se possa imaginar:

frutas, legumes, eletrodomésticos, medicamentos, roupas, panaria tradicional, sapatos, drogaria, ferramentas, marroquinaria, carne, peixe, cereais, enfim, o que procura, encontrará com certeza no mercado do Bandim.



PALÁCIO DO GOVERNO

© AFECTOS COM LETRAS

AVENIDA DOS COMBATENTES DA LIBERDADE DA PÁTRIA (P18) Página 46

Na avenida que nos leva até ao aeroporto, uma distância de 7,5 quilómetros, começamos a entrar nos bairros periféricos e extremamente populosos de Bissau como o Bairro da Ajuda, o Bairro Militar ou o Bairro do Quelelé. Sem se sair da avenida de duas faixas de cada lado (muitas vezes três!), e já depois de passar a Rotunda da Chapa de Bissau, encontra-se do lado direito a Grande Mesquita de Bissau. Mais à frente, do lado esquerdo, a Embaixada da União Europeia e de alguns países, a sede do BCEAO (Banco Central dos Estados da África Ocidental), o Palácio da Justiça e o complexo que acolhe o gabinete do Primeiro-Ministro e alguns dos ministérios governamentais –

a *Primatura*. Chegando ao Aeroporto Internacional Osvaldo Vieira, encontra-se uma estátua de Amílcar Cabral numa larga rotunda - espaço muito frequentado aos fins de semana para atividades desportivas, pelos jovens da capital.

A Volta de São Paulo, uma estrada que foi recentemente recuperada e que funciona como uma circular externa para chegar à cidade, permite ter uma bonita vista das bolanhas que existem nas franjas de Bissau, passar pelo populoso Bairro de Antula e chegar por fim à Alfândega e à parte velha da Capital.

PROJETOS FINANCIADOS PELA UNIÃO EUROPEIA

Título:	PARQUE EUROPA – LAGOA N’BATONHA – projeto “Kau di catchu ku kau di pecadur”
Parceiros implementadores:	Monte-ACE, em parceria com Câmara Municipal de Bissau
Contribuição UE:	386 008 EUR
Período:	2015 - 2017
Região:	Bissau
Descrição:	<p>Situado entre o Hotel Ancar e a Marinha, o Parque reabilita uma zona húmida urbana que estava fortemente degradada no coração da cidade de Bissau. O Parque tem duas áreas distintas: uma área de natureza, vocacionada para a conservação da biodiversidade, sensibilização e educação ambiental; e outra de lazer, incluindo observatórios da fauna e da flora locais, circuitos para passeio e prática de exercício físico, um parque infantil e uma cafetaria. O projeto pretende contribuir para aumentar o conhecimento sobre a importância dos recursos naturais e da biodiversidade, incentivando a sua boa gestão e conservação, além de oferecer à população de Bissau um espaço de lazer.</p> <p>Mais informações: www.cmbissau.com/parque-nbatonha</p>

Título:	NO CULTURA I NO RIQUEZA – Promoção da Economia Criativa
Parceiros implementadores:	ADPP-GB, em parceria com Universidade de Girona, Grupo Cultural Netos de Bandim e Associação Cultural Ussufoal
Contribuição UE:	692 000 EUR
Período:	2016 - 2020
Região:	Bissau
Descrição:	<p>O projeto promove o setor cultural como vetor de crescimento económico da Guiné-Bissau. Os artistas, formados e profissionalizados no âmbito do projeto, organizarão atividades culturais nas diferentes áreas (artesanato, teatro, dança, pintura, culinária tradicional, canto) nos Centros Culturais de Bairro construídos ou reabilitados em vários lugares da cidade de Bissau. Uma plataforma virtual irá apoiar a projeção dos artistas e da rede de colaboração a nível internacional e regional.</p> <p>Mais informações: www.gbnoculturainorriqueza.com</p>

PROJETOS FINANCIADOS PELA UNIÃO EUROPEIA

Título:	CULTURA I NÔ BALUR – Uma estratégia de Educação para a Cultura na Guiné-Bissau
Parceiros implementadores:	FEC - Fundação Fé e Cooperação, em parceria com Faculdade de Ciências de Educação da Universidade Católica Guiné-Bissau, Instituto de Educação de Universidade de Lisboa, Associação Afectos com Letras, Associação de Escritores da Guiné-Bissau e ENGIM ONG
Contribuição UE:	700 000 EUR
Período:	2016 – 2020
Região:	Nacional, com enfoque em Bissau, Biombo e capitais regionais de Bafatá, Gabú, Oio, Cacheu, Tombali e Quinara
Descrição:	<p>O projeto visa promover o património cultural guineense, favorecendo o acesso da população a bens e serviços culturais. Entre várias actividades, serão organizadas formações para artesãos para melhorar as técnicas de artesanato com a utilização de produtos locais (madeira, panos, lata); e serão produzidos três livros de histórias e um CD de música infantil relacionados com a cultura guineense. O projeto apoiará a criação de um Centro de Estudos de Educação e Cultura da Criança Guineense, com fins pedagógicos e lúdicos, bem como a realização de feiras de artesanato e feiras do livro, incluindo uma biblioteca itinerante.</p> <p>Todos os produtos estarão disponíveis no Centro Artístico Juvenil e na Universidade Católica da Guiné-Bissau, em Bissau.</p> <p>Mais informações:</p> <ul style="list-style-type: none">- Gestão do projeto da FEC em Bissau: tel. (+245) 966 965 722- Centro Artístico Juvenil de Bissau: tel. (+245) 955 555 336- Página Facebook de promoção dos artesãos : www.facebook.com/Arguib/- Página da Universidade Católica da Guiné-Bissau: www.ucgb.gw



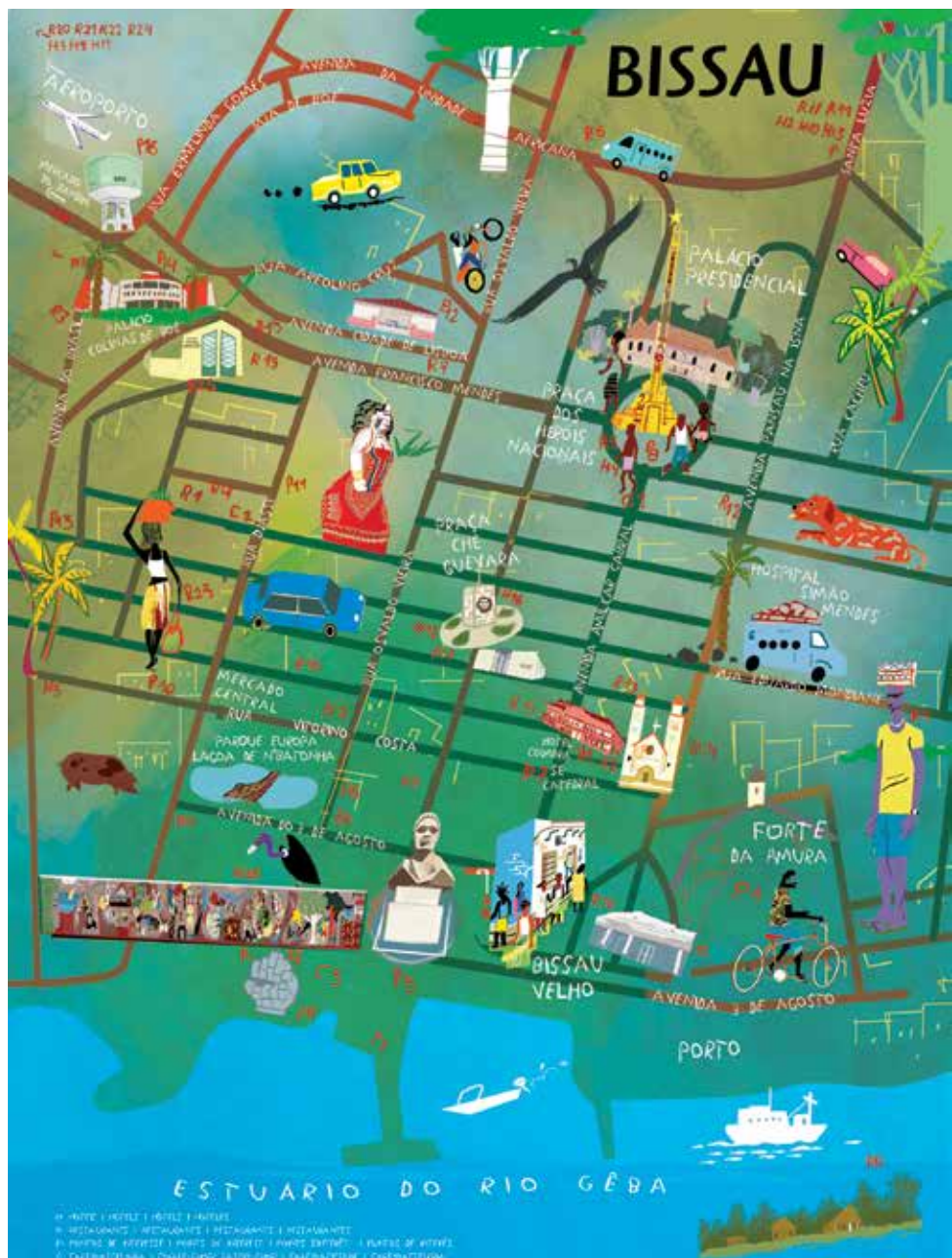
© AFECTOS COM LETRAS

45

REGIÃO DE BISSAU

TRADIÇÕES

O Carnaval é uma festa de grande tradição na Guiné-Bissau e, muito particularmente, em Bissau. A vida da cidade paralisa durante três dias para ver desfilarem grupos de todo o país e de todas as etnias. É um fenómeno etnográfico de grande significado, em que todas as tradições mais enraizadas saem à rua para se mostrar e desfilarem orgulhosamente nas avenidas de Bissau, participando no concurso organizado pelas autoridades locais.





ONDE COMER

Em Bissau há vários restaurantes com uma grande variedade de cozinha e de qualidade. Indicamos aqui os restaurantes que aconselhamos

A PADEIRA AFRICANA R1

Rua M. N' Guabi, 30A – cozinha internacional e guineense. Conhecido pelos pratos tradicionais portugueses.
Tel.: (+245) 955 681 577

COIMBRA R2

Avenida Amílcar Cabral – cozinha internacional e guineense em regime de buffet. Pratos vegetarianos.
Tel.: (+245) 966 568 526

DOM BIFANAS R3

Avenida do Brasil, junto à Mãe de Água – cozinha internacional e guineense, com toque *gourmet*.
Tel.: (+245) 966 604 312

HUGOS R4

Rua de Angola - Conhecido pelos grelhados, cozinha portuguesa e guineense.
Tel.: (+245) 966 558 025

IMPÉRIO R5

Hotel Império, último piso. Praça dos Heróis Nacionais - comida portuguesa e comida internacional.
Tel.: (+245) 956 001 212
| 969 004 848

COQUEIROS R6

Avenida Unidade Africana, perto dos Bombeiros. Churrasco, comida portuguesa. Petiscos. Música ao vivo.
Tel.: (+245) 966 202 175

PAPA LOCA R7

Avenida Francisco Mendes – cozinha internacional e guineense. Conhecido pelo frango de churrasco.
Tel.: (+245) 955 507 020

HOTEL ANCAR R8

Rua Osvaldo Vieira, 10 – cozinha internacional.
Tel.: (+245) 955 804 547

BISTRO R9

Rua Eng.º José Guedes Quinhones – cozinha internacional, pizzeiras e pizzas em forno de lenha. Menu de cervejas belgas.
Tel.: (+245) 969 253 058
| 955 621 144
E-mail: restbistro@gmail.com

TAMAR R10

Rua 12 de setembro – cozinha guineense. Música ao vivo aos fins de semana, com serviço de esplanada. Em Bissau Velho.
Tel.: (+245) 966 602 304

O QUINTAL R11

Av. Pansau na Isna, perto do mercado artesanal Coqueiros – cozinha internacional e guineense. Música ao vivo aos fins de semana.
Tel.: (+245) 955 963 930

ALI BABA R12

Av. Pansau na Isna – churrasco e comida libanesa
Tel.: (+245) 966 610 000

O PORTO R13

Rua Severino Gomes de Pina – cozinha internacional e guineense. Conhecido pelos pratos de peixe.
Tel.: (+245) 966 624 632

DAR SALAM R14

Rua Severino Gomes de Pina – cozinha guineense, senegalesa.
Tel.: (+245) 955 525 220

AL AMIR R15

Avenida Francisco Mendes - Pizzaria, comida libanesa.
Tel.: (+245) 955 544 449

LAROSA R16

Junto do Hotel Malaika - Comida libanesa. Peixe grelhado.
Tel.: (+245) 966 974 488

KALLISTE R17

Avenida Domingos Ramos. Cozinha internacional e guineense. Pizzas.
Tel.: (+245) 955 124 953

GUINÉ DOCE - CAFÉ RESTAURANTE R18

Rua A Mbana, Bissau Velho.
Tel.: (+245) 966 148 352

DONA FERNANDA R19

Santa Luzia – cozinha guineense. Conhecido pela Bica grelhada, espetadinhas e galinha de cafriela.
Tel.: (+245) 966 795 000

RODAS NO AR R20

Aeroporto Osvaldo Vieira – cozinha internacional e guineense. Serviço de *buffet* ao almoço.
Tel.: (+245) 966 239 386

ALMAGUI R21

Avenida dos Combatentes da Liberdade da Pátria – Cozinha guineense e portuguesa.
Tel.: (+245) 966 611 094

A COZINHA DA TERRA R22

Avenida Caetano Semedo, Las Palmeras, Belém - cozinha tradicional guineense por encomenda e produtos da terra. Serviço de *catering*.
Tel.: (+245) 966 616 799

SENEGALESA R23

Rua Eduardo Mondlane (perto do cruzamento com a Rua Djassi) – comida senegalesa e guineense. Conhecida pelos pratos de peixe.
Tel.: (+245) 966 661 919

MACHADO R24

Av. Combatentes da Liberdade da Pátria
Tel.: (+245) 966 613 827

CONTENTOR A MANGUEIRA R25

Rua de S. Tomé (por trás do Centro Cultural Brasileiro) – bar-esplanada com refeições. Marisco e ostras ao fim de semana.
Tel.: (+245) 955 803 748 | 966 674 877

OÁSIS R26

Perto do largo do porto e da “Mão de Timba”, na esquina da Marinha – comida portuguesa e guineense.
Tel.: (+245) 955 289 669 | 966 702 188

NA TÁBUA R27

Largo do porto, atrás da “Mão de Timba” – especialidade carnes grelhadas e marisco.
Tel.: (+245) 966 306 283

**PASTELARIAS
E CAFÉS****CAFÉ-PASTELARIA IMPÉRIO C1**

Praça dos Heróis Nacionais

PONTO DE ENCONTRO C2

Rua M. N' Guabi

KAIS C3

Largo do Pidjiguiti

**ONDE DORMIR**

A cidade de Bissau é servida por vários hotéis com preços adaptados a todas as bolsas. Na Guiné-Bissau não está regulamentada a classificação hoteleira, pelo que não damos aqui qualquer qualificação.

**HOTEL COIMBRA
& SPA H1**

Avenida Amílcar Cabral
Tel.: (+245) 966 568 526
E-mail: contacto.bxo@gmail.com

Quartos com ar condicionado e minibar, luz e água 24h/dia, spa, ginásio, livraria, bar, restaurante, internet, serviço de lavanderia e loja de artesanato. Serviço de transporte para o aeroporto. No centro da cidade, ao lado da Sé Catedral.

HOTEL AZALAI 24 DE SETEMBRO H2

Avenida Pansau na Isna, Santa Luzia
Tel.: (+245) 955 803 000 | 955 803 004
Página: www.azalaihoteles.com
E-mail: 24desetembro@azalaihoteles.com

Quartos com ar condicionado e minibar, luz e água 24h/dia, internet, serviço de lavanderia, piscina, jardim. Bar. Serviço de transporte para o aeroporto. A 5 minutos do centro da cidade.

HOTEL LEDGER PLAZA H3

Avenida Combatentes Liberdade da Pátria, 107
Tel.: (+245) 955 577 007
E-mail : reservations.ledgerbissau@laicohotels.com

Quartos com ar condicionado, TV por satélite, secador de cabelo, produtos de higiene pessoal gratuitos, luz e água 24h/dia. Piscina exterior, parque infantil, campo de ténis. Bar. Parque de estacionamento. Serviço de transporte para aeroporto.

HOTEL IMPÉRIO H4

Praça dos Heróis Nacionais, nº1
Tel.: (+245) 956 001 212 | 969 004 848
E-mail: info@hotelimperio.net
| reservas@hotelimperio.net

Quartos com ar condicionado, TV por satélite, secador de cabelo, produtos de higiene pessoal gratuitos, luz e água 24h/dia. Serviço de transporte para aeroporto.

HOTEL TERRAÇOS DE RUBY H5

Rua Vitorino Costa, nº 28/29
Tel.: (+245) 955 381 537
Quartos com ar condicionado e wi-fi gratuito.
Piscina exterior e bar.

HOTEL ANCAR H6

Rua Osvaldo Vieira, 10
Tel.: (+245) 955 804 547
Hotel com ar condicionado, luz e água 24h/dia, internet, bar e restaurante. Serviço de transporte para o aeroporto. No centro da cidade.

HOTEL MALAIKA H7

Rua Osvaldo Vieira
Tel.: (+245) 966 710 010
Quartos com ar condicionado, minibar, luz e água 24h/dia, internet. Serviço de transporte para o aeroporto. No centro da cidade.

APARTHOTEL SOLMAR H8

Rua Vitorino Costa
Tel.: (+245) 955 804 547
Hotel com ar condicionado, mini bar, luz e água 24h/dia, internet. Serviço de transporte para o ae-

roporto. No centro da cidade.
HOTEL LISBOA-BISSAU H9

Avenida dos Combatentes da Liberdade da Pátria
E-mail: hotellisboabissau@hotmail.com

Hotel com ar condicionado, luz e água 24h/dia, internet, piscina. Serviço de transporte para o aeroporto. A 15 minutos do centro da cidade.

HOTEL BASSAMAR H10

Avenida Pansau na Isna, Santa Luzia
E-mail: hotelbassamar@gmail.com
Quartos com ar condicionado e mini bar, internet, bar e restaurante. Serviço de transporte para o aeroporto. A 5 minutos do centro da cidade.

RESIDENCIAL ALMAGUI H11

Avenida dos Combatentes da Liberdade da Pátria
Tel.: (+245) 966 611 094
Quartos com ar condicionado, piscina, serviço de lavandaria. A 20 minutos do centro da cidade, perto do aeroporto.

HOTEL KALLISTE H12

Avenida Domingos Ramos
Tel. (+245) 966 765 662

APARTHOTEL LOBATO H13

Avenida Pansau na Isna, 29
Tel.: (+245) 955 951 063
Email: olgalobato5@hotmail.com

APARTHOTEL JORDANI H14

Avenida Pansau na Isna
Tel.: (+245) 955 830 605

APARTHOTEL TAMAR H15

Rua 12 de Setembro
Tel.: (+245) 966 602 926

PENSÃO CREOLA H16

Avenida Domingos Ramos
Tel.: (+245) 966 633 031
Quartos com ventoinha e maior parte com WC partilhado, serviços básicos.



SAIR À NOITE:

A vida noturna em Bissau é muito agitada. Há sempre uma opção para ouvir música ao vivo ou dançar ao som dos ritmos quentes africanos.

INSÓNIAS

Bar. Rua Maria Unguambe. Aberto de quinta-feira a domingo. Música e ambiente internacionais.

KAIPIRINHA

Bar. Av. Amílcar Cabral. Encerra ao domingo. Esplanada com ambiente variado, música africana, frequentado por guineenses e internacionais.

X CLUB

Bar. Rua Osvaldo Vieira. Música e ambiente internacionais. Aberto de quarta-feira a domingo.

BALAFON

Bar. Avenida Domingos Ramos. Aberto todos os dias. Música e ambiente internacionais.

A GARAGEM

Bar conhecido pelo Gin Tónico. Rua de Cabo Verde. Frequentado por guineenses e internacionais.

TABANKA

Discoteca. Rua Justino Lopes. Aberta de quinta-feira a domingo. Música guineense e africana. Frequentada por guineenses e internacionais.

SABURA

Discoteca. Rua Ermelinda Gomes. Aberta todos os dias. Música guineense e africana. Discoteca frequentada por guineenses e internacionais.

KINGS CLUB

Restaurante, bar, discoteca. Bairro da Ajuda. Aberto aos fins de semana, com música a vivo.

BAMBU

Discoteca. Bairro da Penha, Avenida dos Combatentes da Liberdade da Pátria. Aberta todos os dias. Música guineense e africana. Frequentada essencialmente por guineenses.

BOMBOLOM CLUB

Bairro de Ajuda ao lado da discoteca Sonhos.





© AFECTOS.COM/LETRAS



TRANSPORTES

Em Bissau há centenas de táxis em permanente circulação, basta levantar o braço e eles imediatamente encostam para poder entrar. As viagens são partilhadas, os táxis vão parando até encher com pessoas que seguem no mesmo sentido. Os preços são muito baixos (entre 250 Francos CFA e 500 Francos CFA, para percursos na cidade). Uma outra alternativa durante o dia são os "toca-toca", carrinhas de transporte público que ligam os vários bairros da cidade à Mãe de Água, junto ao Palácio Colinas de Boé e à zona do Matadouro de Bissau ou os novos autocarros verdes de transporte urbano, que fazem a ligação entre os diversos bairros da cidade de Bissau e localidades circundantes.



ARTESANATO

Poderá ser encontrado no Mercado dos Coqueiros, o mercado artesanal, provisoriamente instalado no cruzamento da Avenida Pansau na Isna com a Avenida da Unidade Africana. Também se produz e vende artesanato no Centro Artístico Juvenil que fica na estrada que liga Bissau ao Aeroporto, junto da Chapa, onde os jovens trabalham a madeira à nossa vista e as peças são todas originais e numeradas. Para quem procurar artesanato de todo o país, a loja "Cabaz di Terra", na Rua Vitorino Costa, tem uma grande variedade de artesanato guineense. Ao lado da Catedral, há também artesanato à venda na rua, mas parte dele acaba por ser de origem senegalesa e de outros países africanos. Outros produtos artesanais locais como mel, arroz, compotas, sal, entre outros, encontram-se à venda na loja "Sabores da Tabanca" na Rua Guerra Mendes perto do porto, em Bissau Velho; na "Lojinha da Terra", da Tiniguena, no Bairro de Belém, bem como em alguns mini-mercados da cidade.

POSTO DE TURISMO

No aeroporto existem dois balcões de informação turística (nas chegadas e nas partidas) e dois balcões de informação turística no centro da cidade: junto do Hotel Malaika e na Praça dos Heróis Nacionais, ao lado da sede da TAP. Outra alternativa é a consulta das páginas do Ministério do Turismo e do Artesanato da Guiné-Bissau: www.discoverbijagos.org e www.discoverybijagos.com.





REGIÃO DE BIOMBO

Esta região, a segunda mais pequena do país, é também denominada "*Tchon di Pepel*" pela predominância da etnia Papel. Poderá dizer-se que Biombo é uma das regiões mais ricas em termos de manifestações culturais ancestrais e de tradições animistas, em parte também pelo facto de várias etnias - Balanta, Mancanha, Manjaca, Fula, Mandinga, Bijagós e Beafadas - estarem representadas nesta região.

A proximidade do mar e do rio Mansôa têm grande influência na paisagem, ditando as variações territoriais conforme as marés. É uma região conhecida pelas extensas áreas de mangais, tornando-a num dos locais preferidos para apanhar e degustar ostras. A zona de mangal é, por natureza, uma zona de confluência de aves que procuram estas águas em época migratória. As bolanhas e algumas praias, a floresta de palmar, as savanas, as plantações de caju e de cana-de-açúcar completam a paisagem de Biombo. A região é ainda abastada em produtos tradicionais, posteriormente comercializados em Bissau: a produção de cana, de vinho e de óleo de palma, de caju seco ou destilado em vinho, a ferraria ou a tecelagem.



QUINHAMEL

QUINHAMEL

Quinhamel é uma vila a 37 Km de Bisau, capital da região de Biombo e com 43 000 habitantes. A estrada para aqui chegar, a partir da capital, está em bom estado e permite usufruir de bonitas paisagens de mangal, de bolanhas e de cajueiros. Chegados ao centro da povoação, o mercado de rua enche por completo as bermas da estrada e, por vezes, a própria estrada. A praça principal é ampla e ponto de concentração de jovens e famílias que se passeiam distraidamente. Junto desta praça e tomando a picada que fica à esquerda segue-se um caminho cercado de poilões centenários que nos leva até às margens do rio Mansôa, onde se pode tomar um banho refrescante ou simplesmente contemplar os homens na

pesca, as mulheres na apanha das ostras ou as crianças a brincar na água. A etnia Papel, fortemente animista, tem uma relação muito estreita com a natureza e tem nas balobas os locais sagrados por excelência. É possível conhecer de perto alguns destes santuários e aperceber-se de algum Irã ou artefacto ali existente, a assinalar o local. Esta região convida a caminhadas ou *trekking* pelos circuitos adjacentes aos braços de mar e rios. Aconselhamos roupa e sapatos confortáveis e água engarrafada de reserva.

ELEMENTOS HISTÓRICOS E A VISITAR NA REGIÃO



FÁBRICA DE TECELAGEM DO PANO DE PENTE

A Artissal, uma ONG que se encontra à entrada de Quinhamel, tem como objetivo a formação e promoção da cultura regional e a produção e exportação de produtos tradicionais da região, nomeadamente dos panos pente. Estes panos transportam consigo muita simbologia. Apenas os homens da etnia Papel são os tecelões que aprenderam a arte com seus pais ou tios. Os panos continuam a ser produzidos com os mesmos métodos tradicionais e nos mesmos teares, que também têm um caráter sagrado, podendo ser utilizados em rituais para a cura de algumas doenças. A tecelagem é considerada uma atividade sagrada e o uso destes panos é atualmente símbolo de estatuto social. A oferta de um pano pente deverá ser considerada uma honra. Generalizou-se ainda o uso destes panos em cerimónias e rituais mas primordialmente eram utilizados apenas em cerimónias fúnebres, por serem peças raras e de grande valor. Na sede da Artissal é possível visitar os ateliers onde os artesãos trabalham os panos e a tradição é passada conforme as regras ancestrais: de pai para filho ou de tio para sobrinho.

MUSEU PAPEL

Neste complexo da Artissal, é igualmente possível visitar um pequeno museu que exhibe objetos e passagens da cultura da etnia Papel.

DESTILARIA DO MANUEL PORTUGUÊS

Seguindo na estrada de terra batida que dá acesso à sede da ONG Artissal, encontramos a destilaria de um português, há dezenas de anos radicado na Guiné-Bissau, que produz ainda com métodos artesanais, mas em grande escala, aguardente de cana, aguardente de caju ou aguardente de mel.

Este local funciona todo o ano, dependendo a produção da matéria-prima típica da época e é possível acompanhar todas as fases de produção, segundo um método totalmente artesanal. A cana é plantada e colhida nos campos junto à destilaria, e as mulheres fazem a extração do caldo na moagem. O mosto que daqui resulta passa depois por um processo de fermentação alcoólica, que dependerá da quantidade de açúcar adicionado ao caldo e sai do alambique para as tinas, onde é armazenado antes de ser engarrafado. Vale a pena uma visita a este espaço.

Título:	MULHERES+ - Valorização inclusiva e solidária da cultura guineense
Parceiros implementadores:	Cabaz di Terra, em parceria com CIDAC
Contribuição UE:	457 129 EUR
Período:	2016 - 2018
Região:	Bissau
Descrição:	<p>A cultura da criação artística e da valorização económica da tecelagem tradicional guineense estão na base do projeto, que pretende apoiar a emancipação das mulheres e a melhoria da qualidade de vida das suas famílias e comunidades.</p> <p>Está prevista a abertura de uma loja/centro de tecelagem em Bissalanca, na estrada do aeroporto para Quinhamel</p> <p>Mais informações: cabazditerra@gmail.com</p>





© CABAZ DI TERRA

ARTISSAL - PANO DE PENTE



ONDE DORMIR

COMPLEXO 7 DJORSON ARTISSAL

Tel.: +245 955 124 953
Quinhamel.

HOTEL MAR AZUL

Tel.: (+245) 955122508
| 966760990

E-mail: tonyferrage@hotmail.com

Hotel e restaurante que tem como especialidade ostras, peixe grelhado e pratos africanos. Piscina e banhos no rio.



ONDE COMER

ESPLANADA OMA Y

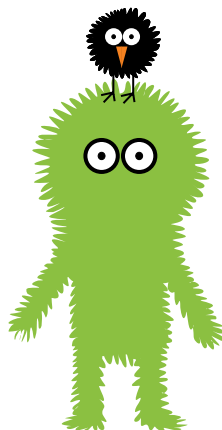
Tel.: (+245) 955 532 974

Serviço de *buffet* com tudo incluído. O preço é fixo e inclui ostras como especialidade num bonito cenário à beira rio. Aberto aos fins de semana e feriados. É necessário reservar.

NELSON

Tel.: (+245) 966 672 839

Especialidade de ostras, num ambiente pitoresco à beira rio. Aberto aos fins de semana e feriados. É necessário reservar.



INDUM-MAR

Tel.: (+245) 955 804 195
| 966 621 750

Restaurante à beira-rio.

BIOMBO

Seguindo sempre em frente depois da vila de Quinhamel, por uma estrada de terra batida durante cerca de uma hora e passando pelo Reino de Tôr, chega-se a uma praia que nada tem de extraordinário, mas a viagem vale a pena pela paisagem que borda a estrada: pequenas tabancas com as casas cobertas por tetos de colmo, as pessoas sentadas à sombra dos grandes poilões, uma lagoa cheia de aves, bolanhas e um verde a perder de vista. Aqui, em Biombo, pode apanhar-se a piroga motorizada para várias ilhas ou o barco para a Ilha de Keré.

PRAIA DE PIQUIL

A zona de mangal domina a região e as infraestruturas existentes não facilitam o acesso a esta praia. A sua visita terá que ser feita pelo rio num barco a motor ou de canoa. A localidade mais próxima desta praia é Ondame. A distância entre Quinhamel e Ondame é de cerca de 20 Km, mas a estrada é em picada, com exceção dos 3 primeiros quilómetros.

PRÁBIS E PRAIA DE SURU

A praia de Suru fica a cerca de 20 Km de Bissau, devendo sair-se da capital em direção a Prábis, não sendo a distância entre Prábis e a praia de Suru muito grande.

Os acessos incluem estrada alcatroada e estrada de picada. Suru é a praia mais próxima da capital e é reconhecida pelos habitantes de Bissau como um local de descanso. É uma praia deserta de areia onde é possível tomar banho e também observar aves migratórias que por aqui passam.



BIOMBO

58

REGIÃO DE BIOMBO



ONDE COMER

SRA. AURÉLIA

Tel.: (+245) 966 966 612

Especialidade: ostras. Churrasco e peixe à sombra do mangueiro.



© AFECTOS.COM/LETRAS

59

REGIÃO DE BIOMBO

SAFIM

Uma povoação com cerca de 18 000 habitantes que é passagem praticamente obrigatória para quem quer conhecer o país e seguir para norte, para sul ou para leste. A população faz uma vida muito à volta da estrada que ali passa com o mercado e pequenos comércios a enfeitar as bermas da via. Na bifurcação que permite seguir para a direita com destino a Mansôa, Bafatá, Buba e Gabú ou para a esquerda em direção a Bula, Canchungo, Cacheu, São Domingos ou Ziguinchor, existe, mesmo no centro, uma pequena capela católica.



ONDE COMER

MARISQUEIRA DE SAFIM

Tel.: (+245) 966 506 312
| 955 977 788

Comida guineense. Buffet ao domingo.

RESTAURANTE NOVO PLANETA

Tel.: (+245) 955 535 311

Comida guineense.



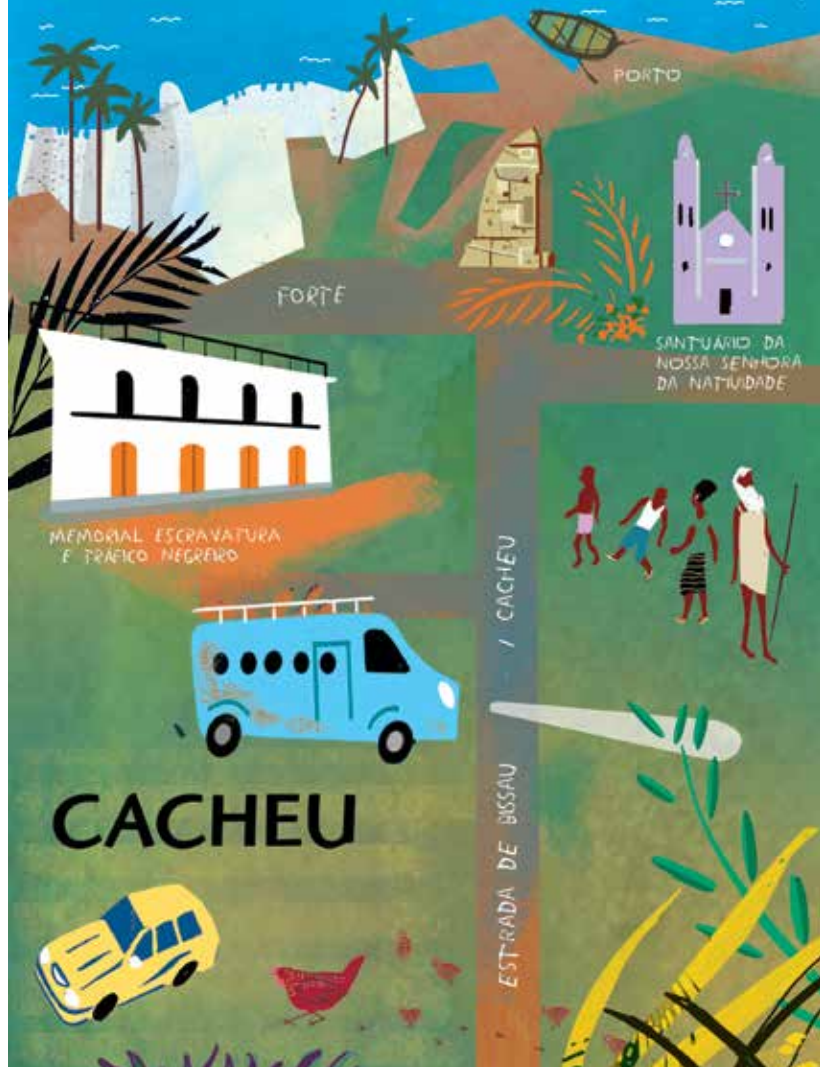


REGIÃO DE CACHEU

A Região de Cacheu tem cerca de 185 000 habitantes e fica situada na parte noroeste do país. Rodeada por mar e por rias, esta região é atravessada pelo Rio Cacheu, um dos mais importantes da Guiné-Bissau, e é composta pelos setores de Cacheu (capital de Região), Canchungo, Caió, Bula, Bigene e São Domingos.

CIDADE DE CACHEU

Esta cidade fica a sensivelmente 100 Km de Bissau, percorridos numa estrada alcatroada e em estado razoável. Quando aqui chegamos, somos transportados no tempo até aos séculos do tráfico de escravos e às feitorias. Cacheu foi capital no tempo colonial e, segundo os historiadores, a primeira feitoria portuguesa daquela que é, nos dias de hoje, a Guiné-Bissau. Criada em 1588, foi o centro de comércio de escravos e ali nasceu em maio de 1656 a Companhia de Cacheu e Rios. Em 1879, com a criação da província da Guiné Portuguesa, deixa de estar sob a dependência de Cabo Verde.



ONDE COMER

CONTENTOR DA GABRIELA CARVALHO

Porto de Cacheu
Tel.: (+245) 966 251 010
Ligar antecipadamente para reservar.



ONDE DORMIR

SEDE DO IBAP

Tel.: (+245) 955 703 172 | 955 597 426

ELEMENTOS HISTÓRICOS E A VISITAR NA REGIÃO



FORTE DE CACHEU

© AFECTOS COM LETRAS

FORTE DE CACHEU

Em 1588, é construído o Forte de Cacheu a pedido do cabo-verdiano Manuel Lopes Cardoso que recebe autorização da Coroa Portuguesa e do Régulo Chapaia para organizar a defesa dos ataques corsários que ameaçavam a região. Este Forte revestia-se de grande utilidade por favorecer o controlo sobre o rio e, naturalmente, a entrada e saída de navios na barra. Em termos arquitetónicos, o Forte caracteriza-se por ter uma planta retangular de 26 m de comprimento por 24 m de largura com baluartes nos vértices simétricos relativamente aos lados. As muralhas são construídas em pedra argamassa com 4 m de altura, e aqui encontramos 16 canhões, ainda nas suas posições defensivas originais. Dentro do Forte estão acomodadas, de forma surpreendente, diversas estátuas dos navegadores e heróis dos descobrimentos portugueses que vieram de vários pontos da Guiné-Bissau, onde tinham sido colocadas durante o período do Estado Novo português e, posteriormente, destruídas na fase pós-independência das

praças onde foram erigidas. Podemos, assim, encontrar as grandes estátuas dos primeiros europeus a chegar à Guiné no século XV - Diogo Gomes (o primeiro explorador português a navegar as águas do rio Geba); Nuno Tristão (segundo os historiadores terá sido este o primeiro navegador a chegar àquela que é hoje designada Guiné-Bissau); Teixeira Pinto, o “pacificador” da Guiné; bem como do primeiro governador da Praça de Cacheu, Honório Barreto, nascido em Cacheu em 1813, filho de João Pereira Barreto (Governador da Guiné entre 1830-1859) e de Rosa de Carvalho Alvarenga (Dona Rosa de Cacheu). O Forte encontra-se habitualmente fechado, mas é possível solicitar que se abra a porta para uma visita, aconselhando-se uma pequena gorjeta no final ao Sr. Caminho, responsável por cuidar do espaço. Contacto do Sr. Caminho: Tel.: (+245) 955 907 341.



SANTUÁRIO DE NOSSA SENHORA DA NATIVIDADE

© AFECTOS COM LETRAS

SANTUÁRIO DE NOSSA SENHORA DA NATIVIDADE

Esta Igreja, dedicada a Nossa Senhora da Natividade, padroeira de Cacheu, foi a primeira igreja portuguesa edificada na África Ocidental e recorda a chegada dos primeiros franciscanos missionários a Cacheu, em 1660. Encontra-se ainda em funcionamento e ali se celebra a homilia dominical. É uma igreja austera, mas que vale uma visita, apesar de ser notório que as paredes comecem a ceder à pressão da humidade e do tempo. Anualmente, no mês de dezembro, realiza-se uma grande peregrinação nacional até este Santuário, naquela que é considerada a maior manifestação da religiosidade católica popular da Guiné-Bissau. Para visitar o interior da igreja, aconselhamos que pergunte na sede da polícia, mesmo ao lado, onde encontrar a responsável pela chave da igreja.

PADRÃO NA ROTUNDA DO PORTO

A avenida que leva ao porto, com um separador central e duas faixas termina numa rotunda onde podemos encontrar um padrão das comemorações henriquinas, datado de 1960 e atribuído ao escultor Severo Portela.



MEMORIAL

© CHIARA GUIDETTI

MEMORIAL DA ESCRAVATURA E TRÁFICO NEGREIRO

Casa museu que nos leva numa viagem histórica pelo mundo da escravatura e o papel que a cidade de Cacheu teve nas rotas mundiais do tráfico de escravos.

Aqui, podemos encontrar uma exposição de imagem e texto, réplicas dos instrumentos usados para transporte dos escravos na travessia atlântica assim como um centro documental com informação sobre a história da escravatura.

Rua Bacampolco, Caixa postal 606, Cacheu.
Tél.: (+245) 955 361 104 | 966 772 934 | 955 650 263.
E-mail: memorialdeescravatura.cacheu@gmail.com
Page: www.adbissau.org



PADRÃO DAS COMEMORAÇÕES HENRIQUINAS

© AFECTOS COM LETRAS

PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA



© STAND UP MEDIA / MIKE MARROQUIM

Título:	MEMORIAL DA ESCRAVATURA E DO TRÁFICO NEGREIRO DE CACHEU – projetos “Cacheu, Caminho de Escravos” e “Cacheu di si Cultura i istoria ”
Parceiros implementadores:	Acção para o Desenvolvimento (AD), em parceria com Associazione Interpreti Naturalistici del Parco Nazionale del Gran Sasso e dei Monti della Laga Onlus (AIN), COAJQO e Governo Civil da Região de Cacheu
Contribuição UE:	1 049 600 EUR
Período:	2012-2016 2016-2020
Região:	Cacheu
Descrição:	<p>Os dois projetos consecutivos visam promover o património histórico e cultural da cidade de Cacheu e a dinamização da economia local, criando oportunidades de emprego e de redução da pobreza na região. O ponto fulcral da iniciativa é o Memorial da Escravatura e do Tráfico Negroiro, instalado num edifício histórico reabilitado. Além de um museu, o Memorial inclui um centro de pesquisa e um centro de conferências. Como atividades conexas, o projeto promove a produção artesanal e artística, a organização de circuitos turísticos históricos, culturais e ambientais, a criação de condições de alojamento, restauração e a formação de jovens e de mulheres. O projeto promove a realização anual, em novembro, do Festival Cultural de Cacheu, frequentemente associado a uma feira de produtos da economia local.</p>
Mais informações:	
	Tel. (+245) 955 650 263
	E-mail: memorialdeescravatura.cacheu@gmail.com
	Página: www.cacheu.adbissau.org www.memorialcacheu.org

65

REGIÃO DE CACHEU



© AFECTOS COM LETRAS

TARRAFES DO RIO CACHEU

PARQUE NATURAL DOS TARRAFES DO RIO CACHEU

66

REGIÃO DE CACHEU

O Parque Natural dos Tarrafes do Rio Cacheu é o maior mangal na África Ocidental e um santuário ecoturístico a não perder. Apanhando o barco no porto de Cacheu, é possível fazer uma incursão pelos braços do rio com o mesmo nome, que tem 150 Km de extensão, na sua maior parte navegável. Entre mangais de um verde luxuriante, cheios de ostras nas suas raízes encontramos a população na prática da pesca artesanal em pirogas. É ainda possível observar uma grande diversidade faunística. Entre as espécies mais comuns do parque estão o crocodilo (*Crocodylus niloticus*), a Piton africana (*Python sebae*) - conhecida nestas paragens como o irã cego -, o esquilo gambiano (*Heliosciurus gambianus*), a gazela pintada (*Tragelaphus scriptus*), o mangusto (*Herpestes paludinosus*) ou o porco do mato preto (*Phacochoerus aethiopicus africanus*).

Uma das atrações do parque é o *birdwatching*, proporcionado pela existência de mais de duas centenas de aves, nomeadamente pelicanos, flamingos e muitas aves limícolas migratórias. Encontramos nesta zona também o calau-grande (*Bucorvus abyssicus*) ou o pato-ferrão (*Plectropterus gambensis*).

A nível aquático e por estarmos perante um estuário, aqui nascem e crescem camarões. O bagre, as carpas, a barracuda (*Psittacus*), corvina (*Cilus gilberti*) ou a tainha (*Mugil cephalus*) são dos peixes mais vulgares. O hipopótamo (*Hipopotamus amphibius*) e o manatim (*Trichechus senegalensis*) também habitam esta região.

Há vários circuitos possíveis com percursos distintos, tendo em conta as distâncias percorridas. O circuito curto, que liga Cacheu a São Domingos, dura cerca de uma hora. A paragem em São



© AFECTOS COM LETRAS

TARRAFES DO RIO CACHEU

Domingos permite um passeio pelas ruas da cidade que embora pouco tenha de relevante para visitar, tem um mercado de artesanato local interessante. Este mercado não tem um dia certo para a sua realização, dado depender do calendário Felupe, etnia dominante nesta região.

Um circuito mais completo passa por Elia (aldeia que tem como característica as cabanas de dois pisos) e Jobel, uma tabanca conhecida como uma pequena Veneza em que as pessoas se deslocam de canoa pelos canais de rio. Também é possível estender o passeio de barco até Poilão de Leão, uma tabanca onde é provável ver hipopótamos.

ALGUNS DOS PONTOS DE INTERESSE A VISITAR NAS TABANCAS A NORTE

Ver de perto as técnicas tradicionais do corte de madeira de tarrafe para utilização na habitação em Elalab, as particularidades da etnia Felupe, os rituais animistas ou as cerimónias tradicionais. Em termos de arquitetura, de referir as técnicas e materiais de construção das habitações, os utensílios artesanais locais, como a madeira ou o barro.

ALGUNS DOS PONTOS DE INTERESSE A VISITAR NAS TABANCAS A SUL

Fauna e flora e a singularidade da paisagem envolvente. Têm uma localização privilegiada para observação da vida animal. A gestão e a proteção dos recursos naturais são frequentemente feitas com a proteção ativa das populações residentes, como é o caso na zona de Cobiana, com a sua floresta sagrada.

Para estes passeios: contactar o IBAP em Bissau (Avenida Don Settimio Arturo Ferrazeta, C.P. Bissau), contactar a ONG Monte (Página: www.monte-ace.pt) ou recorrer ao operador Osseh'mene Tours & Souvenirs. Tel.: (+245) 955 359 818 | 969 271 705.

PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA



© IBAP

68

REGIÃO DE CACHEU

Título: **GESTÃO SUSTENTÁVEL DOS RECURSOS FLORESTAIS NO PARQUE NATURAL DOS TARRAFES DE CACHEU**

Parceiro implementador: Monte ACE, em parceria com o Instituto da Biodiversidade e Áreas Protegidas (IBAP)

Contribuição UE: 1 999 156 EUR

Período: 2012 - 2017

Região: Cacheu

Descrição:

O projeto promove a conservação e a valorização da biodiversidade do Parque Natural dos Tarrafes de Cacheu, em benefício dos 8 000 habitantes da região de Cacheu. O projeto reforçou a intervenção do IBAP na gestão do parque, bem como a valorização dos recursos florestais e a promoção do ecoturismo; entre outros, concretizou a dotação de alojamentos para acolher turistas no Parque, a identificação de percursos para a observação de espécies animais e vegetais, a criação de um fundo de apoio a iniciativas comunitárias, que contribuam para a qualidade de vida das comunidades, e ações de sensibilização e de educação ambiental dirigidas a crianças e jovens.

Mais informações: www.monte-ace.pt | www.ibapgbissau.org

CANCHUNGO

A chegada a esta cidade, que fica a 79 Km de Bissau e praticamente a meio do caminho entre a capital e a cidade de Cacheu, é feita por uma estrada bordada por frondosas árvores que dão sombra e uma beleza especial à entrada de Canchungo. A visita a esta cidade vale a pena pela arquitetura colonial, um pouco degradada, é certo, mas que nos dá uma ideia da majestuosidade daquela que foi certamente uma cidade bonita. A rotunda no centro da povoação, onde podemos encontrar artesãos a vender as cerâmicas, tecidos manjacos e cestas produzidas nesta Região, marca o início de um percurso que nos leva por uma avenida larga de duas faixas em cada sentido, com um separador central, onde ainda encontramos os candeieiros, vestígios de uma cidade que usufruiu de eletrificação e de iluminação pública permanente. Nesta avenida encontramos o depósito de água de 1946, a escola primária datada de 1947, a Igreja que contém no seu interior painéis de azulejos originários da Fábrica de Loças de Sacavém de 1943, casas com grandes varandas que dão para a estrada principal, o antigo Cinema Canchungo e a casa do Comité de Setor, na rotunda onde se encontra também a antiga Casa do Governador, paredes meias com um quartel. O mercado decorre ao longo de toda a avenida e dá muita vida e cor à cidade.



ONDE COMER

CASA MONTEIRO

Avenida Titina Silá
Tel.: (+245) 966 700 931
Comida cabo-verdiana e guineense.

GAMAL'S SAFARI LODGE

Entrada na picada junto da Aldeia SOS.
Tel.: (+245) 966 450 000
Página: www.gamalsafarilodge.com
Email: gamcha2011@hotmail.com
Comida guineense e libanesa. Peixe fresco.
Ligar antecipadamente para reservar.

CASA CANCHUNGO

Tel.: (+245) 955 651 272
Página: www.casacanchungo.com
Ligar antecipadamente para reservar.



ONDE DORMIR

GAMAL'S SAFARI LODGE

Entrada na picada junto da Aldeia SOS.
Tel.: (+245) 966 450 000
Página: www.gamalsafarilodge.com
Email: gamcha2011@hotmail.com
Quartos com ar condicionado. Ligar antecipadamente para reservar

CASA CANCHUNGO

Canchungo.
Tel.: (+245) 955 651 272
Página: www.casacanchungo.com
Pequena estrutura hoteleira ecológica, com quartos simples.

CAIÓ

Caió situa-se a 28 Km de Canchungo, distância percorrida sensivelmente em uma hora por um caminho de terra batida. Ao chegar, encontramos uma grande rotunda à volta da qual decorre toda a vida da localidade. Ali estão os edifícios administrativos, a polícia, o posto médico e o mercado. A Caió pertencem duas ilhas com interesse turístico: Pecixe e Jeta, totalmente selvagens com praias de uma beleza convidativa a uma visita.

A **Ilha de Pecixe** tem extensos areais de fina areia branca e praias paradisíacas bordadas de palmeiras e pequenas dunas de areia. Pecixe, como aliás toda a região de Cacheu, é habitada essencialmente pela etnia Manjaca, fortemente animista, o que faz com que esta ilha seja rica em cerimónias e

rituais sagrados que são feitos no início e fim das colheitas e em muitas outras circunstâncias. Para aqui chegar poderá apanhar-se o barco em Ponta de Pedra (cerca de uma hora de estrada de terra batida desde Canchungo) ou uma piroga a partir de Ponta Biombo (não aconselhável pela perigosidade das correntes e das marés). Para uma visita, sugerimos o contato da Associação Pilil Alil – Presidente Júlio Pinto Alves. Tel.: (+245) 966 672 620 | 955 271 940

Também na **Ilha de Jeta** se encontram praias de extenso areal branco (cerca de 7 Km) e águas cálidas. Pode aqui chegar-se de piroga a partir de Caió, Ponta de Pedra ou da Ponta Biombo.

Nota: para qualquer uma das ilhas deve fazer-se acompanhar de tenda de campismo, água engarrafada, comida, repelente, bem como roupa e calçado confortáveis.

70

REGIÃO DE CACHEU



ILHA DE PECIXE

BULA

Bula é uma cidade a 37 Km de Bissau, sem grande relevância turística, mas de assinalar o concorrido e extenso mercado que enche as ruas de gente, animais e bancas, praticamente ao longo de toda a povoação.

SÃO DOMINGOS

Fica a 123 Km de Bissau, feitos em estrada alcatroada e em relativo bom estado. São Domingos é a cidade fronteiriça com Ziguinchor, Senegal. Aqui realiza-se um mercado que tem artesanato utilitário felupe, colheres, panelas, catanas e merece uma breve visita. O porto, embora deteriorado, tem uma vista apazível para os tarrafes do Parque Natural de Cacheu e permite captar bonitas imagens do pôr-do-sol.



ONDE COMER

FATUMATA E OCTÁVIO

Junto ao porto de São Domingos.

Tel.: (+245) 966 642 205
| 966 617 996



ONDE DORMIR

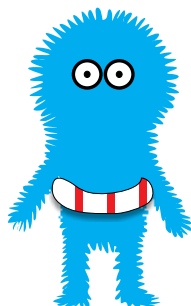
FATUMATA E OCTÁVIO

Junto ao porto de São Domingos.

Tel.: (+245) 966 642 205
| 966 617 996

CASA DE PASSAGEM DA AD - "ACÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO"

Página: www.adbissau.org
E-mail: ad.gbissau@gmail.com



© AFECTOS COM LETRAS

VARELA

Varela encontra-se a 175 Km da capital, Bissau. Chegando a São Domingos e em vez de seguir a estrada alcatroada para o Senegal, entra-se numa picada de 53 Km que nos leva à praia continental mais bonita da Guiné-Bissau. A estrada, embora não esteja nas melhores condições, vale a pena pela paisagem de floresta densa em algumas partes, de bolanhas noutras, passando por alguns palmares e sendo possível cruzar macacos, vacas, ratos palmistas (*Xerus erythropus*), além de algumas tabancas, aqui e ali a rodear a estrada. A 12 Km de Varela atravessa-se a população de Susana onde é possível ver alguma vida, um pequeno quartel, um centro de saúde e uma Missão Católica há muitos anos ali instalada. É também nesta estrada que existe uma pitoresca ponte de madeira, em funcionamento até o início de 2015 e que agora foi substituída por uma outra de ferro, feita mesmo ao lado, sem qualquer cuidado estético mas com segurança reforçada.

Varela é uma longa avenida de terra batida, com casas de um lado e do outro que nos leva até ao mar. Esta região, predominantemente habitada por felupes (etnia guerreira por excelência e que domina também na região de Casamansa) fica a pouca distância do Senegal, de que está separada por um estreito braço de mar.

PRAIA DE NIQUIM

A Praia de Niquim, um pouco mais afastada da povoação e onde só se chega de carro 4x4 ou caminhando pela areia, é de rara beleza com as suas pequenas dunas de areia branca. Continuando pelo areal (não é possível fazer o percurso de carro) durante cerca de uma hora, chega-se a uma lagoa que está habitualmente cheia de flamingos, pelicanos e outras aves. O silêncio, a beleza e a calma deste local totalmente selvagem compensam o passeio.



NIQUIM

MUSEU

Em Varela-lale há um pequeno museu marinho da responsabilidade da ONG AD - Acção para o Desenvolvimento, integrado na escola de verificação ambiental ali existente.



© CHIARA GUIDETTI

73

REGIÃO DE CACHEU



ONDE COMER
E DORMIR

APARTHOTEL CHEZ HÉLÈNE

Tel.: (+245) 955 301 373 | 966 640 180

Página: www.facebook.com/Aparthotel-Chez-Helene
Comida italiana e guineense. Bungalows com ventoinha.
Aconselhamos que se ligue com antecedência a reservar.





ÁRVORE SAGRADA - VARELA

ÁRVORE SAGRADA

Em Varela podemos encontrar uma árvore considerada sagrada para os locais e onde se realizam habitualmente cerimónias animistas. Trata-se de uma palmeira que se enrodilhou numa outra árvore, deixando no solo um círculo delineado pelos troncos e que é considerado solo sagrado. É tradição fazer um pedido e deixar uma moeda/oferenda no local.

ELEMENTOS HISTÓRICOS E A VISITAR NA REGIÃO



PRAIA PESCADORES - VARELA

© AECTOS COM LETRAS

PRAIA DOS PESCADORES

Na entrada de Varela, do lado esquerdo, e num percurso pedonal de cerca de 10 minutos, encontra-se a Praia dos Pescadores, com uma parte rochosa e um mar onde se tem que percorrer muitos metros até se perder o pé. Os felupes, fortemente animistas, abandonaram recentemente esta praia como porto pesqueiro devido à morte

de um dos pescadores, que creem ter sido determinada por uma maldição que se abateu sobre esta praia. É agora por isso essencialmente usada para apanha de madeira destinada à confeção das refeições e para praia e deleite dos poucos turistas que frequentam a zona. Aconselhamos que assista aqui ao pôr do sol.

75

REGIÃO DE CACHEU

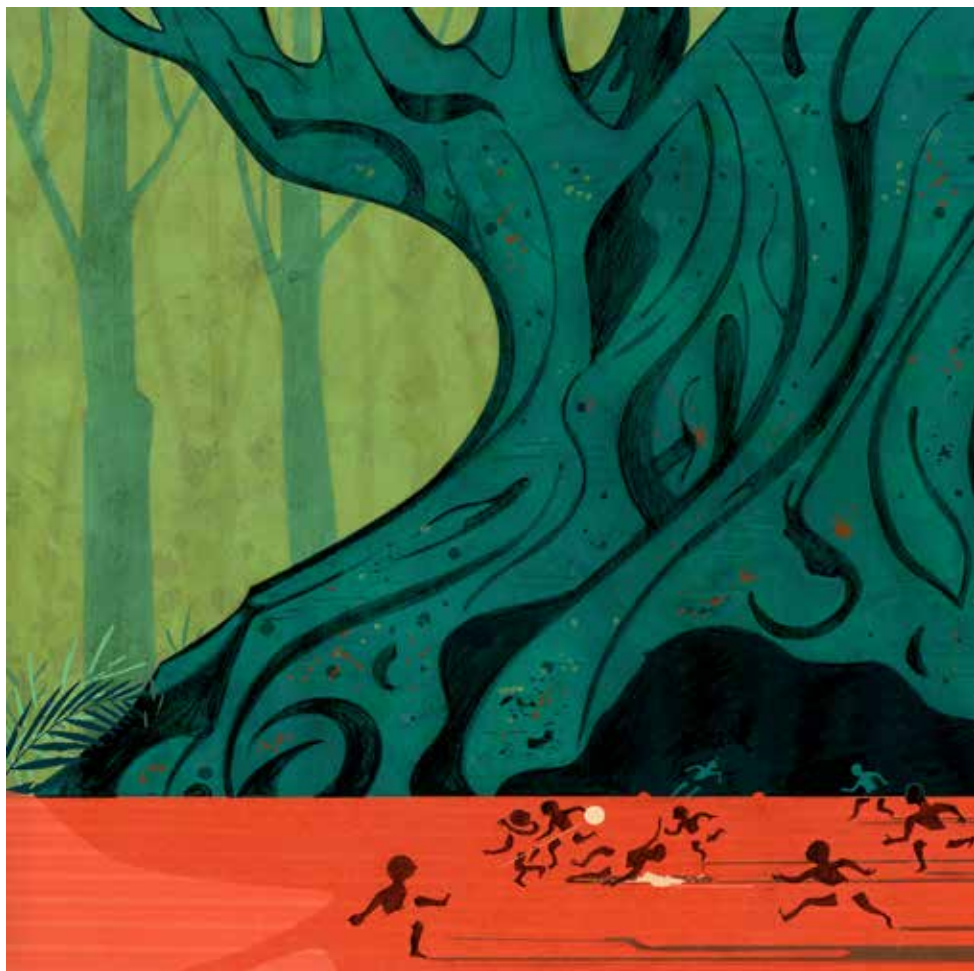
PRAIA DE VARELA

Continuando sempre em frente até terminar a estrada, encontra-se esta praia, com quilómetros de areia branca e águas quentes, completamente selvagem e cheia de árvores que quase entram no mar. A erosão marítima tem danificado esta natureza de forma desastrosa nos últimos anos, o que é visível logo nos primeiros metros de areia que se percorrem, onde algumas construções já foram tomadas pelo mar.



VARELA

© CHIARA GUIDETTI



REGIÃO DE OIO

A região de Oio, habitada essencialmente pela etnia Balanta, tem cinco setores: Bissorã, Mansabá, Mansôa, Nhacra e Farim, cidade que também é a capital da Região.

FARIM

Farim situa-se a cerca de 115 Km de Bissau e a estrada entre Mansôa e Farim, de cerca de 55 Km, é a que se encontra em melhor estado de conservação na Guiné-Bissau. A última povoação antes de Farim é K3 - resquícios da presença militar colonial. Aqui a via termina bruscamente na margem do Rio Cacheu. Sugerimos precaução a quem viaja de noite, pois não é evidente o fim da estrada. Há depois que aguardar pela jangada nas margens do rio. Esta jangada consegue transportar um veículo ligeiro em cada travessia e algumas dezenas de passageiros. Aconselhamos esta opção, pois embora existam várias canoas a fazer a travessia entre as margens, são pouco recomendáveis principalmente com o avolumar de relatos de ataques de crocodilos a humanos e a animais. Farim é a terra natal de Vasco Cabral (1926 - 2005), destacada figura intelectual que lutou pela autodeterminação da Guiné-Bissau. Foi a partir da prisão que, em 1953, se tornou célebre pelos seus poemas e, até falecer, desempenhou vários cargos políticos. Enquanto capital da região, Farim usufrui de algum burburinho graças aos serviços públicos que possui e à proximidade com a fronteira do Senegal, o que favorece as trocas comerciais regionais. É uma cidade que conta com cerca de 49 000 habitantes com a etnia Mandinga a predominar, seguida da etnia Fula. Titina Silá, respeitada combatente pela independência, foi vítima de uma emboscada mortal aqui em Farim, sendo ainda hoje uma personalidade muito respeitada e lembrada.



© AECTOS.COM/LETRAS



MONUMENTO EVOCATIVO DO 5.º CENTENÁRIO DA MORTE DO INFANTE D. HENRIQUE

© AECTOS.COM/LETRAS



FARIM - VISTA DO RIO

**ELEMENTOS
HISTÓRICOS
E A VISITAR
NA REGIÃO**



FARIM

© AFECTOS.COM/LETRAS

79

CENTRO DA CIDADE

A povoação de Farim foi fundada após 1640 por portugueses, cujos vestígios ainda são visíveis no monumento frente ao porto evocativo do 5.º Aniversário da morte do Infante D. Henrique. Ao lado encontra-se uma pequena capela, também de origem portuguesa, já desativada e agora sob a alçada da Direção Regional de Educação.

Ao passear pelas ruas da povoação, as casas coloniais são reconhecíveis e encontram-se em bom estado de conservação, facilmente se depreendendo como seria o quotidiano. A piscina olímpica de Farim construída em 1958 e agora abandonada, integra a estrutura do Clube Desportivo e Recreativo de Farim, outrora famoso pelas vitórias futebolísticas.

LARGO DOS MÁRTIRES DO TERRORISMO

Na antiga Tabanca de Morcunda, atualmente inserida dentro da povoação de Farim, encontra-se o Largo dos Mártires do Terrorismo, onde foi erigido um monumento com o mesmo nome após um ataque bélico ainda de origem contraditória e onde faleceram pelo me-

nos 30 pessoas e mais de 100 ficaram feridas. Na noite de 1 de novembro de 1965 dançava-se o “Djamdadon”, uma das manifestações culturais da etnia Mandinga, quando se deu o bombardeamento, que nunca foi reivindicado.



MERCADO DE SAL EM FARIM

© AFECTOS COM LETRAS

MERCADO DE FARIM

O mercado fica no centro da cidade e representa o ponto nevralgico da vida social. Aqui muitas mulheres vendem sal, embora o mar esteja a cerca de 150 Km do local. Vendem-se também mezinhas para curar as mais variadas doenças, legumes, peixe e fruta. No meio do largo há um poço onde as mulheres vão buscar a água para o uso quotidiano.

RIO CACHEU

Uma das principais atrações de Farim é o rio Cacheu que oferece um camarão de excelente qualidade que pode ser comido in loco e é também comercializado em Bissau com muito sucesso.



© AFECTOS COM LETRAS



ONDE COMER

TINA

Junto do Porto.
Tel.: (+245) 955 706 279
Necessário encomendar com antecedência. Cafriela e camarões de Farim.

CHINA

No centro da cidade.
Tel.: (+245) 955 209 673
Necessário encomendar com antecedência.



ONDE DORMIR

CENTRO KAFO

Djalicunda
Tel.: (+245) 955 729 603
| 966 607 141
Necessário reservar.

PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA



© AFFECTOS COMLETRAS

Título:	CENTRO CAMPONÊS DE DJALICUNDA – projeto “ Firkidja di bida digna di nô mindjeres ku jovens i produto di nô tchon”
Parceiros implementadores:	Federação Camponesa KAFO, em parceria com Association ESSOR
Contribuição UE:	692 734 EUR
Período:	2015 - 2018
Região:	Oio e Cacheu
Descrição :	<p>Na povoação de Djalicunda encontra-se o Centro de Formação Camponesa de Vulgarização Agrícola e de Valorização dos Saberes Tradicionais que visa reforçar as capacidades das populações locais e promover o desenvolvimento rural sustentável. O projeto beneficia diretamente cerca de 2000 camponeses e 38 tabancas das regiões de Oio e Cacheu. Neste centro, organizam-se ateliers de processamento de frutas (sumos e compotas), promove-se o intercâmbio sociocultural, a comunicação via rádio e o empoderamento da mulher no mundo rural. O centro intervém em setores estratégicos para as regiões, como a agricultura, a pesca, a pecuária, a medicina tradicional, a saúde comunitária, a apicultura, as tecnologias apropriadas e a exploração comunitária das florestas.</p> <p>A visita ao Centro permite a compra de produtos regionais, como sumos naturais, bem como conhecer algumas das características agrícolas do país.</p> <p>Mais informações: kafo.comercial@yahoo.com</p>



MANSÔA

Outra importante povoação da região de Oio é Mansôa, por ser um relevante centro de comércio e uma zona militar de importância estratégica para o país. Esta vila, a 60 Km de Bissau, tem cerca de 47 000 habitantes, segundo os últimos censos de 2009 e a etnia dominante aqui é a Balanta. A entrada em Mansôa, pela ponte Amílcar Cabral, de 1964, permite ter uma bonita perspectiva das bolanhas que nos cercam de um lado e do outro com os seus diques e sistema de comportas tradicionais. Na

época da preparação dos campos, cabe aos homens tratar dos diques e revolver a terra com as pás sendo as mulheres responsáveis pelos viveiros, transplantação e transporte do arroz. Aos homens cabe também colher o arroz que serve na maioria das vezes apenas para subsistência e não para comercialização.



ONDE DORMIR

HOTEL RURAL DE UAUQUE

Uaque, a 7 km de Mansoa.
Tel.: (+245) 955 889 615

Hotel com bungalows com ar condicionado, piscina, bar, restaurante com música ao vivo aos fins de semana.

MERCADO CENTRAL

O Mercado central decorre ao longo da estrada em direção a Farim, com muitas bancas de um lado e de outro, o que anima muito o centro de Mansôa. Aqui é possível encontrar alguns imóveis já degradados, mas onde se descobre alguma beleza arquitetónica como o antigo edifício dos correios, a casa do governador, o antigo cinema, a antiga central elétrica ou aquela que em tempos foi a conhecida casa Gouveia.

Em Mansôa funciona uma das rádios mais conhecidas do país, a Rádio Sol Mansi, que atinge uma extensa cobertura geográfica. Também de referir o clube de futebol "Os Balantas de Mansoa", um dos mais importantes do país.

PORTO GOLE

Esta pequena povoação fica na estrada que liga Bissau a Bafatá, a poucos quilómetros de Bambadinca. Porto Gole, nas margens do rio Geba, terá sido onde chegou o primeiro explorador português da Guiné - Diogo Gomes - no ano de 1456.

ELEMENTOS
HISTÓRICOS
E A VISITAR
NA REGIÃO







REGIÃO DE BAFATÁ

A região de Bafatá tem uma cidade com o mesmo nome como capital. É uma região habitada essencialmente pelas etnias Fula e Mandinga. Faz fronteira a norte com a República do Senegal, a oeste com a Região de Oio, a este com a Região de Gabú e a sul com as Regiões de Tombali e Quinara.

CIDADE DE BAFATÁ

Com cerca de 69 000 habitantes e situada a 150 Km a leste de Bissau, Bafatá é a segunda maior cidade do país e fica nas margens do rio Geba. Uma cidade com grande marca colonial na sua arquitetura e que merece uma pausa para uma visita. As ruas de casas baixas convidam a um passeio. 60% da sua população é de etnia Fula e 22,9% Mandinga.



ELEMENTOS
HISTÓRICOS
E A VISITAR
NA REGIÃO

BAFATÁ

ESTRADA DE BISSAU / BAFATÁ

ESTRADA
GABÚ

PORTO RIO GEBÁ

IGREJA
MATRIZ

ANTIGA CASA
DO ADMINISTRADOR

MERCADO

ANTIGO
CINEMA

CASA MUSEU
AMILCAR CABRAL



RUA DE BAFATÁ

© AFECTOS COM LETRAS

RUAS DA CIDADE

É uma cidade pitoresca e alegre, que vive à volta da estrada que liga Bissau a Gabú e à fronteira com o Senegal. Na avenida que une a rua principal à baixa, ao rio Geba e ao mercado encontramos do lado direito a Igreja Matriz de Bafatá, de 1950. Mesmo em frente, encontra-se a antiga casa do governador

e que hoje funciona como sede da Região. As casas de arquitetura colonial que não estão degradadas acolhem os diversos serviços administrativos. Perto do mercado, encontra-se o antigo cinema numa rua em que ainda é possível ver marcas das diversas lojas e armazéns ali existentes.

87

MERCADO CENTRAL E PRAÇA COM BUSTO DE AMÍLCAR CABRAL

O mercado central de Bafatá, reaberto recentemente, é uma construção de estilo neoárabe que sobressai na paisagem arquitetónica da cidade. As vendedeiras e as bancas colocadas na parte de fora do recinto dão um bonito enquadramento do espaço com a fachada principal como pano de fundo. Junto ao mercado, numa pequena rotunda, encontramos um busto de Amílcar Cabral, nascido em Bafatá onde o seu pai, cabo-verdiano, foi colocado à época, como professor.

Ao lado do mercado existe um pequeno cais no rio Geba, desativado e degrada-

do mas com uma bonita paisagem e um jardim público, onde podemos encontrar o pedestal de uma estátua a que já falta parte da sua história. Trata-se de João Augusto de Oliveira Muzanty, Governador de Bafatá entre 1906 e 1909. Diz-se que foi destruída para aproveitar o cobre, mas ainda podemos encontrar gravado na pedra o perfil possivelmente de uma figura histórica do tempo colonial e as quinas da bandeira portuguesa. Aqui, deste jardim, avista-se um bonito pombal antigo de puro estilo colonial português em relativo bom estado de conservação.

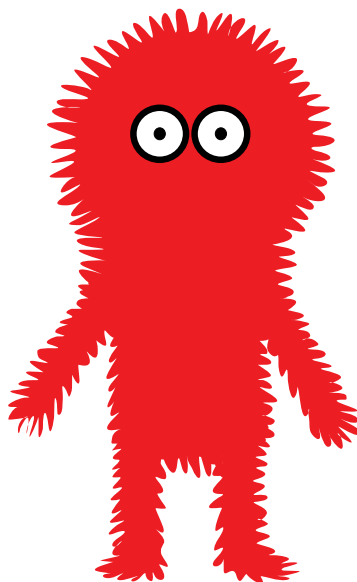


CASA-MUSEU DE AMÍLCAR CABRAL

© AFECTOS COM LETRAS

CASA-MUSEU DE AMÍLCAR CABRAL

Amílcar Cabral nasceu em Bafatá, no ano de 1924, e a sua casa foi transformada em 2011 num Museu com o apoio da UNESCO. Aqui, é possível percorrer as divisões da casa onde nasceu e viveu os seus primeiros anos de vida. Há também uma exposição permanente de fotografias que testemunham o trajeto de Amílcar Cabral enquanto lutador na resistência e fundador do PAIGC. A casa necessita de obras de manutenção e o acolhimento, apesar de simpático, peca por falta de especialização na informação que dá. A visita é gratuita, embora não seja de estranhar que peçam o apoio para a manutenção da estrutura.



PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA

Título:	BAFATÁ MISTI IAGU
Parceiros implementadores:	TESE – Associação para o Desenvolvimento pela Tecnologia, Engenharia, Saúde e Educação, em parceria com Associação de Saneamento Básico, Proteção da Água e Ambiente de Bafatá (ASPAAB) e Netherlands Development Organisation (SNV)
Contribuição UE:	883 000 EUR
Período:	2010 - 2012 2012 - 2015
Região:	Cidade de Bafatá
Descrição:	Dois projetos consecutivos reabilitaram o sistema de fornecimento de água potável de Bafatá e a sua gestão comunitária. O sistema foi elaborado com base num plano de investimento estratégico para o consumo humano e de sensibilização sobre o uso razoável da água, garantindo, assim, que os preços vão ao encontro das expectativas e possibilidades da população. Findo o projeto em 2015, a Associação de Saneamento Básico, Proteção da Água e Ambiente de Bafatá (ASPAAB) gere a manutenção do sistema hídrico da cidade.

CAPÉ

Saindo de Bafatá pela estrada ladeada de casas que outrora foi a pista de aviação, segue-se por uma estrada de terra batida e atravessa-se a ponte sobre o Rio Geba, onde vale a pena uma paragem para umas fotografias dos mangais que bordam o rio e para contemplar toda a beleza desta paisagem que tem a velha cidade de Bafatá como pano de fundo.

Andando cerca de 10 Km chega-se a Capé, uma propriedade privada onde se pode visitar uma destilaria de aguardente e conhecer a beleza natural junto de um hotel com o mesmo nome.



ONDE COMER

PONTO DE ENCONTRO

Tel.: (+245) 966 921 690
Comida típica guineense e portuguesa.



ONDE DORMIR

APARTHOTEL TRITON

Avenida do Brasil.
Tel.: (+245) 955 910 210 | 966 170 612



TABATÓ - HABITANTES A TOCAR BALAFON

© AFECTOS.COM LETRAS

TABATÓ

Vila a cerca de 10 Km de Bafatá, cujos moradores, os Griots, são músicos por excelência e são conhecidos por construir e tocar instrumentos tradicionais da cultura Mandinga, a Kora e o Balafon.

TRADIÇÕES

Bafatá é uma cidade muito conhecida pela produção de panaria tingida, de cultura Soninké (tipo "tye and dye"). Esta tradição entrou em declínio por causa da importação de produtos mais baratos dos países vizinhos, mas está de novo a ser utilizada e valorizada como uma janela de oportunidade para reavivar as tradições do tingimento tradicional feito pelas etnias islamizadas da Guiné-Bissau.

PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA



© DIVUTEC

Título:	TCHOSSAN SONINKÉ – Panos de Ponte Nova
Parceiro implementador:	Associação Guineense de Estudos e Divulgação de Tecnologias Apropriadas (DIVUTEC), em parceria com Asociación Internacional Unimos (AIU)
Contribuição UE:	1 141 502 EUR
Período:	2012-2016 2016-2017
Região:	Bafatá
Descrição:	<p>Através de dois projetos consecutivos, a Associação de Mulheres de Ponte Nova em Bafatá teve a possibilidade de retomar uma atividade caída no esquecimento, criando e desenvolvendo um centro de tintura tradicional de panos, com o objetivo de melhorar a situação socioeconómica das mulheres. Assim, tem vindo a promover a cultura tradicional da tintura de panos e a respetiva comercialização, bem como a formação e capacitação das mulheres que trabalham neste setor.</p> <p>Os panos, peças de vestuário e outros produtos podem ser adquiridos na loja do centro da Associação em Bafatá e também em algumas lojas em Bissau Velho (Loja Sabores da Tabanca e BIBAS).</p> <p>Mais informações: www.panostingidos.org</p>



ARROZAIIS DE BAMBANDINCA

© AFECTOS COM LETRAS

BAMBANDINCA

Bambadinca é uma pequena povoação com 32 000 habitantes, em todo o seu setor, que dista 123 km de Bissau. Situada a oeste de Bafatá, toda a vida se situa nas margens da estrada onde decorre o mercado que atrai até aqui muitos habitantes das tabancas circun-

dantes e mesmo até de Xitole. Quem chega de Bissau tem uma vista soberba das bolanhas que cercam a estrada de um lado e do outro e por onde se vislumbram grandes manadas de vacas a deambular pelos campos verdejantes.

PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA



© TESE - ASSOCIAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO PELA TECNOLOGIA, ENGENHARIA, SAÚDE E EDUCAÇÃO.

Título:	BAMBADINCA STA CLARO – Programa Comunitário para Acesso a Energias Renováveis
Parceiros implementadores:	TESE – Associação para o Desenvolvimento pela Tecnologia, Engenharia, Saúde e Educação, em parceria com a Associação Comunitária para o Desenvolvimento do Setor de Bambadinca (ACDB), a Associação Guineense de Estudos e Divulgação de Tecnologias Apropriadas (DIVUTEC) e a Universidade de Lisboa (UL)
Contribuição UE:	1 605 543 EUR
Período:	2011 – 2015
Região:	Região de Bafatá, Cidade de Bambadinca
Descrição:	Através da construção de uma central híbrida (fotovoltaica e a geradores) e de rede de distribuição elétrica na Cidade de Bambadinca, o projeto permitiu assegurar à população energia elétrica de forma regular. O projeto implementou um modelo de gestão técnica e financeiramente viável, que permite manter o abastecimento sem interrupções e em linha com as expectativas dos consumidores. Findo o projeto em 2015, a Associação Comunitária para o Desenvolvimento do Setor de Bambadinca (ACDB) gere a manutenção do sistema elétrico.

XITOLE

A antiga ponte Marechal Carmona é um importante vestígio colonial que, embora em ruínas, permite aceder a um ponto mais elevado para apreciar a paisagem circundante.

CUSSILINTA

Entre a cidade de Bambadinca e o Saltinho, muito próximo de Xitole, num desvio de 3 Km assinalado com uma placa tosca de madeira, pode encontrar-se um pequeno paraíso de pedras e águas quentes que funcionam como um verdadeiro jacuzzi natural. O Rio Corubal cria ali pequenas cascatas e piscinas naturais para deleite de quem quer passar uns bons momentos de puro relaxe. Este local é muito pouco conhecido pelo que é raro ser incomodado por outros turistas - exceção feita no 1º de maio em que muitos habitantes da capital aproveitam para visitar este local. E os habitantes da zona aproveitam para cobrar uma portagem para chegar ao local. Porque não?

94

SALTINHO

Saltinho, a 175 Km de Bissau, é uma outra zona do rio Corubal, onde podemos encontrar rápidos. As cascatas resultantes da formação rochosa que ali se encontra criam um efeito visual de grande beleza. Na época das chuvas, o caudal aumenta tanto que embora se ouça o barulho ensurdecedor da corrente, não se vê praticamente a formação rochosa. Na época seca, o caudal é menor, a beleza é maior e é possível tomar um banho no rio, aconselhando-se as zonas utilizadas pelos locais e alguma cautela com as correntes e os remoinhos que ali se formam. A ponte submersível do Saltinho, usada até 1955, serve agora essencialmente às lavadeiras que todo o ano ali se encontram a lavar roupa e a secá-la nas rochas, o que produz um feito visual convidativo a fotografias que resultam num mosaico de cores digno de registo. A ponte em



SALTINHO



CUSSILINTA



© STAND UP MEDIA / MIKE MARROQUIM

95

REGIÃO DE BAFATÁ



© AFECTOS.COM/LETRAS

cimento armado que atravessa o rio pede uma passagem a pé para apreciar os sons da água a correr veloz, a algazarra das mulheres enquanto lavam a roupa, e das crianças que pescam à linha. Numa das margens fica um antigo quartel português transformado numa Pousada. Aqui é possível comer e ficar hospedado, bem como solicitar a realização de uma excursão ao longo do rio, pescar ou até caçar, para além de poder tomar um banho de rio e descansar nas pedras negras e mornas que ficam na margem do Rio Corubal.



ONDE COMER
E DORMIR

POUSADA DO SALTINHO

Centro de Caça e Pesca.
Tel.: (+245) 955 998 800
| 966 375 795

Quartos com ar condicionado. Piscina e parque infantil. Ligar antecipadamente para reservar.





REGIÃO DE GABÚ

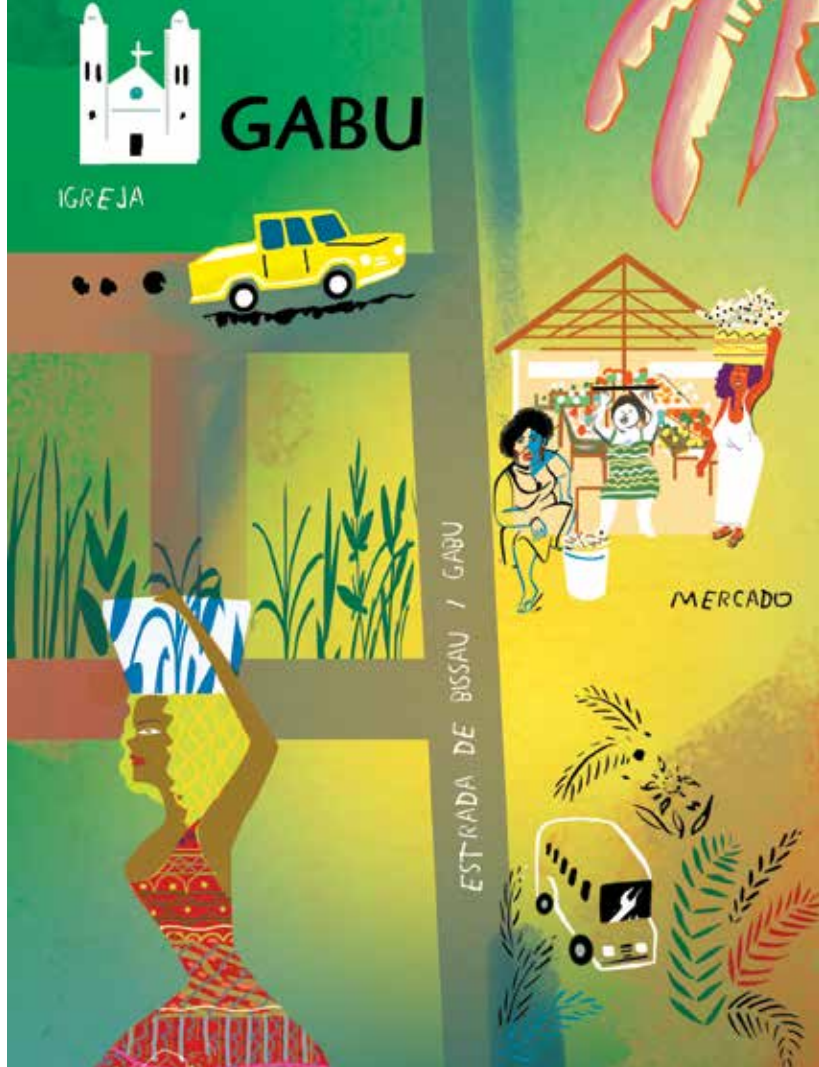
A região de Gabú está dividida em cinco setores: Boé, Gabú, Pirada, Pitche e Sonaco. Geograficamente é a mais distante da capital do país e faz fronteira a norte com o Senegal, a leste e a sul com a Guiné Conacri e a oeste com as regiões de Tombali e Bafatá. As temperaturas rondam os 30 e os 33 graus durante o dia e entre os 18 e os 23 graus durante a noite. Esta região é extremamente seca entre outubro e maio, altura em que começam as chuvas. A vegetação é, na sua maioria seca, com uma floresta esparsa tipo savana, existindo, contudo, algumas manchas de floresta densa. As principais atividades económicas da região são o comércio, a agricultura e a pecuária, tradicionalmente praticada pelos Fulas, uma das etnias mais representativas na região. Gabú é um território pobre, mas a proximidade com o Senegal e com a Guiné-Conacri quebra o isolamento da região face ao resto do país e estimula as trocas comerciais.

CIDADE DE GABÚ

Gabú, uma cidade que se encontra a pouca distância das fronteiras da Guiné Conacri e do Senegal, tem cerca de 42 000 habitantes e situa-se a 263 Km de Bissau. A viagem até à cidade de Gabú é feita em estrada de alcatrão, relativamente bem conservada. Porém, as vias adjacentes para as povoações vizinhas são, na sua maioria, feitas em caminhos de terra batida, alguns em muito más condições. No período das chuvas, poderá ser impossível chegar a algumas tabancas.

A cidade foi a capital do antigo reino mandinga de Kaabu (Ngabou ou ainda N'Gabú). O seu povo era originário de Mandé, atual Mali, e parte da Guiné Conacri. Este reino existiu entre 1537 e 1867 na chamada Senegâmbia, região que abarcava o Nordeste da atual Guiné-Bissau, mas que se estendia até Casamansa, no Senegal. Antes disso, Gabú fora vassalo do Império Mali de que se tornou independente com o declínio deste império. O até então governador de Gabú, Sama Koli, autoproclama-se rei, mantém o legado cultural maliano e estabelece relações comerciais com os portugueses. No início do século XIX, a etnia Fula convertida ao Islão, convoca uma Jihad e trava a guerra de Kansala que termina com um grande incêndio, fazendo vítimas de ambos os lados. O reino Fouta Djallon anexa Gabú como seu Estado vassalo até à sua assimilação pelo Estado português. As fortificações de terra feitas pelos Mandingas durante o reino de Kaabi já não são visíveis. A capital de Gabú é, atualmente, um grande centro de comércio. As principais ruas da cidade estão repletas de bancas de vendas e de um extenso mercado à beira da estrada que anima as ruas e nos presenteia com um cenário colorido e cheio de vida. Aqui, vendem-se frutas, legumes, carvão, peixe, carne, artesanato e cerâmica, naquele que é considerado o segundo maior mercado da Guiné-Bissau.

É bem visível a influência muçulmana na cidade. As vestes diferem do resto do país, com homens e mulheres a usarem roupas típicas islâmicas, abundam pequenas mesquitas e até as tradições musicais são distintas. As ruas são traçadas a régua e esquadro à volta de uma rua principal. Casas baixas, algumas de arquitetura colonial, e uma pequena capela lembram vagamente a influência cristã e colonial portuguesa na região. O artesanato de Gabú é muito conhecido, embora seja difícil hoje em dia encontrar artesãos ainda no ativo. Uma característica de Gabú é a quantidade de burros que circulam nas ruas, muito superior a qualquer outra parte do país, e que são um elemento indispensável na lavoura e no transporte de mercadorias e de pessoas.



ONDE COMER

RESTAURANTE BAR KONI

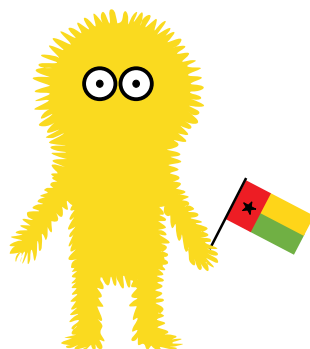
Bairro Praça, Gabú



ONDE DORMIR

HOTEL HBC VIFER

Bairro Sitcam Djulé, Gabú
 Tel.: (+245) 955 954 179
 | 966 674 070
 Hotel com piscina.



PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA



© CHIMBO

100

REGIÃO DE GABU

Título:	CONSERVAÇÃO PELAS COMUNIDADES DOS VALORES CULTURAIS E NATURAIS DO SETOR DE BOÉ
Parceiro implementador:	Stichting Chimbo Foundation, em parceria com Daridibó
Contribuição UE:	499 000 EUR
Período:	2016 - 2020
Região:	Gabú
Descrição:	<p>O projeto age no parque Nacional de Boé, valorizando os seus recursos naturais e os valores culturais da população para a preservação do parque e, especificamente, a conservação dos chimpanzés.</p> <p>Está previsto desenvolver o ecoturismo e o turismo científico, assim como a preservação de lugares sagrados e histórias tradicionais da população, apoiando a melhoria da qualidade de vida e a sustentabilidade do parque.</p> <p>Mais informações: www.chimbo.org www.daridibo.org</p>



NHAMPASSARÉ

© AFECTOS COM LETRAS

NHAMPASSARÉ

Nas imediações de Gabú, é possível visitar as Grutas de Nhampassaré, onde se encontra reunido um património de valor arqueológico e natural notável. Aqui, podemos ver as referidas grutas ocupadas pelo homem pré-histórico com alguns vestígios de gravuras e formações em quartzito com várias formas de erosão produzidas pela na-

tureza, nomeadamente com formas colunares. A gruta e as pedras gigantes de Nhampassaré são, de facto, uma fascinante obra natural e terão sido habitadas pela primeira vez na época do neolítico. Neste local, também existe um santuário muçulmano, onde é comum as pessoas fazerem pedidos.

BOÉ

Por duas vezes a região de Gabú foi considerada o berço da Guiné-Bissau. Para além de Gabú ter o nome do reino que esteve na génese da Guiné-Bissau, Boé deu guarida à resistência guineense que aqui declarou a independência do país, no dia 24 de setembro de 1973, invocando o direito à autodeterminação pela voz de Nino Vieira, nas Colinas de Boé.

Nesta data, proclamou-se ainda a Constituição da República e realizou-se a I Assembleia Nacional Popular da Guiné-Bissau.

Este setor é rico em bauxite cuja exploração poderá ter um impacto positivo na atividade económica na região, mas ameaça refletir-se no já frágil equilíbrio ecológico dos parques naturais circundantes. A população tem crescido, habitando neste setor cerca de 12 000 pessoas, distribuídas em cerca de 85 povoações, onde a etnia Fula é predominante. Boé dista cerca de 33 Km de Gabú, mas a estrada de terra batida encontra-se em mau estado, tornando-se praticamente intransitável entre maio e outubro, época das chuvas.

A VISITAR NA REGIÃO: PARQUES NACIONAIS DULOMBI E BOÉ

Neste setor, existem dois parques nacionais, o Dulombi – Boé I e o Dulombi – Boé II, criados em 2014 e legalizados em 2017 sob tutela do IBAP. Estes parques são alimentados por um único rio, que é também o maior rio de água doce do país, o rio Corubal. São parques mais recentes que o das Matas de Cantanhez e, por este motivo, têm menos infraestruturas para acolher turistas e o levantamento das suas espécies não é tão exaustivo. Não obstante, estão já identificadas 170 espécies de aves, das quais, três constituem novos registos para o país: a cotovia-pardal-de-dorso-castanho (*Eremopterix leucotis*), a andorinha-estriada-pequena (*Cecropis abyssinica*) e o chasco de Heuglin (*Oenanthe heuglini*). Entre os mamíferos encontram-se chimpanzês (*Pan troglodytes*), o búfalo africano (*Syncerus*

caffer), o macaco Colobus (*Colobus polykomos*), o antílope (*Cephalophus dorsalis*), o duiker-de-dorso-amarelo (*C. sylvicultor*) ou a palanca-vermelha (*Hippotragus equinus*). O elande-gigante (*Tragelaphus derbianus*) foi visto pela última vez na Guiné-Bissau nesta área e os leões podem ser encontrados nas partes mais remotas de Boé. Contacto para programação da visita: IBAP em Bissau.

Apesar de Boé ter acessibilidades muito complicadas, sugerimos uma travessia de jangada pelo Cheche ou uma viagem por Contabane, com destino a Béli, fazendo uma incursão pelas bonitas tabancas mais a leste.

Nota: Para visitar esta zona, sugerimos que se façam acompanhar de tendas de campismo, roupa e calçado confortáveis, repelente, água engarrafada e comida.

102

REGIÃO DE GABU



ONDE COMER
E DORMIR

CABANAS TURÍSTICAS EM DINGUIRAI

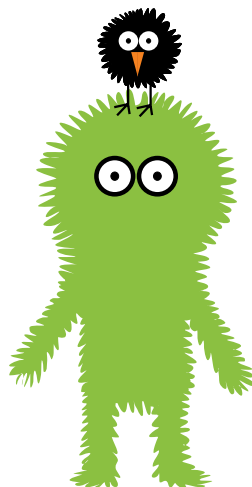
Serviço de refeições, passeios guiados, bicicletas. Ecoturismo ligado ao projeto de investigação sobre chimpanzês e integrado na vida quotidiana local.

ASSOCIAÇÃO DARIDIBÓ

Tel.: (+245) 966 397 087
E-mail: daridibo@gmail.com
comtamara@gmail.com
Página: www.daridibo.org

FONDA HUUWA – BELI

Júlio Djaló
Tel.: (+245) 955 822 954
| 955 428 341 | 955 805 386
Bungalows com serviço de restauração com produtos locais. Programa de observação da fauna local, como chimpanzês, com guias locais.







REGIÃO DE QUINARA

A Região de Quinara, com uma superfície de 3138,4 Km², é composta pelos setores de Buba, Empada, Fulacunda e Tite. Encontra-se no centro da Guiné-Bissau e aqui predomina a etnia Beafada. Se Buba tem grande potencial turístico em termos naturais, já Empada, Tite e Fulacunda não têm relevância turística digna de se assinalar. São regiões que se dedicam essencialmente à agricultura e à pesca artesanal.

A CIDADE DE BUBA

A cidade de Buba, capital de região, fica a 223 Km de Bissau, percorridos numa estrada alcatroada e em boas condições. Com 744,2 Km² e uma população estimada em 17 123 habitantes, Buba é habitada pelas etnias Beafada e Mandinga, existindo em menor percentagem Fulas, Balantas, Manjacos e Papéis. A cidade fica na margem do Rio Grande de Buba e vive essencialmente da pesca, da agricultura e do comércio. A cultura é essencialmente de arroz, amendoim e milho e é praticada a agricultura itinerante, que recorre às queimadas, uma prática que ameaça a floresta endêmica desta região, última mancha da floresta primária da Guiné-Bissau.

A cidade de Buba merece uma visita rápida e geral, sem nada de especial a assinalar que justifique uma paragem. Serve, no entanto, de ponto de partida para uma visita ao Parque Natural das Lagoas de Cufada, a poucos quilómetros da cidade ou para um passeio de barco no Rio Grande de Buba. A cerca de duas horas de carro de Buba, fica São João onde é possível apanhar uma piroga motorizada que numa curta travessia nos transporta até à Ilha de Bolama.

Saindo de São João, também podemos encontrar a 2 km a bonita praia de Colónia.



© STAND UP MEDIA/ MIKE MARROQUIM

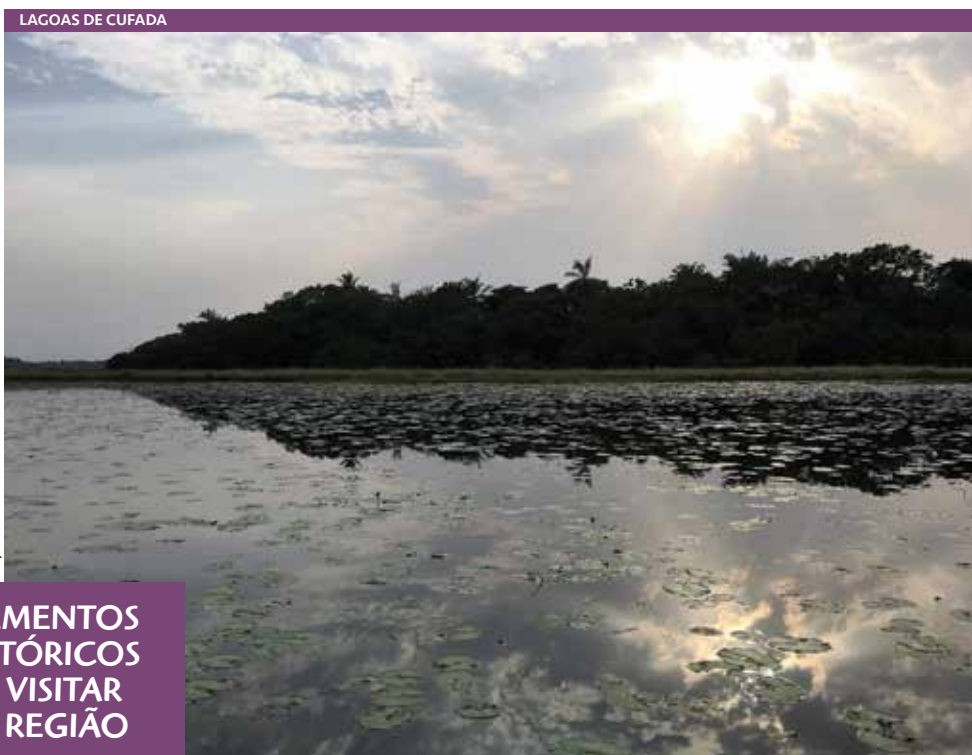


LAGOAS DE CUFADA

106

REGIÃO DE QUINARA

© JOÃO PEDREIRO



ELEMENTOS
HISTÓRICOS
E A VISITAR
NA REGIÃO

PARQUE NATURAL DAS LAGOAS DE CUFADA

Este parque, criado no ano 2000, fica situado entre os dois grandes rios da região, o Rio Grande de Buba e o Rio Corubal, e representa a maior reserva de água doce da Guiné-Bissau. São 89 000 hectares compostos de floresta primária e três lagoas de água doce, com uma extensão que varia entre 200 e 600 hectares, que serve de berço a muitas espécies de aves, primatas e de peixes de água doce. Na zona do Parque, existem 36 tabancas que acolhem uma população de cerca de 3 500 pessoas pertencentes a diversas etnias, designadamente, Beafadas (77,4%), Balantas (8,7%), Fulas e Manjacos.

À saída da cidade de Buba, vira-se à esquerda (o Parque está assinalado) e percorrem-se 20 Km de estrada de terra batida entre tabancas e natureza. Os últimos 5,5 Km de picada estão num estado precário que exige a utilização de uma viatura 4x4 ou, pelo menos, de um carro alto. A visita ao Parque das Lagoas de Cufada, deve ser feita acompanhada dos guias do IBAP, responsáveis pela preservação desta área e que se encontram baseados em Buba. É com eles que se pode fazer o passeio de caiaque (pago), deliciando-se nas calmas águas da lagoa, entre nenúfares e apenas ao som do remo na água, enquanto o guia do Parque explica os sinais da fulgurante vida selvagem em que navega. Para observar vários animais nas lagoas, as primeiras horas do dia são as mais aconselháveis. Do outro lado da lagoa, tem a oportuni-

dade de subir ao posto de observação ali instalado e ouvir as aves, os macacos ou as rãs, numa explosão de sons, que exigem alguns minutos de silêncio para absorver toda a vida existente nas imediações. O hipopótamo branco (*Hipopotragus equino*), o crocodilo preto (*Osteolaemus tetraspis*), o antílope (*Kobus defessa*), os cefalófos, os grous coroados, os gansos pigmeus africanos, os gansos Gâmbia, os Calaus de crista amarela, os búfalos (*Syncerus caffer*), as gazelas, as hienas e cerca de 7 a 8 espécies de primatas, incluindo o chimpanzé (*Pan troglodytes*), estão presentes em quase todas as áreas do Parque. Para além da avifauna autóctone, este é um importante ponto de acolhimento de aves europeias que ali passam o inverno, algumas das quais são espécies protegidas a nível mundial. 2% dos pelicanos de todo o mundo escolhem estas Lagoas como base para a sua migração anual. São cerca de 250 as espécies de aves que podem ser vistas neste Parque.

MATO SAGRADO

O Mato Sagrado é uma parte da floresta onde se praticam os rituais animistas, sendo por isso venerado pela população. A visita a esta zona deverá ser precedida de um pedido de autorização e realizada segundo as indicações dos habitantes locais.

POSSÍVEIS PASSEIOS NO PARQUE NATURAL DAS LAGOAS DE CUFADA

Para além dos passeios de caiaque já referidos anteriormente (os caiaques encontram-se ao cuidado dos habitantes da tabanca que fica adjacente à Lagoa e sob tutela do IBAP), sugerimos também um passeio pedonal ao longo do Rio Corubal com passagem em Uaná Porto, a Norte, e Ga Gregório Bacar Conté, a Sul. Para este passeio que tem a duração de todo o dia, aconselha-se o abastecimento prévio com água potável e comida, sapatos confortáveis e a utilização de calças e camisas de manga compridas para prevenir picadelas de insetos e proteger a pele nas zonas de mato mais cerrado. Também pode optar por passeios de barco nos rios salgados de Fulacunda e Rio Grande de Buba ou nos rios de água doce, Madina Ache, Cantanha e o rio Corubal. Estes circuitos deverão ser feitos na companhia de um guia do Parque que conhece os trilhos, o regime das marés e os perigos pelo que aconselhamos vivamente o contacto prévio com o IBAP.

CONTACTOS PARA CIRCUITOS E VISITAS:

INSTITUTO DA BIODIVERSIDADE E DAS ÁREAS PROTEGIDAS DA GUINÉ - BISSAU (IBAP)

Em Bissau (Avenida Don Settimio Arturo Ferrazze-
ta, C.P. Bissau) ou em Buba (junto do Porto).

Diretor do Parque Natural das Lagoas de Cufada
Tel.: (+245) 966 098 080 | 955 575 758
Página: www.ibapgbissau.org

OSSEH'MENE TOURS & SOUVENIRS

Tel.: (+245) 955 359 818 | 969 271 705

AVENTURE CORUBAL

Página: www.aventure-corubal.fr

108

PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA

Título:	Projeto de Apoio Integrado ao Desenvolvimento Rural nas regiões de Bafatá, Quinara e Tombali (PAIDR)
Parceiros implementadores:	Camões - Instituto da Cooperação e da Língua, IP (CICL) em parceria com CARITAS, ADRI, VIDA e RESSAN-GB
Contribuição UE:	3 500 000 EUR
Período:	2016 – 2020
Região:	Bafatá, Quinara e Tombali
Descrição:	O projeto visa contribuir para a melhoria das condições económicas e sociais das populações rurais, através da intensificação e valorização económica da produção agrícola. De entre os resultados esperados destaca-se a melhoria da produtividade da agricultura familiar e o reforço da autonomia das mulheres líderes de família. Um Centro de Ensino e Formação Agrícola (CEFA) foi criado em Buba, tendo-se iniciado o primeiro ano académico em Outubro de 2017.



LAGOAS DE CUFADA

© JOÃO PEDREIRO

CANAIS DO RIO GRANDE DE BUBA

O Rio Grande de Buba, um dos mais importantes da Guiné-Bissau, com uma superfície de 285 Km² e o santuário por excelência para a desova da barracuda, merece um passeio pelos seus canais bordados de mangais. Os manatins ou peixe-boi (*Trichecus senegaelensis*) e algumas espécies de tartarugas também são presenças constantes nestas águas. Este rio, que desagua no Atlântico junto à Ilha de Bolama, tem uma grande diversidade de espécies marinhas e é ponto de passagem de uma grande variedade de aves. Vale assim a pena fazer um circuito de barco para observação destas aves e da natureza, bem como uma paragem para um piquenique numa das pequenas ilhas deste rio.



ONDE COMER

BERÇO DO RIO

Tel.: (+245) 955 705 700 | 966 624 786
Ligar antecipadamente para reservar.



ONDE DORMIR

CASA DE PASSAGEM DO IBAP

Diretor do Parque Natural das Lagoas de Cufada
Tel.: (+245) 966 098 080
| 955 575 758

POUSADA DA BELA VISTA

Tel.: (+245) 966 624 786
| 955 706 700 | 955 378 089

BERÇO DO RIO

Tel.: (+245) 966 619 700
| 966 624 786

BUBA HOTEL

Tel.: (+245) 955 929 966

109





REGIÃO DE TOMBALI

A Região mais a sul do continente da Guiné-Bissau é Tombali, com capital na cidade de Catió. O isolamento a que está votada esta Região conduz-nos a paisagens verdejantes onde imperam os mangais, junto aos imensos braços de rios, os campos de arroz, embondeiros, palmeiras (*Elaeis guineensis*) e o seu óleo de palma, as florestas primárias e, numa zona mais interior, as savanas.

Saindo de Bissau, segue-se no sentido de Mansôa, Bambandinca, Quebo e depois até Mampata. Para chegar a Catió de carro, ruma-se a sul, numa viagem de 258 Km, sendo os últimos 60 Km em estrada de terra em mau estado. Esta região está dividida em quatro setores: Catió, Bedanda, Cacine e Quebo.

ELEMENTOS HISTÓRICOS E A VISITAR NA REGIÃO

© AECTOS.COM.LETRAS



CANTANHEZ

112

REGIÃO DE TOMBALI

PARQUE NACIONAL DAS FLORESTAS DE CANTANHEZ

Nota introdutória: para viajar de Bissau para Cantanhez deverá utilizar um jipe ou um carro suficientemente alto para conseguir fazer a parte final da picada, entre Guiledje e Iemberém, que se encontra em muito mau estado.

Aconselhamos também que esteja alguém à espera em Guiledje, para acompanhar o resto da viagem, pois há várias bifurcações na picada e uma ausência total de placas indicativas. A sudeste de Catió e ao longo da fronteira com a Guiné Conacri, situa-se o Parque Nacional das Florestas de Cantanhez.

Este Parque é delimitado a noroeste

pelo rio Cumbijã, a leste e sudoeste pelo rio Cacine, a norte pelos rios Balana e Balanazinho e a sudoeste pelo Oceano Atlântico.

É um dos ex libris da Guiné-Bissau com cerca de 1057 Km² de matas. Pela sua densidade florestal e preservação, é um dos nove sítios naturais mais importantes do ponto de vista da biodiversidade na Guiné-Bissau e para o World Wild Fund (WWF) é uma das duzentas ecorregiões mais relevantes a nível mundial. Estão aqui identificadas cerca de 207 plantas, mais de 30 espécies de mamíferos e cerca de 40 espécies de peixes.



DARI - CHIMPANZÉ - *PAN TROGLODYTES*

© IBAP

Os guias do Parque têm formação específica sobre a preservação ambiental e conservação da fauna e da flora, que, aliados aos conhecimentos ancestrais transmitidos de geração em geração e à experiência desenvolvida, asseguram um acompanhamento seguro dos turistas que até aqui se deslocam. Ao dispor estão vários itinerários de diferentes graus de dificuldade e que podem incluir experiências de cultura tradicional, itinerários nas florestas e/ou itinerários nas ilhas. A maior atração são os chimpanzés (*Pan troglodytes*), cuja observação é possível ao amanhecer quando estes acordam e iniciam os rituais diários com gritos e batimentos no chão, que ecoam pela floresta. A contemplação da majestosa floresta

densa e primária com os gigantes Poilões e as Tagaras, desafiam os grupos de turistas a abraçá-las e a descobrir as pistas dos diversos animais. Os produtos destas matas veneradas pelas populações locais são ainda uma fonte de subsistência, pois delas obtêm frutos, óleo de palma, madeira e lenha. Junto aos rios - que em época de chuvas aumentam o seu caudal até 6 m³ - é possível observar a calma dos mangais apenas interrompida por aves como as garças, os martim-pescadores ou por pescadores em canoas. As altíssimas palmeiras e as nascentes de água doce, sagradas para a população de Cantanhez, não deixarão ninguém indiferente.



ECOCANTANHEZ - IEMBERÉM

O Parque constitui ainda o habitat, por exemplo, do macaco fidalgo (*Colobus polykomos*), de búfalos (*Syncerus caffer*), de antílopes (*Hippotragus equinus*), do porco do mato preto (*Phacochoerus aethiopicus africanus*), do porco do mato vermelho (*Potamochoerus porcus*), do manatim (*Trichechus senegalensis*), de crocodilos (*Crocodylus niloticus*), entre outros. É também zona de passagem de garças, de flamingos, do pelicano, do colhereiro africano e de muitas outras aves, algumas em vias de extinção.



ONDE COMER
E DORMIR

ECO-CANTANHEZ

Sede do Parque de Cantanhez.
Tel.: (+245) 955 523 358
Ligar antecipadamente para reservar.

FARO SADJUMA

Estrada de Iemberém, Parque de Cantanhez
Tel.: (+245) 955 523 358
Ligar antecipadamente para reservar.



GUILLEDJE - MUSEU DA INDEPENDÊNCIA DA GUINÉ-BISSAU

No setor de Bedanda situa-se Guiledje, povoação que ficou célebre com a tomada de assalto do quartel-general português aquando da luta pela libertação nacional guineense. No espaço do antigo quartel ergue-se o Museu da Independência da Guiné-Bissau, onde estão expostas armas, munições, documentos ou mapas. A visita ao museu é acompanhada por um ex-combatente que ao explicar a estratégia militar parece reviver o momento, mas que faz questão de enfatizar que o museu é uma ode à paz.

TRADIÇÕES

Nesta zona, a população distribui-se por 13 tabancas, com diferentes tradições e costumes. As etnias principais residentes no Parque são a Balanta, a Nalu, a Tanda, a Djacanca, a Fula e a Sousso. Quase todos esses grupos étnicos mantêm laços de parentesco com habitantes da vizinha Guiné Conacri. Os Nalus são conhecidos pelo seu belo artesanato; a olaria balanta também está disponível nesta região, podendo enquadrar-se ainda o acompanhamento a zonas de produção do óleo de palma, ou aos locais onde se extrai o vinho de Cibe (*Borassus aethiopum*), visitar o processo de descasque tradicional de arroz, observar a transformação da mandioca em vários produtos ou visitar as plantações de caju, mancarra (amendoim) e de frutos tropicais.

ECO
CANTANHEZ

PARQUE NACIONAL
CANTANHEZ

ESTRADA PARA IEMBERÊM →

GULEDJE

TOMBALI

MUSEU MEMÓRIA
DE GULEDJE

CANTANHEZ →

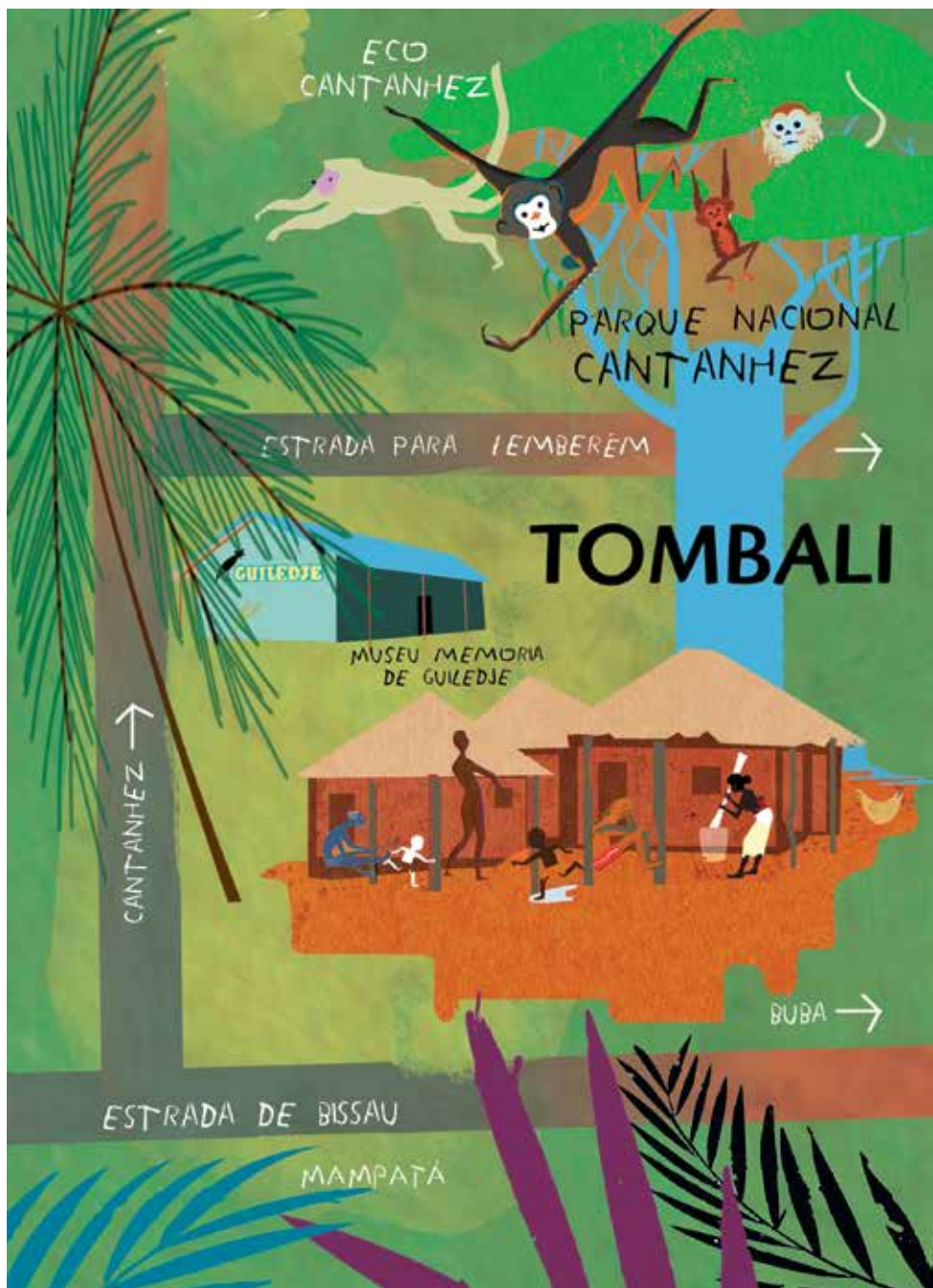
BUBA →

ESTRADA DE BISSAU

MAMPATÁ

116

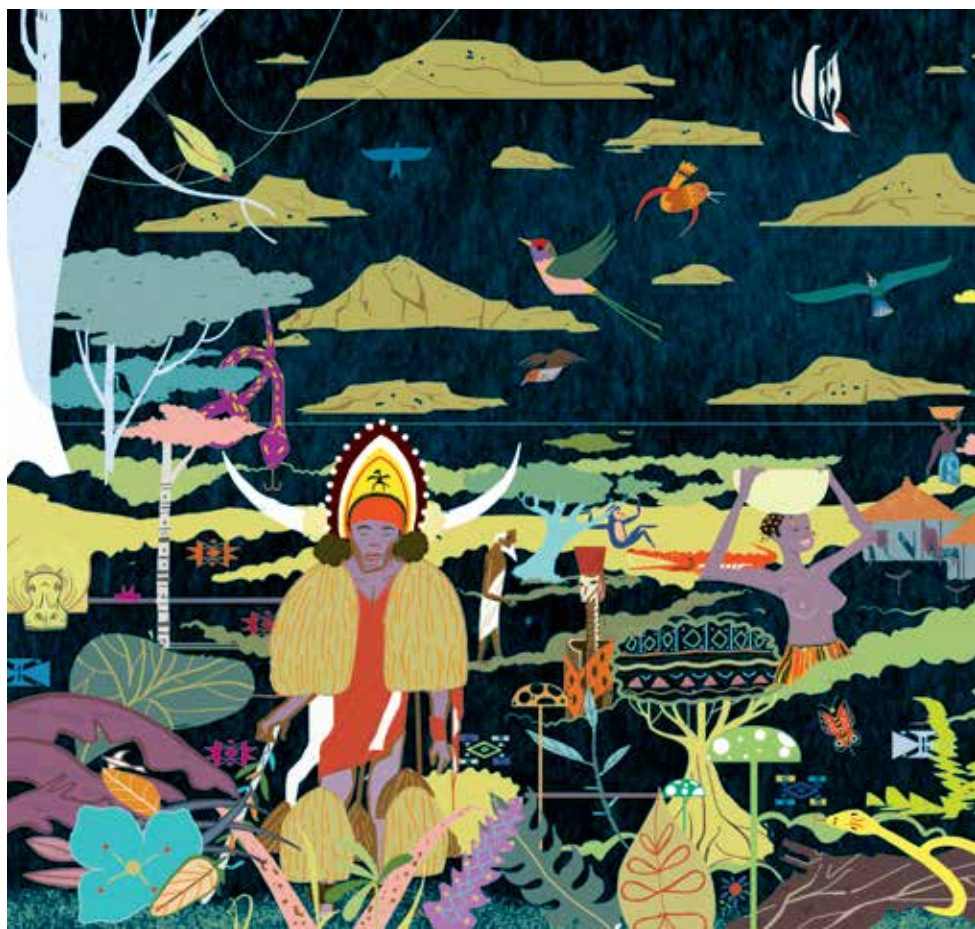
REGIÃO DE TOMBALI



PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA



Título:	ECOCANTANHEZ – Ecoturismo no Parque Nacional de Cantanhez
Parceiro implementador:	AD - “Acção para o Desenvolvimento”, em parceria com Associazione Interpreti Naturalistici del Parco Nazionale del Gran Sasso e dei Monti della Laga Onlus (AIN)
Contribuição UE:	491 880 EUR
Período:	2011 – 2014
Região:	Tombali
Descrição:	<p>O projeto promoveu a melhoria das condições de vida das comunidades de Tombali e das práticas de ecoturismo no Parque Nacional de Cantanhez, beneficiando cerca de 40 000 pessoas. A criação do museu “Casa do Ambiente e Cultura de Cantanhez” incentiva o aprofundamento do conhecimento sobre a diversidade ecológica e cultural do parque. O projeto envolveu as populações (sobretudo mulheres e jovens) na criação de condições para que os turistas possam permanecer na região e utilizar guias locais, bem como na produção e transformação local de produtos típicos (farinha de mandioca, óleo de palma), permitindo, assim, que o valor acrescentado permaneça nas comunidades e fomentando a criação de emprego.</p> <p>Em leMBERém existem 3 bungalows construídos com material local (adobe e palha), 2 bungalows na tabanca de Faro Sadjuma e um bungalow em Catesse, junto ao rio Cumbija.</p> <p>Mais informações: www.ecocantanhez.org</p>



REGIÃO DE BOLAMA E BIJAGÓS

Administrativamente, a região de Bolama-Bijagós encontra-se dividida em quatro setores: Bolama, Bubaque, Caravela e Uno. Em cada um deles, encontra-se um administrador de setor e há um governador-geral para toda a região que se encontra em Bolama.

ILHA DE BOLAMA

Esta ilha, que tem uma cidade com o mesmo nome, é a capital do setor de Bolama e do Arquipélago dos Bijagós.

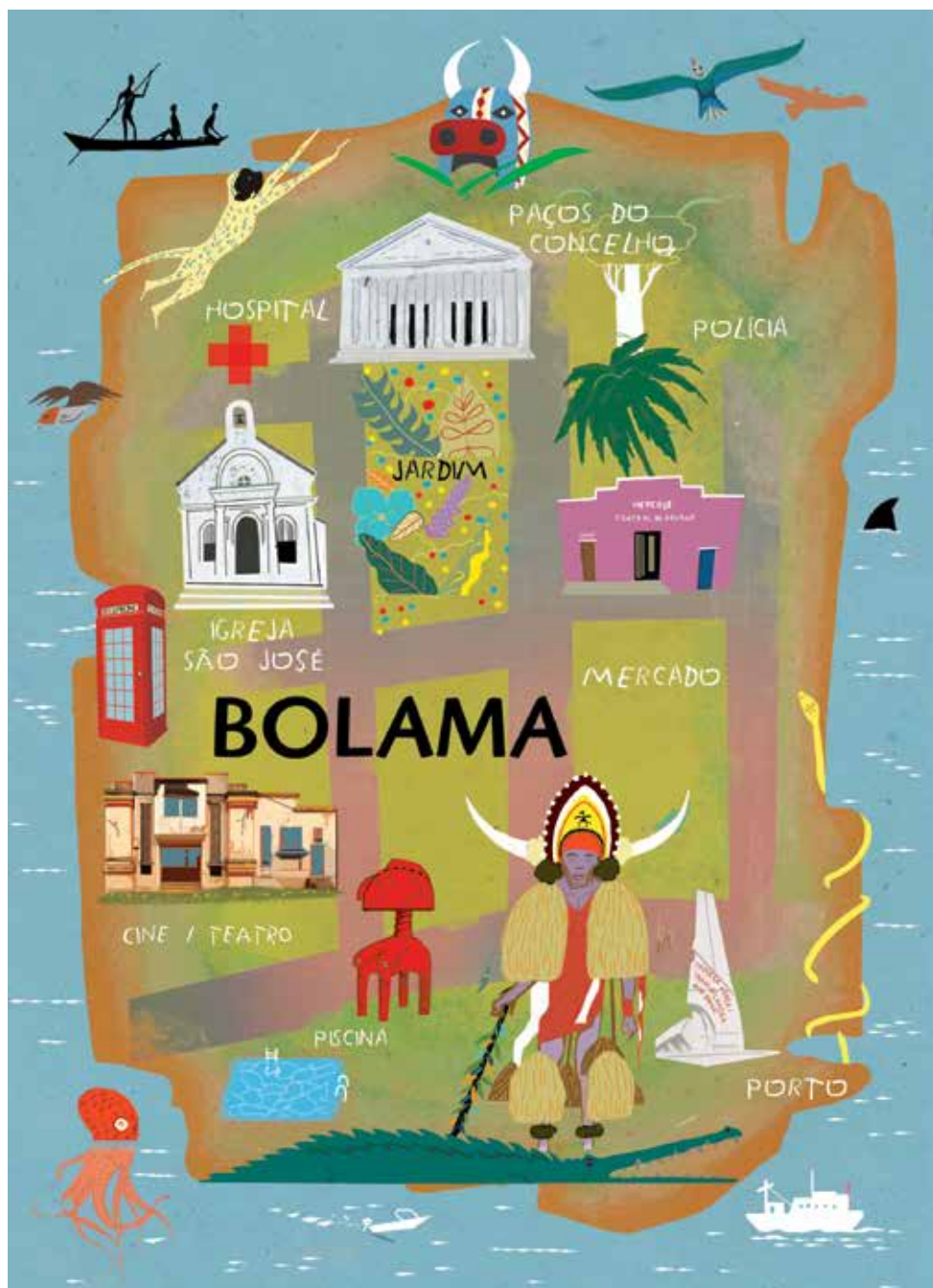
CONTEXTO HISTÓRICO

A Ilha de Bolama desanexou-se do Arquipélago de Cabo Verde no ano de 1879 e tornou-se a primeira capital da Guiné Portuguesa em 19 de março de 1879. Segundo algumas fontes históricas, Bolama tinha sido anteriormente descoberta e ocupada pelos britânicos que aqui erigiram uma feitoria e que vieram com base nesse facto, reclamar a posse do território. Em 1870, por arbitragem do Presidente dos Estados Unidos da América, Ulysses S. Grant, é dada razão a Portugal, tomando-se em consideração a prova apresentada em juízo: uma placa que estava submersa com a data da entrada dos portugueses no território anterior à chegada dos britânicos. Estes últimos desistiram assim das suas pretensões sobre Bolama e as zonas adjacentes.

CIDADE DE BOLAMA

A cidade de Bolama tem 21 000 habitantes, uma superfície de 65 Km² e é habitada essencialmente pela etnia Mancanha e alguns Bijagós. A pesca e a agricultura (mancarra, batata, milho, mandioca e caju) são as principais atividades desenvolvidas pela população.







IGREJA DE SÃO JOSÉ

© AFECTOS COM LETRAS

Bolama é uma cidade abandonada, os edifícios de grande interesse histórico estão completamente deteriorados, sem qualquer manutenção e em risco de ruir. Apesar de tudo, merecem uma visita cuidada nesta terra que “Foi uma vez...”.

PALÁCIO DOS PAÇOS DO CONCELHO

Construído em 1919, este edifício assemelha-se em muito à arquitetura da Casa Branca, em Washington, com as suas colunas de tipo grego a representar os pilares do poder. Aqui se concentravam todos os serviços administrativos ligados à gestão corrente da Guiné Portuguesa. O edifício foi abandonado em 1949 quando a capital da Guiné foi deslocada para Bissau, estando atualmente em risco de ruína e já sem parte da estrutura.

IGREJA DE SÃO JOSÉ

A 16 de maio de 1871 foi construída esta Igreja de São José, de fachada simples e interior austero, mas que conserva alguns azulejos originais e que foi reconstruída em finais do século XX.

RUÍNAS DO BANCO ULTRAMARINO

O Banco Ultramarino, que ficava na praça principal, funcionou até aos anos 40 do século passado e foi, posteriormente, um hotel de elevada reputação, o Hotel Turismo, que também já fechou portas. Hoje, pouco mais se encontra que uma ruína de um edifício.



PAÇOS DO CONCELHO

© AFECTOS COM LETRAS



TELÉGRAFO DA FEITORIA BRITÂNICA

© AFECTOS COM LETRAS

VESTÍGIOS DO TELÉGRAFO DA FEITORIA BRITÂNICA

Muito perto da praça principal encontra-se a estrutura metálica, em ruínas, daquele que foi o primeiro telégrafo da África Ocidental, construído aquando da instalação da feitoria britânica em Bolama. Além da placa que assinala o local, colocada recentemente por parlamentares britânicos, pouco mais se consegue identificar do antigo telé-

grafo, até porque o ferro da estrutura tem sido retirado para ser fundido e vendido, o que pede redobrada atenção das autoridades para preservar este elemento histórico da cidade. Também se encontram aqui e ali casas de construção contemporânea da feitoria britânica, assentes em pilares e elevadas do chão, para proteger das águas.

JARDIM MUNICIPAL

No jardim encontramos um coreto (danificado) e múltiplos bancos de jardim, escondidos entre o capim que, no entanto, permitem imaginar a beleza

deste espaço em tempos idos. As casas que circundam a praça e as existentes nas ruas adjacentes recordam a arquitetura colonial portuguesa.



© AFECTOS COM LETRAS

PORTO DE BOLAMA

COMO AQUI CHEGAR

A ligação entre Bolama e Bissau ocorre regularmente. Além disso, há uma canoa para São João, parte continental que se vê da Ilha (a cerca de duas horas de carro de Buba), e as pirogas particulares, que fazem transportes alternativos e mais económicos entre Bolama e Bissau (desaconselhável).



ONDE DORMIR

RESIDÊNCIA PESCARTE

Tel.: (+245) 955 905 262
| 966 633 827

HOTEL GÃ-DJAU

Tel.: (+245) 955 288 717



ONDE COMER BAR O FOGO

Tel.: (+245) 955 235 887
Inês Tavares.

É necessário ligar com antecedência para encomendar.

PORTO DA CIDADE

Na parte baixa da cidade de Bolama, fica o porto e o largo principal com uma imponente estátua de homenagem aos mortos de dois hidroaviões italianos, vítimas de um acidente aéreo em Bolama, em janeiro de 1931. Faziam a 1ª travessia do Oceano Atlântico em esquadrilha (14 hidroaviões), desde Roma até ao Rio de Janeiro. No porto, encontramos também aquela que foi a piscina municipal da cidade, uma estrutura de dimensões olímpicas, rodeada de palmeiras e com uma vista soberba sobre o oceano e São João, atualmente abandonada. Ao lado, fica a sede da Região.

O QUE VER NA ILHA DE BOLAMA

A Ilha tem agradáveis praias que merecem uma visita. A praia de Ofir (a cerca de 3 Km de Bolama), onde se encontra a estrutura do que foi em tempos uma unidade hoteleira, é a praia mais procurada pelos habitantes de Bolama. A cerca de 21 km, na ponta sudoeste, encontra-se a bonita praia de Bolama de Baixo, com areia fina e branca.

ILHA DE GALINHAS

A Ilha de Galinhas, com cerca de 1 500 habitantes fica próxima de Bolama. Não tem qualquer estrutura de apoio hoteleiro, mas merece uma visita breve pelo seu significado histórico e beleza das praias. No tempo colonial era uma ilha prisão, designada por “Colônia Penal e Agrícola da Ilha das Galinhas” onde estiveram encarcerados os presos políticos, defensores da independência, nomeadamente o intelectual e referência musical guineense, José Carlos Schwartz, que se inspirou nesta experiência para compor a música “Djiu Di Galinha”. Esta ilha tem praias selvagens que vale a pena explorar. Aqui chega-se de piroga a partir de Bolama, São João ou Bissau.



RAINHA OKINKA

© BALDOMERO COELHO

ARQUIPÉLAGO DOS BIJAGÓS

O Arquipélago dos Bijagós, elevado ao estatuto de reserva ecológica da biosfera da UNESCO em 1996, é composto por aproximadamente 90 ilhas, 17 das quais habitadas em permanência. Algumas ilhas têm uma população sazonal que para ali se desloca para cultivo do arroz ou para pescar. Outras ilhas há que são consideradas sagradas para os Bijagós, sendo por isso interdito viver

ou até pernoitar nelas. É, aliás, esta fé animista dos Bijagós, proibitiva de atividades económicas e de subsistência em muitas das áreas consideradas sagradas, o garante, de certa forma, da preservação ecológica do Arquipélago. Podemos também associar o estado de conservação destas Ilhas ao facto de terem estado durante muitos anos isoladas, não só pela insularidade mas

também pelo temperamento guerreiro dos Bijagós que se protegeram, desde sempre, contra intrusões estrangeiras, mesmo no período da colonização.

Este Arquipélago, que possui uma beleza e riqueza natural e cultural de exceção, tem uma extensão marítima de 10 000 km² e a ilha mais próxima da parte continental dista cerca de 20 Km. Os mares que rodeiam as ilhas são pouco profundos mas extremamente ricos, o que nos permite encontrar, por exemplo, manatins (*Trichechus senegalensis*), lontras-do-cabo (*Aonyx capensis*), tubarões, raias, peixes-serra, golfinhos (*Sousa teuzil* e *Tursiops truncatus*), crocodilos (*Crocodylus niloticus* e *C. tetraspis*), o hipopótamo marinho (*Hippopotamus amphibius*) e quatro espécies de tartarugas-marinhas, nomeadamente a tartaruga-verde (*Chelonia mydas*) - que tem na Ilha de Poilão a principal área de desova em todo o Continente Africano.

O mangal cobre cerca de um terço da parte emergente do Arquipélago o que explica a riqueza das suas águas, tão igualmente apetecíveis para as aves. Efetivamente, o Arquipélago dos Bijagós é também ponto de acolhimento para uma das maiores comunidades de aves migradoras a nível mundial.

Neste paraíso podemos encontrar, por exemplo: o abelharuco-pequeno (*Mergus pusillus*), o abelharuco-persa (*Mergus persicus*), o abutre-das-palmeiras (*Gypohierax angolensis*), o abutre-de-capuz (*Necrosyrtes monachus*), o abibe-esporado (*Vanellus spinosus*), as águias-pescadoras-africanas (*Haliaeetus vocifer*), as águias-pesqueiras (*Pandion haliaetus*), o alcaravão-do-senegal (*Burhinus senegalensis*), as andorinhas-

-da-guiné (*Hirunda lucida*), os andorinhões-pequenos (*Apus affinis*), o barbilhão-amarelo (*Vanellus senegallus*), o beija-flor-bronzeado (*C. pulchellus*), o beija-flor-de-barriga-verde (*Cinnyris chloropygius*), o calau-cinzento (*Tockus nasutus*), a chilreta (*Sterna albifrons*), o estorninho-de-dorso-violeta (*Cinnyricinclus leucogaster*), o estorninho-esplêndido (*Lamprotonis splendidus*), o fuselo (*Limosa lapónica*), a franga-d'água-preta (*Amaurornis flavirostris*), a garça-dos-recifes (*Egretta gularis*), a gaivina-preta (*Chlidonias niger*), as gaivotas-de-cabeça-cinzenta (*Larus cirrocephalus*), as gaivotas-de-bico-fino (*Larus genei*), o garajau-de-bico-preto (*Thalasseus sandvicensis*), o garajau-grande (*Hydroprogne cáspia*), o garajau-real (*Thalasseus maximus*), a garça-gigante (*Ardea goliah*), o garçonete-estriado (*Butorides striata*), o guarda-rios-de-popa (*Alcedo cristata*), a íbis-sagrada (*Threskiornis aethiopicus*), o jabiru-do-senegal (*Ephippiorhynchus senegalensis*), o maçarico-galego (*Numenius phaeopus*), o milhafre de-bico-amarelo (*Milvus aegyptius*), o papa-moscas-do-paraiso-africano (*Tersiphone viridis*), o pelicano-cinzento (*Pelecanus rufescens*), o pilrito-de-bico-comprido (*Calidris ferruginea*), o pilrito-pequeno (*Calidris minuta*), o pombo-verde (*Treron calvus*), a rola-de-manchas-azuis (*Turtur afer*) ou o tecelão-malhado (*Ploceus cucullatus*). Poilão, João Vieira e Orango são ainda o habitat para o papagaio-timneh (*Psittacus timneh*), ameaçado de extinção.

POPULAÇÃO

A etnia Bijagó (que se divide em quatro grupos distintos: Oracuma, Ogubane, Oraga e Ominca) constitui a população maioritária do Arquipélago, estando a população estimada em cerca de 34 000 habitantes. Podemos ainda encontrar em algumas das ilhas a etnia Papel, Beafada, Manjaca, Mandinga, Fula e Nhominca, esta última oriunda do Senegal e que se instala em acampamentos de pescadores sazonais. A base da economia no Arquipélago é o arroz, a pesca, a apanha de moluscos, a produção de óleo de palma ou o pastoreio, mas qualquer uma destas atividades é apenas de subsistência, havendo uma exploração sustentável de todos os recursos à disposição dos habitantes Bijagós.

GEOGRAFIA

Podem distinguir-se no Arquipélago cinco zonas geográficas: a zona Leste constituída pela Ilha de Galinhas, Canhabaque, Soga, Rubane e Bubaque; a zona Sul que integra Orangozinho, Meneque, Canogo, Orango Grande; a zona Oeste com as ilhas de Uno, Ura-cane, Eguba, Unhocomozinho e Unhocomo; a Noroeste podemos encontrar Caravela, Keré e Carache; e finalmente, a Nordeste, ficam a Formosa, Ponta e Maio. Além disso, são de referir os dois parques nacionais marinhos - o Parque Nacional de João Vieira e Poilão e o Parque Nacional de Orango - e uma Área Marinha Protegida Comunitária das Ilhas Formosa, Nago e Tchediã (Urok).

ILHA DE BUBAQUE

A Ilha de Bubaque tem uma área de 48 Km² e cerca de 11 300 habitantes. Fica situada no canto Sudeste do Arquipélago, separada por um estreito canal de Rubane e relativamente próxima das Ilhas de Soga e Canhabaque. Esta é a ilha mais turística, com variada oferta hoteleira e um festival de música no fim de semana da Páscoa que atrai muitos turistas que se deslocam vindos do continente para assistir a estes três dias de música contemporânea e tradicional guineense.

CIDADE DE BUBAQUE

A cidade de Bubaque, capital da ilha, vive à volta do porto e do mercado que ali existe, mesmo ao lado do pontão. É uma cidade com ruas desordenadas e construções de características variadas, com alguns vestígios de arquitetura colonial.



TABANCA NOVA BIJAGÓ

© MOURA FRAGOSO

127

PORTO

Altamente degradado, é por excelência o ponto de chegada à ilha. Aqui, é possível ver o fervilhar das gentes, principalmente quando chega e parte o barco com destino a Bissau, um cacilheiro onde tudo embarca e desembarca: peixe, galinhas, vacas, porcos, cabras e, claro, muita gente. Para entrar e sair do barco tem que se ser um pouco inventivo pois as estruturas não estão preparadas para a atracagem nem desembarque em condições ditas normais.

MERCADO

Saindo do porto e seguindo para o lado direito, encontramos o antigo mercado local, com as bancas de venda recheadas de cores. Aqui comercializa-se um pouco de tudo nos pequenos armazéns e bancas, como legumes, fruta, peixe, carne, roupa, cereais, arroz, medicamentos, sapatos ou pequenos eletrodomésticos. O novo mercado fica na saída do porto para o lado esquerdo.



© AFECTOS.COM/LETRAS

CASA DO ANTIGO ADMINISTRADOR DE BUBAQUE

128

REGIÃO DE BOLAMA E BIJAGÓS

CASA DO ANTIGO ADMINISTRADOR DE BUBAQUE

Este edifício colonial, que fica em frente ao canal que separa Bubaque de Rubane, encontra-se em evidente estado de degradação e funcionou até há bem pouco tempo como sede administrativa do poder em Bubaque.

MUSEU DE BUBAQUE

Para o lado esquerdo, à saída do porto, sobe-se uma rua onde se encontra o museu de Bubaque “Padre Biasutti”, que acolhe dezenas de estátuas, má-

caras e objetos de uso quotidiano pelos Bijagós, recolhidas ao longo dos anos por Luigi Scantamburlo, missionário italiano que ali reside desde 1975. A arte Bijagó, a par do artesanato Nalu é das mais importantes e conhecidas da Guiné-Bissau. Os artesãos Bijagós, apenas com uma faca e um pedaço de madeira produzem esculturas religiosas como máscaras, bancos do Régulo ou estátuas (estas exigem um cerimonial prévio à sua execução), canoas, remos, pilões ou almofarizes. Toda esta riqueza cultural está representada neste museu inaugurado em 2009 e que está aberto de terça-feira a domingo. Horário: 10h00-13h00 e 16h00-19h00.

ELEMENTOS
HISTÓRICOS
E A VISITAR
NA REGIÃO





© AFECTOS COM LETRAS

PRAIA DE BRUCE

INTERIOR DA ILHA DE BUBAQUE

Do Museu pode seguir-se para o interior da ilha, onde encontramos a Tabanca Nova da Bijagó ou do Bijante, um passeio de cerca de 4 Km, primeiro por uma rua com casas de um lado e do outro e, depois, por meio de mato denso. Esta é a maior Tabanca, depois de Bubaque, e abriga tradições e rituais muito particulares dos Bijagós. Os turistas são bem-recebidos, logo cercados por crianças e jovens que mostram a aldeia e os encaminham até à casa do Homem Grande. Regras de cortesia aconselham que, aquando da visita, se ofereça tabaco ou aguardente ao Chefe da Tabanca. Esta Tabanca é dona da ilha sagrada de Rubane, mesmo em frente a Bubaque, onde aliás vivem sazonalmente para o cultivo do arroz.

PRAIA DE BRUCE

Fica a cerca de 18 Km de Bubaque, no outro extremo da ilha, mas justifica uma deslocação. É uma extensão de areia branca e de águas serenas, com palmeiras e um denso mato quase a tocar o mar. Ali perto, encontra-se uma grande tabanca, com o mesmo nome. O mar calmo e a água morna convidam a um banho, mas uma atenção especial deve ser dada às raias que abundam nesta zona, sendo aconselhável o uso de sandálias para proteção dos pés. Para aqui chegar a partir do centro de Bubaque deverá informar-se num dos hotéis sobre a possibilidade de recorrer a um carro, bicicleta ou a uma mota.

129



ONDE COMER

SALDOMAR

Tel.: (+245) 955 496 826
Comida mediterrânica. Pizzas em forno de lenha

DJIU MANCEBO

Tel.: (+245) 966 100 174
| 955 805. 563
Comida africana, junto do porto.

CASA DORA

Tel.: (+245) 955 967 714
| (+351) 919 856 165
Página: www.casadora.yolasite.com
Mediante reserva



ONDE DORMIR

DAKOSTA ISLAND BEACH CAMP

Praia de Bruce
Tel.: (+245) 966 978 066
E-mail: Getinfo@dakostabc.com
Hotel à beira mar, com bungalows com ventoinha e WC e tendas na praia. Transferes assegurados pelo hotel de Bissau para Bubaque.

KASA AFRIKANA

Hotel com piscina vocacionado para programas de pesca desportiva. Possibilidade de excursões dentro de Bubaque e para outras ilhas.

Tel.: (+245) 955 949 213
| 966 581 667

Página: www.kasa-afrikana.com

CASA DORA HOTEL

Possibilidade de excursões dentro de Bubaque e para outras ilhas. Tel.: (+245) 955 967 714
| (+351) 919 856 165

E-mail: casadorabubaque@gmail.com
Página: www.casadora.yolasite.com

LODGE LES DAUPHINS

Hotel vocacionado para programas de pesca desportiva. Possibilidade de excursões dentro de Bubaque e para outras ilhas.

E-mail: denisebubaque@hotmail.fr
Página: www.lodgelesdauphins.com

HOTEL CALYPSO

Tel.: (+245) 955 949 207

| 966 106 436

E-mail: gerald@hotelcalypso-bubaque.com
Página: www.hotelcalypso-bubaque.com

LE CADJOCO

Tel.: (+245) 955 575 470

CHEZ TITI – GUESTHOUSE

Tel.: (+245) 955 991 353

Página: www.titibubaque.com



COMO AQUI CHEGAR

O barco de carreira sai de Bissau regularmente. Informações sobre horários deverão ser obtidas no porto de Bissau ou no porto de Bubaque. A viagem de avioneta de Bissau ou de Cap Skirring (Senegal) também é uma opção através de operador privado, pois há uma pista de aviação em funcionamento. É igualmente possível fazer o percurso em lanchas rápidas privadas ou em pirogas motorizadas (esta última hipótese não é recomendável, pois as marés e as correntes aconselham prudência redobrada nos mares do Arquipélago).



PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA



© ASSOCIAZIONE MANITSE

131

Título:	BUBAQUE CIDADE ABERTA
Parceiros implementadores:	Associazione Manitese, em parceria com Engim, Adim, Faspebi e a Universidade Cà Foscari de Venezia
Contribuição UE:	481 121 EUR
Período:	2013 - 2016
Região:	Cidade de Bubaque
Descrição:	Entre outras atividades do projeto, destacam-se: a criação da primeira escola de formação turística, dedicada aos jovens das ilhas Bijagós, atualmente gerida pela organização local Faspebi; a renovação da estrutura do Mercado Central da cidade, que pode, atualmente, ser considerado um dos melhores mercados do país; e a implementação de um sistema de recolha seletiva do lixo da cidade, hoje sob gestão da administração local e da organização juvenil Andorinha.

PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA



© COBIANA COMMUNICATIONS

132

REGIÃO DE BOLAMBA E BIJAGÓS

Título: FESTIVAIS DE CULTURA – Sustentar o Homem e a Biosfera

Parceiro implementador: Cobiana Communications & Culture

Contribuição UE: 332 205 EUR

Período: 2014 – 2017

Região: Ilha de Bubaque

Descrição:

O projeto promove a realização anual - pela altura da Páscoa - do Festival de Música de Bubaque, verdadeiro encontro de celebração do património cultural e da biodiversidade das ilhas Bijagós e do país. O projeto fortalece também uma rede de festivais musicais entre a Guiné-Bissau, o Senegal e a Mauritânia e contribui para a criação de emprego na indústria cultural, reforçando as capacidades dos jovens para produzir conteúdos multimédia e facilitando colaborações, trocas e residências artísticas entre os três países. Assim, garante-se a integração do Festival no contexto das manifestações culturais sub-regionais.

Mais informações: www.festivaldebijagos.com
ACP cultures+: www.acpculturesplus.eu



© AFECTOS COM LETRAS

RUBANE

ILHA DE RUBANE

Ilha sagrada, mesmo colada a Bubaque, onde não é permitida a construção com caráter permanente, derramar sangue ou enterrar mortos. Rubane acolhe durante parte do ano os habitantes da Tabanca Bijante de Bubaque, que ali vivem em acampamentos enquanto cultivam e apanham o arroz ou produzem o óleo de palma. Há também nesta ilha um pequeno acampamento de senegaleses que se dedicam à pesca. A ilha tem uma paisagem exuberante

que convida a longos passeios pelo seu interior. Mesmo em frente a Bubaque está o hotel / acampamento Chez Bob e, numa zona mais ampla, reservada e muito cuidada, pode encontrar-se o Hotel Ponta Anchaca, com construções de madeira e passadiços cheios de estatuária que merecem uma estadia ou pelo menos uma visita e um refresco de final de tarde, no deck situado em cima do mar.



COMO AQUI CHEGAR:

Os Hotéis têm barcos próprios que fazem a viagem desde Bissau ou a partir de Bubaque. Também é possível apanhar o barco entre Bissau e Bubaque e fazer o transporte em bote até Rubane. Outra alternativa é vir de avioneta de Bissau, de Dakar ou de Cap Skirring (Senegal) até Bubaque e o hotel Ponta Anchaca (proprietário do avião) assegura o transporte em bote até à Ilha de Rubane. Poderá igualmente recorrer a um táxi aéreo (ver contacto da empresa Arc en Ciel, no final deste guia).



ONDE COMER E DORMIR

HOTEL PONTA ANCHACA

Tel.: (+245) 96 639 43 52
966 067 393 | 955 460 440
E-mail: pontaanchaca.rubane@gmail.com
Hotel com piscina, ar condicionado e água quente. Vocacionado para programas de pesca desportiva. Comida internacional e peixe fresco. Possibilidade de excursões dentro de Rubane e para outras ilhas.

FISHING CLUB BIJAGÓS - CHEZ BOB

Tel.: (+245) 966 109 149
E-mail: Bob.ajaja@gmail.com
Página: www.chez-bob.sitew.com
Hotel vocacionado para programas de pesca desportiva. Possibilidade de excursões dentro de Bubaque e para outras ilhas.

133



CANHABAQUE

© JORGE HORTA

ILHA DE CANHABAQUE

A Ilha de Canhabaque, também conhecida por Roxa, é uma ilha com 111 Km², coberta por uma luxuriosa vegetação e com bonitas praias alternadas com formações rochosas. Foi a primeira ilha do arquipélago a ser habitada e ainda hoje acolhe uma comunidade de cerca de 2 500 habitantes, espalhados por várias tabancas. É considerada a mais tradicional de todo o Arquipélago, em matéria de costumes e modo de vida, e disputa com Caravela a reputação da mais bonita. Canhabaque é uma ilha encantada para os animistas, havendo a crença de que aqui as árvores falam. Vale a pena uma visita para conhecer as tradições, em especial às tabancas do lado nascente da Ilha, que são as mais afastadas da influência de Bubaque: Inorei, Meneque, Inhodá e Ambeno. Aqui, encontramos uma sociedade matrilinear, em que as mulheres têm uma forte predominância na gestão e na manutenção do equilíbrio das tabancas.

ILHA DE SOGA

Esta ilha sagrada está reservada aos rituais de iniciação femininos. A visita é condicionada pelo que aconselhamos que se informem em Bubaque das possibilidades de ali se deslocarem.

VISITA À RAINHA-OKINKA

Sugerimos que se faça uma visita à Rainha-Okinka levando-lhe um presente, naquela que é uma experiência muito reconfortante. A Okinka mais influente da ilha está na Tabanca de Inorei embora cada uma das tabancas da Ilha tenha a sua Rainha.



COMO AQUI CHEGAR

Desde Bubaque é cerca de uma hora de piroga motorizada. Aconselhamos que se faça acompanhar de oferendas para o Chefe da Tabanca – o Oronhó –, bem como para a Rainha Okinka, das tabancas a visitar. Habitualmente as oferendas são tabaco, vinho de palma ou aguardente.



TABANCA DE ETICOGA

© IBAP

PARQUE NACIONAL DE ORANGO

Situado na parte Sul do Arquipélago, este Parque é composto por cinco ilhas principais: Orango, Orangozinho, Meneque, Canogo e Imbone e por 3 ilhéus: Andonga, Canuapa e Anetive. Tem uma superfície total de 158 235 hectares.

ILHA DE ORANGO

Orango, que integra o Parque Nacional com o mesmo nome, é a ilha mais distante da parte continental da Guiné-Bissau e a maior em termos de superfície, embora só contabilize cerca de 2 500 habitantes espalhados por cerca de 10% do território. Esta Ilha tem uma fauna extremamente abundante que inclui hipopótamos marinhos, crocodilos, algumas espécies de tartarugas que fazem aqui a desova, a gazela pintada, o macaco verde, lontras, manatins e golfinhos.

Orango tem a particularidade de ser regida por mulheres. Mesmo quando as tabancas têm um chefe, são as descendentes da Rainha Kanyimpa que exercem o poder real. As suas decisões são inquestionáveis e irrevogáveis. Aqui, vive-se num regime matrilinear em que as mulheres exercem o poder, são as proprietárias das terras, das casas e das colheitas, escolhem os namorados e maridos, tomam a iniciativa de divórcio

e ficam invariavelmente com a guarda dos filhos.

TABANCA DE ETICOGA

É a actual capital de Orango Grande, a antiga capital era a tabanca de Ambuduco. A rainha Okinka Pampa é originária da tabanca de Eticoga. É a maior tabanca da ilha onde se vive de forma tradicional, com a particularidade de ser governada por uma Rainha que é eleita entre as mulheres da tabanca (as Okinkas, quer dizer as Baloberas) e permanece no cargo para o resto da vida. Segundo as tradições ancestrais, esta mulher depois de eleita, consagra-se à gestão dos interesses comunitários e deve abandonar a sua família. A autoridade desta rainha estende-se e é reconhecida em todo o Arquipélago dos Bijagós.

TÚMULO DA RAINHA OKINKA PAMPA

O Mausoléu da Okinka Pampa está localizado na tabanca de Eticoga. Okinka Pampa reinou no Arquipélago dos Bijagós até ao ano da sua morte, 1930. Venerada em todo o Arquipélago (e também na parte continental) por ter sempre resistido à colonização dos portugueses e por ter concluído com estes um acordo de paz, considerado

justo para o seu povo. Neste templo sagrado, é venerada a Rainha Pampa e toda a família real, consideradas divindades pelo povo Bijagó. O régulo da tabanca controla a entrada no mausoléu, onde ninguém tem o direito de entrar sem o conhecimento do régulo ou dos seus assessores.

LAGOA DE ANÔR

Orango, cheia de mangais e rias que entram ilha dentro, tem a particularidade de ser a casa de uma importante comunidade de hipopótamos marinhos que vivem entre a lagoa, no interior da ilha, e as águas salgadas do oceano que a banha. Não sendo o único local no mundo onde os hipopótamos vivem simultaneamente no mar e em água doce, destacam-se aqui pelo facto de conseguirem viver permanentemente no mar, apenas precisando de água doce para beber. Estes hipopótamos percorrem grandes distâncias ao se deslocarem entre as ilhas dos Bijagós, mas os hipopótamos de Orango passam grande parte do dia na lagoa de Anôr e, ao final do dia, dirigem-se para o mar onde se banham, conseguindo desta forma ver-se livres das sanguesugas que lhes povoam o corpo. Podemos encontrar facilmente os trilhos da sua passagem entre o pasto seco, quando percorremos a ilha. Chegando ao Parque, e tendo em conta as marés, há duas formas de contemplar estes hipopótamos no seu habitat natural, a partir do posto de observação instalado junto à lagoa. Uma das hipóteses

é ir de barco pelos braços de ria num percurso de grande beleza entre mangais que nos levam até um pontão já muito próximo da lagoa. Daqui, apenas se percorre uma pequena distância a pé, passando por uma tabanca e por alguns campos de arroz. Uma outra possibilidade é ancorar o barco na praia e fazer um trajeto de cerca de uma hora a pé por entre uma paisagem tipicamente de savana, salpicada por palmeiras. Esta alternativa, embora mais cansativa, leva-nos por paisagens dignas de registo e cruzamos aqui e ali, com uma pequena lagoa com "lagartos" (crocodilos) aparentemente tão afáveis como os hipopótamos, com alguns macacos e, claro, com os habitantes da ilha nas suas atividades quotidianas.

O hipopótamo é considerado pelos habitantes um animal sagrado a que não se deve fazer qualquer tipo de investida ou matar. Segundo as crenças animistas dos bijagós, quando se faz mal a um hipopótamo, a desgraça abate-se sobre essa pessoa ou sobre a família. É conhecida a lenda do homem que tentou matar um hipopótamo com uma lança por este ter invadido os



PRAIA - ORANGO

© AFECTOS COM LETRAS

seus campos de arroz. Quando nasceu o seu filho, tinha uma deficiência no lábio, localizada no mesmo sítio em que este homem atingiu o hipopótamo. Para proteger os campos de arroz, frequentemente assaltados por estes animais, foram criadas recentemente umas cercas eletrificadas o que permite garantir a sã convivência entre o homem e os hipopótamos, sem prejuízo para a agricultura de subsistência que aqui se pratica.

PRAIAS

A praia por excelência da ilha fica perto do Orango Parque Hotel e é um longo areal bordado de uma paisagem comple-

tamente selvagem.



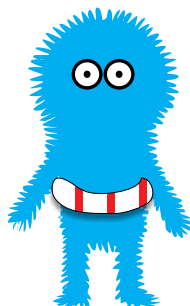
ONDE COMER E DORMIR

ORANGO PARQUE HOTEL

Tel.: (+245) 955 352 446
| 966 605 015
Página: www.orangohotel.com
E-mail: info@orangohotel.com

CASA COMUNITÁRIA DE ANÔR

Tel.: (+245) 966 602 319
| 955 383 642
E-mail: ecoibap@gmail.com



COMO AQUI CHEGAR

A partir de Bissau pode apanhar-se o barco de carreira até Bubaque e entrar em contato com o IBAP, para ver como organizar uma visita a estas Ilhas.

A alternativa é utilizar barcos privados a partir do Hotel Mar Azul em Quinhamel ou de Bissau, no continente, ou de alguma das ilhas do Arquipélago com oferta turística e opções de excursões a consulta nos hotéis.

Nota: Aconselhamos que se faça acompanhar de água engarrafada, roupa confortável, repelente, protetor solar e alimentos.

PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA



HIPOPÓTAMOS, PARQUE NACIONAL DE ORANGO

© ORANGO PARK HOTEL

138

REGIÃO DE BOLAMBA E BIJAGÓS

Título: REFORÇO DO TURISMO NATURAL HISTÓRICO E CULTURAL COMO CRESCENTE ATIVIDADE ECONÓMICA PARA O DESENVOLVIMENTO DA GUINÉ BISSAU

Parceiro implementador: Fundación CBD-Habitat

Contribuição UE: 499 998 EUR

Período: 2013 - 2016

Região: Arquipélago dos Bijagós, ilha de Orango

Descrição:

Este projeto promoveu o turismo natural, histórico e cultural, contribuindo para o desenvolvimento socioeconómico, especialmente da ilha de Orango. Foram desenvolvidas ações ligadas à conservação da biodiversidade e ecossistemas naturais, facilitando as relações entre o homem e o ambiente no Arquipélago dos Bijagós e também implementadas atividades de ecoturismo responsável nos parques naturais existentes.

Hoje, o Orango Parque Hotel, na Ilha de Orango reinveste os lucros obtidos em pequenos projetos comunitários para benefício da população local.

Mais informações: www.orangohotel.com



ILHA DE CARACHE

© AFECTOS COM LETRAS

ILHA DE ORANGOZINHO

A ilha de Orangozinho, também parte integrante do Parque Nacional de Orango, tem as mesmas características da ilha de Orango: luxuriantes mangais, baías de areia branca rodeadas de palmares totalmente selvagens.

PRAIAS

Aqui, encontra-se a Ponta Anô, que fica próxima da tabanca de Acanho e a Ponta Canapá, localizada no extremo sul da ilha perto do canal que dá acesso à tabanca de Uite. Ambas são praias totalmente selvagens, onde só se pode chegar de barco. Na Ponta Canapá, existe uma importante colónia de macacos que, para disfrute dos viajantes, todos os dias vêm brincar e mariscar nas areias da maré vazia.

ILHAS DE CARAVELA, CARACHE E KERÉ

ILHA DE CARACHE

Ilha de vegetação densa, com pequenas baías e uma grande comunidade de macacos verdes que vive paredes meias com a parca população desta ilha, dispersa por três tabancas. O modelo de sociedade e as tradições são uma réplica do que descrevemos de seguida sobre a ilha vizinha de Caravela.



COMO AQUI CHEGAR:

Há a possibilidade de apanhar uma piroga motorizada a partir de Bissau (pouco aconselhável) ou recorrer a barcos privados que fazem o percurso a partir de Bissau ou do Hotel Mar Azul, em Quinhamel.



COMO AQUI CHEGAR

Há a possibilidade de apanhar uma piroga motorizada a partir de Bissau (pouco aconselhável) ou recorrer a barcos privados que fazem o percurso desde Bissau ou de Biombo para as ilhas de Keré, Caravela e de Carache.



ILHA DE CARAVELA

© AFECTOS COM LETRAS

ILHA DE CARAVELA

Esta é a ilha das praias paradisíacas por excelência. Um extenso areal de areia branca, água azul-turquesa, poilões centenários e árvores frondosas, onde é comum encontrar macacos. Esta ilha, com pouca densidade populacional, mostra o que de melhor e mais natural se pode encontrar no Arquipélago dos Bijagós. Aqui, habitam cerca de 10 500 pessoas espalhadas por cinco tabancas no interior da ilha. A população dedica-se, essencialmente, à pesca tradicional, ao cultivo do arroz “m’pampam”, do caju e da mancarra e à apanha de combé, base da alimentação da ilha. A sociedade de Caravela é, à imagem do que já referimos relativamente a outras ilhas, matrilinear, cabendo à mulher escolher o seu marido. De sete em sete anos é realizado o fanado, um ritual de iniciação da vida adulta e de entrada na cultura ancestral Bijagó. O fanado tem uma duração de 30 dias e, entre várias práticas, implica a circuncisão. Cada uma das tabancas tem a sua “ponta de fanado”, uma extensa área onde se encontra uma casa da qual ninguém se pode aproximar sem que já tenha passado pelo ritual do fanado e o acesso é vedado ao sexo oposto daquele que ali realiza os rituais. O fanado das mulheres é o mais sagrado, porque tem uma forte componente espiritual, dado que é nestas que reencarnam os mortos.



© STAND UP MEDIA/MIKE MARROQUIM

ILHA DE KERÉ

ILHA DE KERÉ

À chegada a Keré, acreditamos estar a entrar na Ilha do Peter Pan. Este ilhéu é pequenino mas suficientemente grande para acolher um acampamento de pesca composto por bungalows e uma parte comum que convida vivamente a um fim de semana de relaxe entre árvores, praia e pura natureza. Esta ilha está vocacionada para a pesca desportiva e ecoturismo, tendo ali várias opções à disposição dos turistas para visita de outras ilhas do arquipélago.



ONDE COMER
E DORMIR

HOTEL KERÉ

Tel.: (+245) 966 993 827 | 966 794 965

E-mail: laurentsonia.kere@gmail.com

Página: www.bijagos-kere.com



COMO AQUI CHEGAR:

O Hotel Keré tem um barco que transporta os turistas desde Ponta Biombo até Keré.



© IBAP

TARTARUGAS - PARQUE NACIONAL MARINHO DE JOÃO VIEIRA E DE POILÃO

PARQUE NACIONAL MARINHO DE JOÃO VIEIRA E DE POILÃO

O Parque Nacional pertence à Reserva da Biosfera e foi declarado “Dom à Terra” pelo WWF em 2001. Este Parque é composto por seis ilhas e ilhéus: João Vieira, Poilão, Meio, Cavalos, Aweto e Cabras. As “Ilhas do Sul” e têm uma área total de 49 500 hectares, dos quais 95% são parte das zonas inter-marés e zonas marinho-aquáticas rasas. A sua vegetação é predominantemente de palmares e as savanas com florestas secas densas e semidensas. Estas ilhas

são apenas habitadas sazonalmente e o acesso é limitado pelo facto de serem sagradas, o que exige um pedido de autorização prévio para entrar em qualquer uma delas, que é concedido pelas tabancas do sul de Canhabaque.

A tabanca de Bine é dona da ilha de Cavalos; a de Meneque é proprietária de João Vieira; Meio é da tabanca de Inhoda e Poilão pertence a Ambeno.

142

REGIÃO DE BOLAMBA E BIJAGÓS

ILHA DE POILÃO

A ilha de Poilão é uma ilha sagrada e protegida pelos espíritos, segundo uma lenda bijagó. É nesta ilha que se procede à consagração de Régulos e a entrada é interdita a não iniciados. Com um perímetro de cerca de três quilómetros, Poilão encontra-se a cerca de 50 quilómetros da costa continental guineense e é um verdadeiro santuário para a nidificação de tartarugas na África Ocidental. Entre outubro e novembro, cinco espécies de tartarugas marinhas fazem

a desova no Arquipélago, escolhendo essencialmente esta ilha. Aqui podemos encontrar a tartaruga verde, a tartaruga de pente, oliva, cabeçuda e a de couro. Com o acompanhamento dos guardas do Parque, é possível testemunhar não só a desova, como também a corrida das tartarugas recém-nascidas para o mar, um momento digno de registo.



ILHA DE JOÃO VIEIRA

ILHA DE JOÃO VIEIRA

Em João Vieira, vivem sazonalmente os habitantes de Canhabaque, proprietários desta ilha, que fazem a cultura do arroz “m’pampam”, produzem o vinho e o óleo de palma e praticam ao longo do ano várias cerimónias tradicionais, bem como em Meio e Cavalos. De salientar que o povo bijagó dedica cerca de cem dias por ano a ritos e cerimónias tradicionais.

Tem uma bonita baía com uma extensa praia de areia branca, onde se encontra o hotel que serve de base logística a quem visita as ilhas deste parque marinho. A casa dos guardas do Parque de João Vieira e de Poilão alberga um museu modesto, mas que oferece uma boa interpretação da biodiversidade ali existente.



COMO AQUI CHEGAR

A partir de Bissau pode apanhar-se o barco de carreira até Bubaque e entrar em contacto com o IBAP para organizar uma visita a estas ilhas. A alternativa é utilizar barcos privados a partir da Ponta Biombo ou Bissau, no continente, ou de alguma das Ilhas do Arquipélago com oferta turística e opções de excursões, a consultar nos hotéis.

Nota: Aconselhamos que se faça acompanhar de água engarrafada, roupa confortável, repelente, protetor solar e alimentos.

© IBAP



ONDE COMER E DORMIR

Há um pequeno hotel / acampamento em João Vieira que recebe turistas e em Poilão existe um acampamento temporário, normalmente reservado para os pesquisadores do IBAP. Nesta ilha há um limite máximo de pessoas autorizadas a pernoitar.

CHEZ CLAUDE

Tel : (+245) 955 968 677

| 955 270 798

E-mail : joaovieira.chezclaudef@yahoo.fr

| danmarchet17@gmail.com

Página:

www.bijagosjoaovieirachezclaudef.blogspot.com



ILHÉU DO MEIO

© JORGE HORTA

144

REGIÃO DE BOLAMA E BIJAGÓS

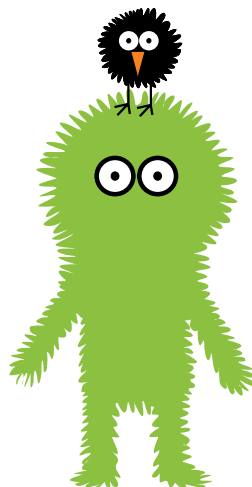
ILHÉU DO MEIO

Conhecido pela beleza das suas praias totalmente selvagens, aqui se encontra aquela que se diz ser a mais bela praia do Arquipélago, localizada no interior de uma pequena enseada de águas verde-esmeralda, formada na maré vazia pelo ilhéu de Aweto.

Depois do obrigatório mergulho, uma ampla clareira à sombra de um grande poilão convida a um piquenique, seguido de uma reconfortante sesta. Em frente ao ilhéu do Meio, com a sua extensa praia de areia branca, coroada por uma densa vegetação, está o ilhéu das Cabras.

ILHA DE CAVALOS

Trata-se de uma ilha rodeada por uma praia contínua, com muitas conchas, que permite fazer um tranquilo passeio a pé, de 360°, ao longo do seu perímetro de 6 Km. Tem algumas rochas povoadas de mangais, que sobressaem das águas na maré cheia. O seu interior, com palmeiras e capim alto, está habitado por uma importante colónia de porcos assilvestrados. Tem uma belíssima lagoa de água doce, sendo um local de excelência para a nidificação de muitas aves.





© STAND UP MEDIA / MIKE MARROQUIM

ÁREA MARINHA PROTEGIDA COMUNITÁRIA DAS ILHAS DE FORMOSA, NAGO E TCHEDIÃ (UROK)

Este grupo de ilhas tem uma superfície de 94 200 hectares, contabiliza cerca de 2 572 habitantes dispersos por 33 tabancas, e acolhe um imenso património natural, paisagístico, cultural e de tradições bijagós. Aqui encontramos, como na maioria do Arquipélago, extensos mangais, palmares e águas pouco profundas que tornam esta área riquíssima em moluscos e de enorme importância em termos de recursos haliêuticos. As mulheres dedicam-se essencialmente à apanha do combé e do lingueirão, amplamente utilizados nas cerimónias tradicionais femininas; enquanto que os homens recorrem ao peixe, pescado de forma artesanal e num regime de subsistência, para as suas próprias cerimónias. As tradições bijagós estão muito enraizadas nestas três ilhas e as cerimónias animistas são muito frequentes e realizadas com danças e máscaras que imitam os animais mais admirados pela população como as cabeças de vaca, de touro, de peixe-serra, de tubarão-martelo, entre outros. Aqui a atividade principal da população é a agricultura (arroz “m’pampam”) e a criação de animais. O modo de vida, as pequenas praias e a beleza natural convidam a uma passagem por estas ilhas.



COMO AQUI CHEGAR

Há a possibilidade de apanhar uma piroga motorizada, a partir de Bissau (pouco aconselhável), ou recorrer a barcos privados (preço a combinar).

145

REGIÃO DE BOLAMA E BIJAGÓS

PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA



© STAND UP MEDIA / MIKE MARROUJIM

146

REGIÃO DE BOLAMMA E BIJAGÓS

Título: CONSERVAÇÃO E DESENVOLVIMENTO DAS ILHAS UROK – projetos “UROK OSHENI!”, “BEMBA DI VIDA!” e “ETIKAPUN N’HA – UROK”

Parceiro implementador: Instituto Marquês de Valle Flor (IMVF), em parceria com Tiniguenena – Esta Terra é Nossa!

Contribuição UE: 1 841 715 EUR

Período: 2010 - 2013 | 2013 - 2016 | 2016 - 2020

Região: Ilhas Urok

Descrição:

Vários projetos têm contribuído para a conservação dos recursos naturais e o desenvolvimento económico-social das ilhas Urok, incluindo a salvaguarda da cultura bijagó. Estes projetos reforçam o sistema de gestão participativa da Área Marinha Protegida Comunitária (AMPC) e contribuem para resgatar e valorizar o património cultural local; bem como aumentar as oportunidades económicas das populações numa área particularmente isolada, nomeadamente através da valorização dos produtos da terra. Estima-se que cerca de 34 000 habitantes das ilhas beneficiam destas intervenções.

Hoje, os produtos com a marca registada “Produtos da Terra e do Mar” podem encontrar-se na “Lojinha da Terra”, na sede da Tiniguenena, em Bissau.

Um inventário do património arquitetónico das ilhas foi publicado no livro “Bijagós - Património Arquitetónico” da autoria de Duarte Pape e Rodrigo Rebelo de Andrade, com fotografia de Francisco Nogueira.

Mais informações: www.imvf.org | www.tiniguenagb.org



© JORGE HORTA

ÁFRICA PRINCESS

CIRCUITO PELO ARQUIPÉLAGO DOS BIJAGÓS

É possível fazer um circuito pelas ilhas do Arquipélago dos Bijagós no barco de cruzeiros África Princess - este barco, com capacidade para 8 passageiros (2 cabines duplas e cabines de casal) permite conhecer as ilhas mais selvagens

do Arquipélago e adaptar a visita ao desejo dos turistas.

Contactos - (+351) 917 224 936

E-mail: africa.princess.bijagos@gmail.com

Página: www.africa-princess.com

ILHAS DOS ARQUIPÉLAGO COM CLUBES DE PESCA

Em algumas das Ilhas Bijagós é possível encontrar pequenos acampamentos de pesca com uma frota de barcos que

permitem usufruir de uns dias de pescas e passeios pelo Arquipélago.

ILHA DE UNHOCOMOZINHO

ANCURAI

Atlantic Evasion Acunda

Tel.: (+22) 338 207 675

E-mail: contact@atlantic-evasion.com

ILHA DE ANGURUMA

AFRIKAN ECOLODGE ANGURMAN

Página: www.afrikanecolodgeangurman.com

147

REGIÃO DE BOLAMA E BIJAGÓS

MANUAL DE SOBREVIVÊNCIA



O turista que decide visitar a Guiné-Bissau deverá munir-se de informação atualizada acerca da situação no país e seu contexto regional. Para tal, poderá consultar as informações disponibilizadas a título de conselhos aos viajantes pelas entidades governamentais responsáveis pelas relações externas do seu país de proveniência.

CONSELHOS AOS VIAJANTES DOS ESTADOS MEMBROS DA UNIÃO EUROPEIA PRESENTES NA GUINÉ-BISSAU:

ESPANHA

<http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/ServiciosAlCiudadano/SIViajasAlExtranjero/Paginas/DetalleRecomendacion.aspx?IdP=79>

FRANÇA

<http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays/guinee-bissau/#securite>

PORTUGAL

<https://www.portaldascomunidades.mne.pt/pt/conselhos-aos-viajantes/g/196-gw>

QUANDO VIAJAR

A melhor altura do ano para viajar para a Guiné-Bissau é entre os meses de novembro e abril, época seca que permite circular mais facilmente pelo país. Dentro destes meses, os mais frescos são os de dezembro e janeiro e os mais húmidos e quentes, os de março, abril e

maio. A época das chuvas ocorre entre maio e outubro e no Arquipélago dos Bijagós algumas das unidades hoteleiras encerram durante este período. As marés e tempestades não aconselham grandes travessias marítimas em barcos de pequenas dimensões nesta época do ano e, na parte continental, muitas estradas ficam intransitáveis devido à forte pluviosidade que se faz sentir.

VISTOS E PASSAPORTES

O visto é obrigatório, pode ser obtido online através do site www.rgb-visa.com, ou pode ser solicitado na Embaixada ou Consulado da Guiné-Bissau mais próximo do ponto de origem. Para isso é necessário o preenchimento de um formulário e entrega de uma foto. É exigido que o passaporte tenha uma validade superior a seis meses.

O QUE LEVAR NA MALA

É essencial levar repelente de mosquitos, roupa fresca, calçado confortável, lanterna, óculos de sol e um protetor solar se for para as ilhas, para a praia ou pescar. Nos meses das chuvas é indispensável um impermeável. O turista deverá estar consciente das limitações aos cuidados de saúde existentes no

país, como tal é aconselhável que se faça acompanhar de medicação básica essencial bem como dos seus medicamentos habituais. Aconselhamos que leve pastilhas desinfetantes de água para prevenir situações em que não há acesso a água potável.

CUIDADOS DE SAÚDE

Deve fazer uma consulta do viajante antes da partida. O médico analisará, conforme as circunstâncias, a vacinação aconselhada. Poderá também consultar as informações disponibilizadas a título de conselhos aos viajantes pelas entidades governamentais responsáveis pelas relações externas do país de proveniência. A Malária existe na Guiné-Bissau. A Malária é uma doença parasitária (causada pela picada da fêmea do mosquito *Anopheles*) que provoca grandes febres acompanhadas

de calafrios, dores de cabeça fortes e distúrbios digestivos, podendo levar à morte se não for devidamente tratada. Para prevenir as picadas, deverá utilizar mosquiteiros, impregnados ou não com inseticidas, roupas que protejam pernas e braços e usar repelentes, principalmente ao nascer do dia e ao início da noite. Deverá consumir preferencialmente água engarrafada.

HOSPITAIS

Em qualquer um dos hospitais a capacidade de resposta é muito limitada por falta de meios de diagnóstico e de médicos especialistas. O turista deverá precaver a possibilidade de tratamento no estrangeiro, pelo que é aconselhável contratar um seguro de acidentes antes de viajar que contemple a evacuação em caso de doença ou acidente.

HOSPITAIS EM BISSAU

HOSPITAL NACIONAL SIMÃO MENDES

Rua Pansau na Isna. Hospital de referência, mas apenas com algumas valências.

HOSPITAL PRINCIPAL MILITAR "AMIZADE SINO-GUINÉ-BISSAU"

Estrada que liga Bissau ao aeroporto, cruzamento BCEAO. Hospital com diversas especialidades.

HOSPITAL DE BÔR

Estrada de Bôr. Especialidade: pediatria.
Tel.: (+245) 966 761 059

CLÍNICA ARTEMÍSIA

Entre o aeroporto e Safim. Diversas especialidades.
Tel.: (+245) 966 538 322 | 955 995 224

CENTRO MÉDICO CASA EMANUEL

Medicina geral, obstetria, pediatria, ginecologia, dermatologia.
Afa - Bissau. Tel.: (+245) 966 672 110

HOSPITAL RAOUL FOLLEREAU

Estrada que liga Bissau ao aeroporto, em frente à Grande Mesquita.
Especialidade: tuberculose.
Tel.: (+245) 966 368 201

CLÍNICA MADRUGADA, MISSÃO CATÓLICA

Bairro da Antula. Diversas especialidades.
Tel.: (+245) 955 391 667

CLÍNICA ALVALADE

Rua 5 de julho, Bissau.
Tel.: (+245) 955 204 270 | 966 813 585

HOSPITAL DE CUMURA

Missão Católica de Cumura, Cumura, Setor de Prabis, Região de Biombo.
E-mail: apesricardo@gmail.com

NÔLAB – LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

Avenida dos Combatentes da Liberdade da Pátria. Bairro da Penha, Bissau.
Tel.: (+245) 956176692 | 959 018 981

FARMÁCIAS

Aqui indicamos apenas as farmácias em Bissau que vendem medicamentos importados da Europa, embora seja possível encontrar muitas outras farmácias, com produtos de origem diversa.

FARMÁCIA SALVADOR

Avenida Francisco Mendes

FARMÁCIA MODERNA

Bissau Velho

FARMÁCIA MOÇAMBIQUE

Rua de Cabo Verde

FARMÁCIA MAIMUNA

Perto do Hospital Nacional Simão Mendes

FARMÁCIA RAMA

Rua Eduardo Mondlane

FARMÁCIA NACIONAL

Estrada de Bôr

FARMÁCIA PORTUGAL

Perto do Hotel Malaika

150

MANUAL DE SOBREVIVÊNCIA

SEGURANÇA PESSOAL

O nível de criminalidade na cidade de Bissau é inferior ao de outras grandes cidades africanas ou capitais do mundo. Devem observar-se cuidados básicos de prudência, tais como evitar circular a pé de noite, dada a pouca iluminação pública existente, e evitar ostentar objectos de valor, nomeadamente no mercado do Bandim. Em Bissau, a polícia está muito ativa durante o dia mas são essencialmente polícias da brigada de trânsito que se encontram na rua. Há várias esquadras espalhadas pela cidade e estão devidamente assinaladas. Assaltos, raptos e

outros crimes não são frequentes em Bissau. No resto do país é muito raro verificarem-se ocorrências de assaltos, as pessoas são muito hospitaleiras e solícitas quando se cruzam com turistas. As viagens fora de Bissau deverão ocorrer durante o dia pois as estradas e as povoações não estão iluminadas e à noite o auxílio poderá ser bastante difícil.

IDENTIFICAÇÃO PESSOAL

O passaporte e todos os valores deverão ser guardados no cofre do hotel. Nas saídas, o turista deve fazer-se acompanhar da cópia do passaporte.

FUSO HORÁRIO

Fuso horário TMG: +00:00. Na Guiné-Bissau, não há mudança para horário de verão e de inverno pelo que, relativamente a Portugal, a hora é a mesma no inverno e há uma hora de diferença no verão.

ELETRICIDADE E ÁGUA

A corrente elétrica neste país é 220 volts. O fornecimento de eletricidade existe essencialmente na capital, embora o seu fornecimento seja ainda irregular. O resto do país não tem rede elétrica pública, ainda se recorrendo aos geradores embora comece a generalizar-se o uso da energia solar.

MOEDA LOCAL

A moeda da Guiné-Bissau é o Franco CFA. Tem uma taxa de conversão estável 1 euro = 655,957 francos CFA. As moedas são de 25, 50, 100, 200, 250 e 500 e as notas são de 500, 1.000, 2.000, 5.000 e 10.000.

BANCOS

Os bancos existentes em Bissau são poucos, assim como as caixas de multibanco. É pouco comum a utilização de cartões de crédito ou de débito, não sendo possível o pagamento por multibanco nos estabelecimentos comerciais ou restaurantes. É fortemente aconselhável levar dinheiro de bolso para trocar localmente. Em algumas localidades existem dependências bancárias mas alertamos para a quase

inexistência de multibancos ou pagamentos por cartão pelo que nas deslocações acautelem-se com dinheiro de bolso.

BANCO DA ÁFRICA OCIDENTAL

Bissau: Rua Guerra Mendes, Nº 18 A
C.P. 1360 – Tel.: (+245) 955 804 292
E-mail: bao@baogb.com

Safim: Estação de combustível da Petromar – Tel.: (+245) 320 34 18 | 19
E-mail: bao@baogb.com

Canchungo: Avenida Titina Siba
Tel.: (+245) 320 34 18
E-mail: canchungo@bancodaafricaocidental.com

São Domingos: Estrada de Djegui
Tel.: (+245) 320 34 18 | 19
Email: bao@baogb.com

Bafata: Estrada de Gabu, Bairro Banculé
Tel (+245) 320 34 18
Email: bafata@bancodaafricaocidental.com

Gabú: Estrada de Sonaco, Avenida Selo Coiada
Tel (+245) 351 18 41
Email: gabu@bancodaafricaocidental.com

BANCO DA UNIÃO

Av. Domingos Ramos Nº 33, Bissau
E-mail: info@bdu-sa.com

ORABANK

Rua Justino Lopes, 70/70-A
Apartado 391-1300, Bissau

ECOBANK

Avenida Amílcar Cabral, B.P. 126, Bissau
E-mail: ecobankgw@ecobank.com

BANQUE ATLANTIQUE

Avenida Pansau na Isna, Bissau
Tel.: (+245) 956 000 108

COMUNICAÇÕES: REDES DE TELEMÓVEL E INTERNET

O indicativo internacional da Guiné-Bissau é (+245). No país, atualmente, não existe rede telefónica fixa, apenas redes móveis. Há dois operadores de telemóvel que cobrem grande parte do território - Orange e MTN - e que fornecem igualmente rede de internet, tendo recentemente iniciado uma cobertura de 3G em reduzidas partes do país e mesmo de 4G em Bissau. A internet, apesar de toda a evolução, continua lenta e sujeita a algumas falhas. Na Praça dos Heróis Nacionais e no Jardim Titina Silá é possível aceder a uma rede Wi-fi gratuita. Existem vários cibercafés em Bissau e nos centros urbanos do país.

INFORMAÇÕES SOBRE VIAGENS: COMPANHIAS AÉREAS INTERNACIONAIS

A Guiné-Bissau não tem companhia de bandeira e apenas companhias aéreas internacionais fazem a ligação entre Bissau e o resto do mundo.

152

TAP AIR PORTUGAL

Três voos diretos semanais a partir de Lisboa.
Praça dos Heróis Nacionais, 14, CP131, Bissau
E-mail: reservas@tap.pt

EUROATLANTIC AIRWAYS

Um voo semanal a partir de Lisboa.

Lisboa: Av. João XXI, Loja 11D.
Tel. (+351) 218 437 040
E-mail: reservationslis@euroatlantic.pt

Bissau: Edifício dos transportes. Rua Vitorino Costa, Caixa postal 777
Tel.: (+245) 955 361 081 | 955 805 005

Página: www.flyeuroatlantic.pt
E-mail: reservationsoxb@euroatlantic.pt

ROYAL AIR MAROC

Vários voos semanais a partir de Casablanca.
Página: www.royalairmaroc.com
E-mail: callcenter@royalairmaroc.com

ASKY

Liga Bissau a várias capitais africanas.
Av. Domingos Ramos Ns19A / 21B, Bissau
E-mail: oxbkpcto@flyasky.com

TRANSAIR

Liga Bissau a Dakar. Aeroporto de Dakar
Tel./ (+221) 338 652 565 | 338 683 101
Página: www.groupetransair.sn

ARC EN CIEL

Companhia de Táxi aéreo a partir de Dakar.
Aéroport International, Léopold Sédar Senghor,
BP29212, 14524 Dakar-Yoff, Senegal
Tel.: (+221) 338 202 467
Página: www.arcenciel-aviation.com

AGÊNCIAS DE VIAGENS

SATGURU

Av. Domingos Ramos, Bissau
Tel.: (+245) 955 804 857
| 966 103 840
E-mail: salesoxb@satguruun.com

AGÊNCIA SAGRES

Av. Amílcar Cabral n°8/A
CP 329 Bissau
Tel.: (+245) 955 804 092
| 966 615 150

GUINÉ TOURS

Rua Mariem n'Guabi N° 8c
CP - 170, Bissau
Tel.: (+245) 966 672 783
E-mail: guinetoursbissau@hotmail.com

AUTO PORT BISSAU

Tel.: (+245) 955 920 992
E-mail: autoportbissau@hotmail.com
| autoportbissau@gmail.com

ROUMIEH TRAVEL

Sr. Mohamed Surur
Tel.: (+245) 955 518 888
| 966 777 333

VIFER

Tel.: (+245) 966 623 222
| 955 953 848

OSSEH'MENE TOURS & SOUVENIRS

Tel.: (+245) 955 359 818
| 969 271 705

CARRENE TOURS

Rua António n'Bana, Bissau
Velho
Tel.: (+245) 955 979 393

GALINA TOURS

Rua Omar Torrijos, Bissau

CREOLA TRAVELS

Av. Domingos Ramos, 37,
Bissau
Tel.: (+245) 955 986 262
| 959 223 535 | 959 512 127
| 966 644 747
E-mail: travelcreola@gmail.com

CINDERELLA TRAVEL & TOURS

Rua Justino Lopes, Chão de Pa-
pel Varela, Bissau
Tel.: (+245) 955 130 272|3|4
E-mail: cinderella.oxb@hotmail.com

ESA VIAGEM

Rua Angola, Chão de Papel,
Ap. N° 08, Bissau
Tel.: (+245) 95 580 41 95

CUBITE TOUR

Av. Osvaldo Vieira, Bissau
Tel.: (+245) 95 575 41 13



HOTEL PONTA ANCHACA RUBANE

© AFECTOS COM LETRAS

CONDIÇÕES GERAIS DE ALOJAMENTO

Os Hotéis na Guiné-Bissau não estão ainda sujeitos a um critério de avaliação uniforme, a legislação encontra-se em fase de preparação pelo que cada uma das unidades hoteleiras toma a iniciativa de se autoavaliar exibindo as estrelas que considera adequadas aos equipamentos que disponibiliza aos seus clientes. Na cidade de Bissau e em algumas das ilhas do Arquipélago dos Bijagós podem encontrar-se hotéis com oferta de serviços de qualidade, correspondendo mesmo a quatro ou cinco estrelas dos padrões internacionais.

ESTRADAS DO PAÍS

O país tem uma rede de estradas revestidas de cerca de 800 quilómetros. Poderá recorrer a estradas de terra batida para chegar à maioria dos locais referenciados neste guia. Na época das chuvas, de maio a outubro, estas estradas são dificilmente transitáveis e aconselha-se a utilização de viaturas 4x4 (todo o terreno). No tempo seco, a irregularidade do piso aconselha que não se ultrapasse uma velocidade de 50Km/hora. As bombas de abastecimento de gasolina são raras no país pelo que é conveniente atestar o carro sempre que se prepare uma saída para fora da capital e se assegure que o combustível é suficiente para o percurso programado.

MEIOS DE TRANSPORTE

TOCA-TOCA - é a forma mais económica de viajar em Bissau e para as localidades circundantes. É uma carinha com capacidade para 20 passageiros (por vezes vai bem mais cheia) e que para onde as pessoas pedem para sair ou entrar. A tarifa oficial fixa é de 150 Francos CFA por trajetória.

AUTOCARROS VERDES DE TRANSPORTE URBANO - fazem a ligação entre os diversos bairros da cidade de Bissau e localidades circundantes. A tarifa em vigor actualmente é de 150 Francos CFA no circuito Aeroporto - Matadouro.

TÁXIS - do aeroporto para Bissau, poderá encontrar táxis azuis e brancos que prontamente se oferecem para realizar o transporte até à cidade, mesmo quando se tratam de voos noturnos. A tarifa não é fixa, mas deverá variar entre os 3 000 Francos CFA (durante o dia) até aos 5 000 Francos CFA (à noite) com bagagem incluída para fazer o percurso até ao centro da cidade de Bissau. Para as viagens dentro de Bissau e como não há taxímetros, deverá negociar o preço antes do início da viagem. Chamamos a atenção para o seguinte facto: aqui os táxis são coletivos, isto é, apanham e largam passageiros onde estes se encontrarem ou quiserem sair. Também estão frequentemente em mau estado. Conforme os trajetos que deseje fazer na cidade, os preços variam entre os 250 Francos CFA e os 1000 Francos CFA. Uma solução para quem não tem transporte próprio durante a estadia é combinar com um taxista o preço ao dia para os circuitos que desejar fazer ou ter um contacto fixo para efetuar deslocações noturnas.

AUTOCARRO - para se deslocar de Bissau para outras cidades ou regiões do país, pode optar pelo serviço de transporte coletivo que se apanha junto ao Ledger Plaza Hotel Bissau, na estrada que liga o aeroporto à cidade de Bissau. Estes autocarros vão parando nas diversas cidades até chegarem ao seu destino final e os preços variam conforme a distância. Os preços são acessíveis.

“SETE PLACE” - meio de transporte alternativo para se deslocar até outras cidades ou regiões do país e, como o próprio nome indica, é um carro de 7 lugares que habitualmente só sai quando tem os 7 passageiros. É uma opção para se deslocar até Ziguinchor ou Dakar.

“CANDONGA” - carrinha com capacidade para 20 pessoas que faz as viagens inter-regiões. Nestas viagens, pouco seguras, transporta-se um pouco de tudo: pessoas, fruta, equipamentos para casa, mobiliários, vacas, cabras, etc.

ALUGAR UM CARRO pode ser uma opção, mas sugerimos que o faça com condutor conhecedor das estradas guineenses. Chamamos a atenção para a falta de placas indicativas em todo o país e a dificuldade em obter informações sobre a direção a tomar junto das populações locais, porque na grande generalidade apenas dominam a língua local ou o crioulo.

Só em Bissau e na estrada para Farim se pode falar da existência de indicações claras. A atenção deve ser redobrada nas estradas da Guiné-Bissau pois é muito frequente estas serem atravessadas por cabras, galinhas, vacas ou porcos, o que pode provocar acidentes. Informações nas agências de viagens indicadas neste guia. Existem ficheiros de GPS das estradas da Guiné-Bissau.

TRANSPORTES MARÍTIMOS

Para se deslocar até às Ilhas Bijagós tem dois barcos de carreira, que normalmente saem de Bissau com destino a Bubaque e a Bolama. As horas de partida e chegada variam em função das marés pelo que aconselhamos uma passagem pelo porto na véspera onde normalmente é afixado um papel com o destino e horário de saída do barco. Estes barcos propõem dois tipos de bilhetes - para nacionais e residentes na Guiné-Bissau e para turistas. Podem ser obtidas mais informações através da página da empresa que opera este serviço:

CONSULMAR BISSAU, PORTO CAIS VELHO
tel (+245 969 025 555 | 955 707 095 | 955 537 763
E-mail: bissau@consulmar.gw
Page: www.consulmar.gw

Uma outra alternativa existente, mas que é do nosso ponto de vista pouco recomendável pela perigosidade que representa, é recorrer às canoas e pirogas motorizadas que fazem a ligação a estas e outras ilhas com percursos, durações e frequências variáveis e adaptáveis ao desejo dos passageiros. Por fim, também há pequenos barcos particulares no porto que poderão ser alugados por preço a combinar; aconselháveis para grupos grandes. Estes barcos estão dotados de rádio controle e coletes salva vidas para todos os passageiros.

VOCABULÁRIO ESSENCIAL EM CRIOULO

Apesar da língua oficial ser o português, vai ser muito frequente ouvir o seu interlocutor guineense falar crioulo por não dominar o português. Deixamos aqui algumas das expressões mais conhecidas e usadas no trato diário. Para aprofundar o conhecimento da língua, sugerimos a consulta do Dicionário Guineense – Português do Missionário Italiano Luigi Scantamburlo.

COMO ESTÁ?	<i>Kuma ku bu sta?</i>
EU ESTOU BEM.	<i>Ami sta dritu.</i>
COMO VAI A SAÚDE?	<i>Kuma di kurpu?</i>
VAI-SE INDO, NO SENTIDO DE TUDO BEM.	<i>Alin'li</i>
COMO TE CHAMAS?	<i>Kuma ki bu nómi?</i>
DE ONDE VENS?	<i>Di nunde cu bim?</i>
ONDE FICA O HOSPITAL?	<i>Nunde ki hospital?</i>
PRECISO DE AJUDA.	<i>Nmiste pa bu djudan.</i>
ONDE É QUE FICA O HOTEL?	<i>Nunde ki hotel?</i>
ONDE É QUE FICA A ESTAÇÃO DE TÁXI?	<i>Nunde cum pude otcha taxi?</i>
QUAL É O PREÇO DE TÁXI?	<i>Taxi i cantu?</i>
LEVA-ME PARA HOTEL.	<i>Lebam pa hotel.</i>
ONDE FICA A CATEDRAL?	<i>Na busca nunde ki catedral</i>
FICA PERTO / FICA LONGE.	<i>I perto / I lundju</i>
COMO VOU PARA O CENTRO DA CIDADE?	<i>Kuma k'un pudi tchiga praça?</i>
ONDE FICA A ESQUADRA DA POLÍCIA?	<i>Nunde ki policia?</i>
QUANTO É QUE TENHO QUE PAGAR?	<i>Canto cun ten cu paga?</i>
QUE HORAS SÃO?	<i>Difabur contan hora.</i>
QUER DANÇAR?	<i>Bu misti badja?</i>
VAMOS EMBORA	<i>No na bai</i>
NÃO HÁ PROBLEMA	<i>Ka tem problema</i>

REPRESENTAÇÕES DIPLOMÁTICAS NA GUINÉ-BISSAU

DELEGAÇÃO DA UNIÃO EUROPEIA

Bairro da Penha, CP 359, 1122 Bissau
Tel.: (+245) 966 976 649
E-mail: delegation-guinee-bissau@eeas.europa.eu
Página: eeas.europa.eu/delegations/guinea-bissau_pt

EMBAIXADA DE ESPANHA

R. General Omar Torrijos CP nº. 359, Bissau
E-mail: emb.bissau@maec.es

EMBAIXADA DE FRANÇA

Av. Combatentes da Liberdade da Pátria
Bairro da Penha, CP 195, 1011 Bissau
Tel. (+245) 955 393 280

EMBAIXADA DE PORTUGAL

Av. Cidade de Lisboa, CP 76, 1021 Bissau
E-mail: bissau@mne.pt

CONSULADO DE PORTUGAL

Avenida Cidade de Lisboa, Bissau
E-mail: mail@bissau.dgaccp.pt
Página: www.consulado-pt-gb.org

EMBAIXADA DA NIGÉRIA

Avenida 14 de novembro, nº 6, CP 199, Bissau

EMBAIXADA DA RÚSSIA

Bairro da Penha, Bissau
E-mail: russiagb@eguitel.com

EMBAIXADA DA ÁFRICA DO SUL

Av. Amílcar Cabral, Bissau
E-mail: bissau@foreign.gov.za | bissau@dirco.gov.za

EMBAIXADA DA GUINÉ CONACRI

Rua Marien N'Gouabi, Bissau
E-mail: ambaguibissau@mae.gov.gn

EMBAIXADA DA CHINA

Bairro da Penha, C. P. 6, Bissau

EMBAIXADA DE CUBA

Rua Joaquim N'Com, Bissau

EMBAIXADA DO BRASIL

Rua de São Tomé, Bissau

EMBAIXADA DE ANGOLA

Av. Francisco Mendes, CP132
Antigo Bissau Palace Hotel, Bissau

EMBAIXADA DO SENEGAL

R. General Omar Torrijos, 63
CP 444, Bissau

REPRESENTAÇÕES DIPLOMÁTICAS DA GUINÉ-BISSAU NA UNIÃO EUROPEIA

ALEMANHA - EMBAIXADA

Kronenstrasse 72 10117 Berlin
Tel.: (+49) 30 20 65 81 58
E-mail: info@botschaft-guinea-bissau-berlin.de
Página: www.botschaft-guinea-bissau-berlin.de

BÉLGICA - EMBAIXADA

Boulevard Brand Whitlock, nº 114, 1200 Bruxelles
Tel.: (+32) 2 733 22 06

ESPAÑA - EMBAIXADA

Avenida da América nº 16-1º Dto.
28028 Madrid
Tel.: (+34) 91 726 60 87 | 639 272 045
E-mail: embaixada.guinebissau@gmail.com

FRANÇA - EMBAIXADA

Rue Saint-Lazare 75009 Paris
Tel.: (+33) 1 45 261 851

PORTUGAL - EMBAIXADA

R. Alcolena 17, Lisboa
Tel.: (+351) 213 009 080



© AFECTOS COM LETRAS

COMUNICAÇÃO SOCIAL

A rádio é o meio de comunicação por excelência na Guiné-Bissau e o principal veículo de informação. Aqui e ali é comum ver pessoas com o rádio de pilhas a ouvir as notícias e a comentar em amena cavaqueira a atualidade do país. É na rádio que se transmitem todas as comunicações importantes a passar pelas autoridades, se anunciam as mortes, os eventos, os curandeiros e as suas mezinhas, os perdidos e os achados. As Rádios mais conhecidas são a Radiodifusão Nacional da Guiné-Bissau, a Rádio Galáxia do Pidjguiti, Rádio Bombolom, Rádio Capital, Rádio

Jovem ou a Rádio Sol Mansi. Além destas rádios, existem dezenas de rádios comunitárias pelo país, sendo muitas vezes o único elo de ligação com o que se passa na Guiné-Bissau e no mundo.

Em termos de imprensa escrita podem encontrar-se algumas publicações à venda pelas ruas e cafés de Bissau pelos jornaleros, nomeadamente o Nô Pintcha, a Gazeta de Notícias, O Democrata, o Diário de Bissau, Diário Digital, Os Donos da Bola ou o jornal Última Hora.

GLOSSÁRIO

ARROZ DE M'PAMPAM

Arroz de sequeiro ou arroz de planalto.

BOLANHA

Grande terreno pantanoso, geralmente perto de um rio, onde se cultiva ou se pode cultivar arroz.

BOLANHAS DE LALA

Rizicultura de água doce.

BOMBOLOM

Tambor de grandes dimensões, construído a partir de um tronco de cerca de 1,5 m, escavado no sentido longitudinal de modo a ficar apenas com uma fenda de abertura, a qual é percutida com baquetas para transmitir mensagens, sobretudo notícias de falecimentos.

COMBÉ

Molusco bivalve de água salgada, berbigão.

CHORO

Ritual de funeral. Cerimónia em que se juntam os familiares e os amigos do morto. Durante uma semana comem e bebem, num momento de alegria pela partida do espírito que se liberta do corpo, muitas vezes ao som do bombolom em verdadeiros momentos de transe.

TOCA-CHORO

Cerimónia de evocação do espírito do morto, é realizada um ano ou mais após a morte. Familiares e amigos trazem alimentos e animais para serem sacrificados durante vários dias de festa e comunhão.

FANADO

Ritual de iniciação que prepara os jovens e as jovens para a vida adulta, para a responsabilidade social, para o contacto com os antepassados e habilita-os a dar continuidade à cultura do próprio povo. Também designa a circuncisão ou a excisão, esta última criminalizada desde 2011 na Guiné-Bissau.

GUMBÉ

Estilo musical urbano tipicamente guineense/africano. Melodia que acompanha os poemas dos trovadores nascida da fusão da música crioula com a música nativa. O gumbé surgiu no princípio da segunda grande guerra.

IRÃ

Termo comum para indicar vários símbolos e seres das crenças tradicionais africanas, distintos do ser supremo.

MANCARRA

Amendoim.

TABANCA

Aldeia, povoação.

PROJETOS DA ONGD "AFECTOS COM LETRAS" NA GUINÉ-BISSAU

PROJETO BAOBÁ

Apadrinhamento de turmas das escolas patrocinadas pela Afectos com Letras na Guiné-Bissau.

Informações: www.afectoscomletras.blogspot.com



ESCOLA DE DJOLÓ, SÃO PAULO

Cofinanciada a construção desta escola em 2010, conta com 125 crianças dos 3 aos 7 anos, 6 professores e uma cozinheira cujos salários são pagos pela ONGD Afectos com Letras. A Escola é gerida pela Missão das Irmãs Adoradoras do Sangue de Cristo. A Afectos com Letras equipou o espaço com um furo e painéis solares, um parque infantil, material didático e brinquedos.



© AFECTOS COM LETRAS

ESCOLA DE DJOLÓ, SÃO PAULO

CRECHE "FÁ DI VARELA", VARELA

Inaugurada em março de 2012, esta creche foi cofinanciada pela Afectos com Letras e é frequentada por 80 crianças com idades compreendidas entre os 3 e os 6 anos. A ONGD equipou o espaço com mobiliário e brinquedos, assegura o pagamento dos professores e fornece pontualmente apoio alimentar e material didático.



© AFECTOS COM LETRAS

CRECHE "FÁ DI VARELA", VARELA

BIBLIOTECA AFECTOS COM LETRAS, CANCHUNGO

Criada em agosto de 2012 em Bissau e recentemente transferida para a cidade de Canchungo, esta Biblioteca Pública tem um fundo documental de 12 000 livros à disposição dos seus leitores e dois computadores com acesso à internet. Fica na Direcção Regional de Saúde de Canchungo e está aberta das 8h00 às 16h00, de segunda-feira a sexta-feira.



© AFECTOS COM LETRAS

BIBLIOTECA AFECTOS COM LETRAS, CANCHUNGO



ESCOLA LASSANA CASSAMÁ, QUELELÉ, BISSAU

© AFECTOS COM LETRAS

ESCOLA LASSANA CASSAMÁ, QUELELÉ, BISSAU

Construída pela ONGD Afectos com Letras em Abril de 2014, tem 310 alunos do ensino pré-escolar até ao quarto ano. Funciona no regime de escola comunitária, contribuindo os encarregados de educação financeiramente para o pagamento dos 12 professores que ali lecionam e para a alimentação diária das crianças.



ESCOLA TÂNIA TEIXEIRA, MARU BAGUÉ, BAFATÁ

© AFECTOS COM LETRAS

ESCOLA TÂNIA TEIXEIRA, MARU BAGUÉ, BAFATÁ

Construída pela ONGD Afectos com Letras em Novembro de 2016, tem 115 alunos do ensino básico. Funciona no regime de escola comunitária, contribuindo os encarregados de educação financeiramente para o pagamento dos 2 professores que ali lecionam.



PROJETO "LER É UM PRAZER"

© AFECTOS COM LETRAS

PROJETO "LER É UM PRAZER"

Disponibilização de livros em mini bibliotecas públicas instaladas nos jardins da capital e nas diversas regiões da Guiné-Bissau.



DESCASCADORAS DE ARROZ

© AFECTOS COM LETRAS

DESCASCADORAS DE ARROZ DE BARAMBE, BLEQUISSÉ E ILHA DE JETA

A ONGD Afectos com Letras instalou três máquinas descascadoras de arroz que se encontram à disposição das comunidades locais para descascarem o seu arroz, poupando desta forma várias horas/dia de trabalho de descasca manual que podem consagrar a outras atividades de caráter económico ou de puro descanso, e obtendo um arroz com maior valor nutricional.



DISTRIBUIÇÃO DE BENS POR VOLUNTÁRIOS DA ONGD

© AFECTOS COM LETRAS

APOIOS DIVERSOS

Apoio regular ao Orfanato Betel (Bissau) e pontual a outros orfanatos (Bambaram, Ninho da Criança). Doação de medicamentos a Hospitais e material escolar a várias escolas do país.

NOTAS FINAIS

Trazemos até vós esta segunda edição revista e atualizada do Guia “À descoberta da Guiné-Bissau” com o mesmo entusiasmo e empenho com que nos aventurámos, há dois anos atrás, na compilação num único livro das belezas escondidas e muitas vezes desconhecidas da Guiné-Bissau.

A primeira edição foi um laboratório de experiências em que conseguimos dar resposta à curiosidade dos turistas, dos potenciais investidores que procuram informações sobre as características gerais do país e até dos próprios guineenses que, na sua grande maioria, desconhecem a Guiné-Bissau e encontraram aqui uma compilação de informações e de imagens que lhes abriu novos horizontes e mostrou novas geografias dentro de portas. Acima de tudo demos a conhecer a todos uma Guiné-Bissau positiva, acolhedora, onde comprovadamente duas turistas podem percorrer o país de lés a lés sem percalços de maior, receios ou problemas.

A Guiné-Bissau é um país que desperta todos os sentidos de quem a visita e em cada visita. Neste paraíso da biodiversidade, as cores que se atravessam em cada caminho percorrido, o cheiro da manga ou do caju, as texturas de cada poilão com os seus largos troncos ou o pano de pente que cobre de dignidade o corpo do seu povo, os sorrisos das crianças que nos desarmam com os seus cumprimentos, são vivências impossíveis de vos transmitir pela escrita ou pela imagem, mas que prendem para a vida.

Este Guia, que é um convite à descoberta destas sensações únicas e inesquecíveis, não teria sido possível sem o apoio de vários amigos granjeados ao longo dos anos no país e que nos foram dando dicas cruciais para chegar a alguns dos pontos turísticos aqui referenciados.

Um palavra final de agradecimento à Delegação da União Europeia em Bissau que promoveu entusiasticamente este projeto desde o primeiro momento, financiando as duas edições deste Guia da Guiné-Bissau.

Bons passeios!

Joana Benzinho e Marta Rosa



PUBLICAÇÕES ÚTEIS AO TURISTA

“AS ÁREAS PROTEGIDAS DA GUINÉ-BISSAU – GUIA DO ECOTURISMO”

Instituto da Biodiversidade e das Áreas protegidas (IBAP)
www.ibapgbissau.org | ecoibap@gmail.com

“PARQUE NATURAL DAS LAGOAS DE CUFADA – MAPA TURÍSTICO”

Instituto da Biodiversidade e das Áreas protegidas (IBAP)
www.ibapgbissau.org | ecoibap@gmail.com

“PARQUE NACIONAL DE CANTANHEZ – MAPA TURÍSTICO”

Instituto da Biodiversidade e das Áreas protegidas (IBAP)
www.ibapgbissau.org | ecoibap@gmail.com

“PARQUE NATURAL DOS TARRAFES DO CACHEU – MAPA TURÍSTICO”

Instituto da Biodiversidade e das Áreas protegidas (IBAP)
www.ibapgbissau.org | ecoibap@gmail.com

“ARQUIPÉLAGO DOS BIJAGÓS – MAPA TURÍSTICO”

Instituto da Biodiversidade e das Áreas protegidas (IBAP)
www.ibapgbissau.org | ecoibap@gmail.com

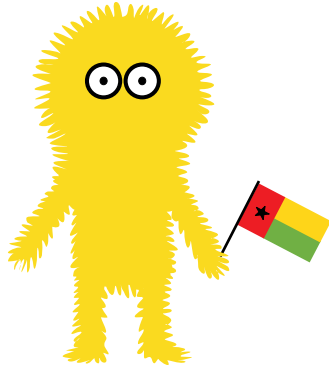
ÍNDICE

O QUE VER EM	8	Conservação pelas comunidades dos valores culturais e naturais do setor de Boé	100
CIRCUITOS DE BICICLETA	12	REGIÃO DE QUINARA	105
UM RETRATO DA GUINÉ-BISSAU	16	PROJETOS FINANCIADOS PELA UNIÃO EUROPEIA	108
PROJETOS FINANCIADOS PELA UNIÃO EUROPEIA	27	Projeto de Apoio Integrado ao Desenvolvimento Rural nas regiões de Bafatá, Quinara e Tombali (PAIDR)	108
Áreas Protegidas e Resiliência às Mudanças Climáticas	27	REGIÃO DE TOMBALI	111
GESTÃO TRANSPARENTE – Recursos Sustentáveis: Projeto de Reforço de Capacidades da Sociedade Civil para a monitorização da gestão dos Recursos Naturais na Guiné-Bissau*	27	PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA	117
A GUINÉ-BISSAU AO LONGO DO ANO:	29	ECOCANTANHEZ – Ecoturismo no Parque Nacional de Cantanhez	117
A GUINÉ-BISSAU POR REGIÃO E SETORES	30	REGIÃO DE BOLAMA E BIJAGÓS	119
BISSAU	31	ILHA DE BOLAMA	119
PROJETOS FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA	35	ARQUIPÉLAGO DOS BIJAGÓS	124
OBSERVATÓRIO DOS DIREITOS - Casa dos Direitos	35	ILHA DE BUBAQUE	126
PARQUE EUROPA – LAGOA N'BATONHA – projeto “Kau di catchu ku kau di pecadur”	43	PROJETOS FINANCIADOS PELA UNIÃO EUROPEIA	131
NO CULTURA I NO RIQUEZA – Promoção da Economia Criativa	43	BUBAQUE CIDADE ABERTA	131
CULTURA I NÓ BALUR – Uma estratégia de Educação para a Cultura na Guiné-Bissau*	44	FESTIVAIS DE CULTURA – Sustentar O Homem e a Biosfera	132
REGIÃO DE BIOMBO	53	ILHA DE RUBANE	133
PROJETOS FINANCIADOS PELA UNIÃO EUROPEIA	56	ILHA DE CANHABAQUE	134
MULHERES+ – Valorização inclusiva e solidária da cultura guineense	56	ILHA DE SOGA	134
REGIÃO DE CACHEU	61	PARQUE NACIONAL DE ORANGO	135
PROJETOS FINANCIADOS PELA UNIÃO EUROPEIA	65	ILHA DE ORANGO	135
MEMORIAL DA ESCRAVATURA E DO TRÁFICO NEGREIRO DE CACHEU – projetos “Cacheu, Caminho de Escravos” e “Cacheu di si Cultura i istoria”	65	PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA	138
GESTÃO SUSTENTÁVEL DOS RECURSOS FLORESTAIS NO PARQUE NATURAL DOS TARRAFES DE CACHEU	68	Reforço do turismo natural histórico e cultural como crescente atividade económica para o desenvolvimento da Guiné Bissau	138
REGIÃO DE OIO	77	ILHA DE ORANGOZINHO	139
PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA	81	ILHAS DE CARAVELA, CARACHE E KERÉ	139
CENTRO CAMPONÉS DE DJALICUNDA – projeto “ Firkidja, di bida digna di nó mindjeres ku jovens i produto di nó tchon”	81	PARQUE NACIONAL MARINHO DE JOÃO VIEIRA E DE POILÃO	142
REGIÃO DE BAFATÁ	85	ÁREA MARINHA PROTEGIDA COMUNITÁRIA DAS ILHAS DE FORMOSA, NAGO E TCHEDIÁ (UROK)	145
PROJETOS FINANCIADOS PELA UNIÃO EUROPEIA	89	PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA	146
BAFATÁ MISTI IAGU	89	CONSERVAÇÃO E DESENVOLVIMENTO DAS ILHAS UROK – projetos “UROK OSHENII” , “BEMBA DI VIDA!” e “ ETIKAPUN N’HA – UROK”	146
TCHOSSAN SONINKÉ – Panos de Ponte Nova	91	MANUAL DE SOBREVIVÊNCIA	148
BAMBADINCA STA CLARO – Programa Comunitário para Acesso a Energias Renováveis	93	GLOSSÁRIO	159
REGIÃO DE GABÚ	97	ONGD “AFECTOS COM LETRAS”	160
PROJETO FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA	100	NOTAS FINAIS	162
		PUBLICAÇÕES ÚTEIS AO TURISTA	163

ÍNDICE ALFABÉTICO

Anguruma (Ilha)	147
Aquipélago dos Bijagós	124
Área Marinha protegida Comunitária das ilhas de Formosa, Nago e Tchediã (Urok)	145
Bafatá	85
Bambandinca	92
Biombo	53
Bissau	31
Boé	101
Bolama (Ilha)	119
Buba	105
Bubaque (Ilha)	126
Bula	71
Cacheu	61
Canchungo	69
Canhabaque (Ilha)	134
Capé	89
Carache (Ilha)	139
Caravela (Ilha)	140
Caió	70
Cavalos (Ilha)	144
Cussilinta	94
Farim	77
Gabú	98
Galinhas (Ilha)	124
Guiledje	115
Ilhéu do Meio	144
Jeta	70
João Vieira (Ilha)	143

Keré (Ilhéu)	141
Mansoa	83
Nhampassaré	101
Orango (Ilha)	135
Orangozinho (Ilha)	139
Parque Nacional das Lagoas de Cufada	107
Parque Nacional Marinho de João Vieira e de Poilão	142
Parque Nacional de Orango	135
Parque Nacional das Florestas de Cantanhez	112
Parques Nacionais Dulombi e Boé	102
Prábis	58
Pecixe (Ilha)	70
Piquil	58
Poilão (Ilha)	142
Porto Gole	83
Quinhamel	54
Rubane (Ilha)	133
Safim	59
Saltinho	94
São Domingos	71
Soga (Ilha)	134
Suru	58
Tabatô	90
Tombali	111
Unhocozinho (Ilha)	147
Varela	72
Xitole	94



O Kankoo, da autoria de Nuno Tavares, foi criado a partir do mítico Kankuran, um ser que protege o Fanado, sobretudo os jovens que cumprem este ritual de passagem para a idade adulta, na maioria das etnias e independentemente da religião. O ritual ainda hoje se cumpre, não nos trâmites tradicionais das práticas ancestrais animistas, mas de forma a garantir alguma segurança, higiene e dignidade humana aos jovens que cumprem este ritual. Apesar das mudanças ao longo dos tempos, o Kankuran manteve-se e ainda se vê nas tabankas, nas cidades e em todas as regiões da Guiné-Bissau causando o pânico, o medo e curiosidade. Todos conhecem o Kankuran e ainda hoje as crianças são amedrontadas por este ser estranho, invasivo e provocador. O Kankoo foi inspirado neste Kankuran, mas a ideia também surgiu para desconstruir este ser que provoca a cultura do medo, tornando-o num personagem afável, carinhoso e um pouco infantilizado para o aproximar de todos/as, crianças, jovens e adultos. O nome Kankoo surgiu da abreviatura de Kankuran, dando ao personagem uma vida que surge da identidade mitológica do Kankuran, mas que ao mesmo tempo nos transporta para um outro imaginário mais colorido, humilde, simples, afável e carinhoso, características do Kankoo que também representam o povo guineense.

ESTE PROJETO É FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA

IMPLEMENTADO POR: AFECTOS COM LETRAS - ONGD

