GOM

GUIA DE OCIO MALABO

Número 2 - Julio 2019
Publicación Trimestral
Ejemplar Gratuito

BLACK-BEE

Me encantaría vivir en Ecua

HOTELES

Donde alojarse en Malabo

FINCA SAMPAKA

Tenemos el mejor cacao del mundo

Delta Mar

CONSIGNACIÓN
ESTIBADORES
TRANSPORTES
MALABO - GUINEA ECUATORIAL

Accesible

Estar accesibles es parte de nuestra forma de trabajar. Tenemos ventaja de nuestra red de oficinas en todo el mundo, escuchamos a nuestros clientes, respondemos a sus preguntas, y ofrecemos soluciones a cualquier problema que pueda ocurrir.

Personal

Valoramos el vínculo personal entre nosotros y nuestros clientes, que nos da una visión más comprensiva de sus necesidades. Esto nos permite ofrecer los servicios que nuestros clientes necesitan, cuando y donde ellos precisan.

Fiable

Nuestros clientes nos dicen que proporcionamos unos horarios y precios de calidad a precio competitivo. Logramos estos objetivos ya que nos esforzamos por la excelencia operacional en todos los aspectos de nuestro negocio.

delta Mar

CONSIGNACION
ESTIBADORES
TRANSPORTES

MALABO, GUINEA ECUATORIAL

INFO@DELTAMAR.COM
+240 333 099 690 / 222 099 209
CARRETERA AEROPUERTO KM4. MALABO

WORKING 8-13
HOURS 14 -16

MAERSK LINE · GRIMALDI LINES · Broadbox · NiteDutch · MPV · Safmarine · KARIM EXPORT · erl · Naviera Dal · PIL

GOM
GUIA DE OCIO MALABO

Dirección
Nuria Balbina OBIANG OBONO
Edición
GOM, S.L.
Malabo (G.E.)
Colaboradores:
Lola Serena
Guinea Turismo
Diseñador Gráfico :
José Baltasar OLÓ
Maquetación:
D.R.B
Contacto
+240 555 743 200
Instagram
@guiadeociomalabo
email:
nuriabalbina@gmail.com

CARTA DE LA **DIRECTORA**

Ha sido duro pero lo he conseguido

Muchas veces, cuando me encuentro con personas que no conozco, vivo una escena recurrente. Los primeros intentos de entablar una conversación comienzan invariablemente con: "¿Dónde trabajas?". Por supuesto, la mención de GOM genera una reacción de bienvenida que se enlaza con la siguiente pregunta: "Y... ¿qué haces en la revista?". Mi respuesta siempre despierta interés. Esto se debe a la admiración que causa ver a una mujer en una posición de alta responsabilidad en un mundo en el que, a estas alturas, sigue siendo habitual que el poder lo tenga el hombre.

Pensando en esto, cuando preparábamos la edición dedicada a las working girls, nuestro principal objetivo fue derrumbar esos estereotipos y reflejar la verdadera esencia de la empresaria de hoy.

Es como dejarse envolver por la magia de la belleza y naturaleza de Malabo. Así es la tercera edición de GOM la guía de ocio de Malabo a la que AMO y forma parte de mi vida. En la edición pasada hablamos de las mujeres de valor, así es que ahora puede sonar algo repetidor, pero nunca me canso de hablar de ello. Debo deciles que he estado bastante ocupada en estos meses desempeñando un nuevo puesto de trabajo, pero jamás abandonaría la revista y este es el resultado de compaginar 2 trabajos a la vez. siempre digo que tengo la suerte de encontrarme y rodearme de gente maravillosa y todas tienen algo que aportar en mi vida. Tal es el caso de la preciosa Kenny Telfort la unica haiitiana de malabo o almenos que yo conozca. Fotografiada por el joven fotógrafo Juan Carlo Olo La inspiración ha sido tomada del reportaje de la finca sampaka. GOM cada vez tiene más colaboradores, en la maquetación tenemos al artista fotógrafo, diseñador, amigo y más cosas que ahora mismo no sabría decir tampoco me olvido de los hombres de valor.

Y como un regalo especial les entregamos GOM, un tesoro lleno de secretos que nos desvela a la mujer trabajadora, la clave: la profesional moderna es poderosa, versátil, apasionada y no se rinde a la adversidad. Celebremos a las mujeres de todo el mundo: diversas, generosas e inspiradoras.

¡Un brindis por todas ustedes

Nuria Balbina Obiang
Directora GOM

LA FINCA SAMPAKA 1906

TENEMOS EL MEJOR CACAO DEL MUNDO

Reportaje por **Luis Edú Acevedo Gonzalez**
Director General

Finca Sampaka ha sido y es una finca emblemática de la isla de Bioko, fundada alrededor de 1906, su casa colonial de madera de tonos verdes y de pino nórdico se alza todavía negándose a sucumbir al paso del tiempo.

El nombre de Sampaka (que es como se conoce o conocía a todo el entorno circundante) proviene del nombre de Libertino llamado Samuel Parker, quien se estableció en la zona, y a lo largo de los años, con el pidging, su nombre fue derivando de Sam Peik hasta la Sampaka actual.

Sampaka es una delicia del pasado colonial, imposible encontrar lugares tan evocadores por el mundo. El largo camino de palmeras nos acerca a la entrada.

La finca cuya extensión era de cerca de 1.000 hectáreas, siempre destacó por

cosechar uno de los mejores cacaos de la isla y del mundo, tanto por su exquisito cuidado en la selección y en su proceso de producción. Más tarde esta finca se incorpora en la década de los 90 a la empresa CAMASA.

En la actualidad en Sampaka, se centraliza ahora la organización y dirección de la empresa CAMASA y sus oficinas, donde además de esta plantación, se incorporan plantaciones aledañas como la Finca Bonyoma, San José, en el camino de Luba la finca Tuplapla, y en Bioko sur las fincas de Bombe y Montemayor, siendo el conjunto de las hectáreas superiores a las 2.500.

Siguen con la época artesanal del siglo XIX utilizando la misma maquinaria de hace 100 años.

El proceso del cacao es básicamente del árbol al secado y del secado al envase.

Es recomendable empezar a transformar el cacao en guinea ecuatorial, crear fábricas de chocolate etc… para no tener

que vender la materia prima a Europa.

La plantación es fabulosa, no puede ser más evocadora. La bellísima casa colonial y el secadero de cacao constituyen la imagen más sugerente de nuestra colonia y de nuestro pasado colonial. En Sampaka es muy fácil poder imaginar los mejores tiempos de recolección y cosecha de cacao hace más de cien años.

El recorrido por el secadero no puede ser más fantástico.

Instagram: **fincasampaka**
www.fincasampaka.com
Contacto: **333 09 86 93**

Pan d´Or

La panadería de su hogar

- Pan Blanco
- Pan Integral
- Baguettes
- Bollos
- Croissants
- Buñuelos de Harina
- Buñuelos de Azúcar
- Pan con Queso
- Donuts
- Pan de Leche

Abrimos las 24h los 7 días de la semana!

Carretera del Aeropuerto,
Entrada de Industria - Malabo

Telf. 222 172 898 - 555 665 555

Pan d´Or

La panadería de su hogar

CARNES
FIAMBRES
FRUTAS
YOGURES
LÁCTEOS

BASILÉ
PRODUCTOS DE ESPAÑA

VACUM
Supreme Spanish Meat

BASILE INAUGURA SU TIENDA NUEVA
(detrás de Martínez, junto a Guinaco)
DE PRODUCTOS FRESCOS
CON DENOMINACIÓN DE ORIGEN ESPAÑA

C/ Libertad, 291 · PINTO
C/ Cocoteros (junto a Guinaco)

VENTANILLA ÚNICA EMPRESARIAL

Unidad Técnica, asegura la recepción y verificación del expediente de solicitud, da de alta abente informa y asesora a los administrados.

Unidad Notaria, se encarga de la autenticación de los actos de las sociedades.

Unidad de Registro Mercantil, se ocupa de la inscripción en el registro mercantil y de la expedición de los formularios

Unidad de Identificación Fiscal, se encarga de atribuir el NIF

Unidad de la Tesorería Gral. del Estado, se encarga de las confirmaciones y pagos al Tesoro Público.

Francisco Javier MEYE OBONO
COORDINADOR GENERAL
222 278 826 / 555 453 751

www.ventanillaempresarialge.com/info@ventanillaempresarialge.com
Ministerio de Comercio y Promoción de Pequeñas y Medianas Empresas, Malabo II (Zona Ministerial 1ª Planta)

FTF Catering

FACILITY MANAGEMENT

Nuestra capacidad y experiencia en la gestión de instalaciones de diversa índole, desde plataformas petrolíferas hasta edificios corporativos, nos permite asegurar el excelente funcionamiento de nuestros servicios.

OPERACIONES LOGÍSTICAS

FTF realiza un servicio logístico integrado, que se logra mediante el diseño y la composición de los distintos elementos de las prácticas logísticas, que nos permiten llevar a cabo la gestión desde el origen hasta cualquier destino.

RECURSOS HUMANOS

El equipo de FTF es una de nuestras mayores ventajas ya que lo componen profesionales que han recibido una excelente formación y están dispuestos a involucrarse en su trabajo. Un equipo multicultural que encaja a la perfección con nuestros clientes.

CATERING & HOTEL MANAGEMENT COMPANY

FTF es una compañía de **Gestión de Catering e Instalaciones**, líder en la gestión en lugares remotos en diversos sectores como: **petróleo y gas offshore – onshore, minería y construcción.** Proporcionamos servicios de hospitalidad integrados que incluyen catering y alimentación, lavandería, limpieza, conserjería, mantenimiento, gestión de residuos, jardinería, gestión de personal, seguridad, flotas de vehículos, transporte y logística.

FTF Catering Guinea, S.A.
Carretera del Aeropuerto km. 6
24009 Malabo
(Equatorial Guinea)
email: coordination.center@ftfcatering.com

Telf: +240 333 099 169

www.ftfcatering.com

CCEI BANK GE
Grupo Afriland First Bank

SEDE SOCIAL MALABO I: C/ Nº UNGO 420-MALABO
TEL: (+240) 333 09 20 33 / FAX (+240) 333 09 20 11
SWIFT CODE: CCEIGQGQ

ENTIDAD BANCARIA
NÚMERO 1
EN FONDOS PROPIOS
CONCESION DE CRÉDITOS
DEPOSITO Y TOTAL BALANCE

Gracias!

Construyamos el futuro juntos.

WWW.CCEIBANKGE.COM

HOTELES EN **MALABO**

HOTEL ANDA CHINA
Malabo 2
Tlfno. 222022525

HOTEL SOFITEL
Sipopo
Tlfno. 333093901

HOTEL VILLA BRENDA
Barrio Banapa
Tlfno. 333098965

HOTEL CNH
Malabo 2
Tlfno.

HOTEL FLAREX
Barrio Timbabé
Tlfno. 333030313

IBIS MALABO
Malabo 2
Tlfno.

MAGNO SUITES
Barrio Paraíso
Tlfno. 333096333

BAHIA 2
Caracolas
Tlfno. 333096609

HOTEL BAMY
Telfno. 666500122
Carretera de Potao

HOTEL HILTON
Ctra del Aeropuerto
Tlfno. 333096811

HOTEL CARMEN GALAXY
Barrio Pilar Bopoyo
Tlfno. 555439654

HOTEL DE FEDERACIONES
Barrio Banapa
Tlfno. 222760209

HOTEL ANGUE ONDO
Carretera del Aeropuerto
Tlfno. 222796161

Anuncie su negocio, producto o servicio en

GOM

GUIA DE OCIO MALABO

+240 555 743 200

• Tartas creativas con fondant por encargo
• Tarta en porciones:
o el sabor que usted desee
• Tres leches
• Zanahoria
• Red velvet
• Chocolate
• Fresa
• Tarta de Moka
• Tarta de Bayleis
• Piña
• Tarta de Sawa Sawa
• Gelatinas, flan y diferentes postres
• Helados variados
• Galletas de diferentes sabores , tamaños y diseños
• Montaje de candy Bar
• Café, chocolate caliente, té
• Zumos, fanta entre otros
• Chuches para cumpleaños
• Alquiler de carrito de palomitas
• Alquiler de carrito de algodón de azúcar
• Decoración de fiestas
• Alquiler de sillas para fiestas, carpas, mesas, barras con Luz entre otros.
Malabo / Calle Rey Boncoro, bajando por el Colegio Buen Pastor - Movil: 333 098 411
@DulcesMartaEg
DulcesMartaEg
Sweets

MANTEN S.L
SERVICIOS DE MANTENIMIENTO
Limpieza, Guardianes, Fontanería, Electricidad, Aire Acondicionado, Fumigación,Exteriores E Interiores Y Pintores.
C / CALLE MAURITANIA - CIUDAD DE MALABO - BIOKO NORTE - GUINEA ECUATORIAL
TELEFONO: +240.222.678.568

PIZZERIA RISTORANTE BIDJI BINIA

Comida local e Internacional

Desayunos
Almuerzos
Cenas
Eventos

Abierto los 7 días de la semana

BIDJI BINIA RISTORANTE
AV. INDEPENDENCIA S/N (Junto Martínez Hermanos)
Telf. **+240 333 093 878**

El Hard Rock

RESTO & PUB

LUNES A DOMINGO DE LAS 8:00 A 20:00 H

COMIDA AMERICANA Y EUROPEA

COCKTELES INTERNACIONALES

SERVICIO CATERING Y FIESTAS

333098350 | 222 711 911 / 222 166 860

CALLE NIGERIA FRENTE ASAMBLEA DE DIOS

ENOLOGÍA Y ENOTURISMO

REPORTAJE POR JOSÉ RAMÓN CARLÓN GÓMEZ

La cata de vinos puede ser una experiencia apasionante y al alcance de cualquiera simplemente conociendo los diferentes pasos de la técnica de análisis sensorial de vinos, conociendo nuestros sentidos, aprendiendo vocabulario específico y practicando de forma que la siguiente copa de vino la podamos afrontar de forma diferente, estimulando algunos de los sentidos que nos permiten identificar aromas y sabores presentes en los diferentes vinos.

LA CATA DE VINOS

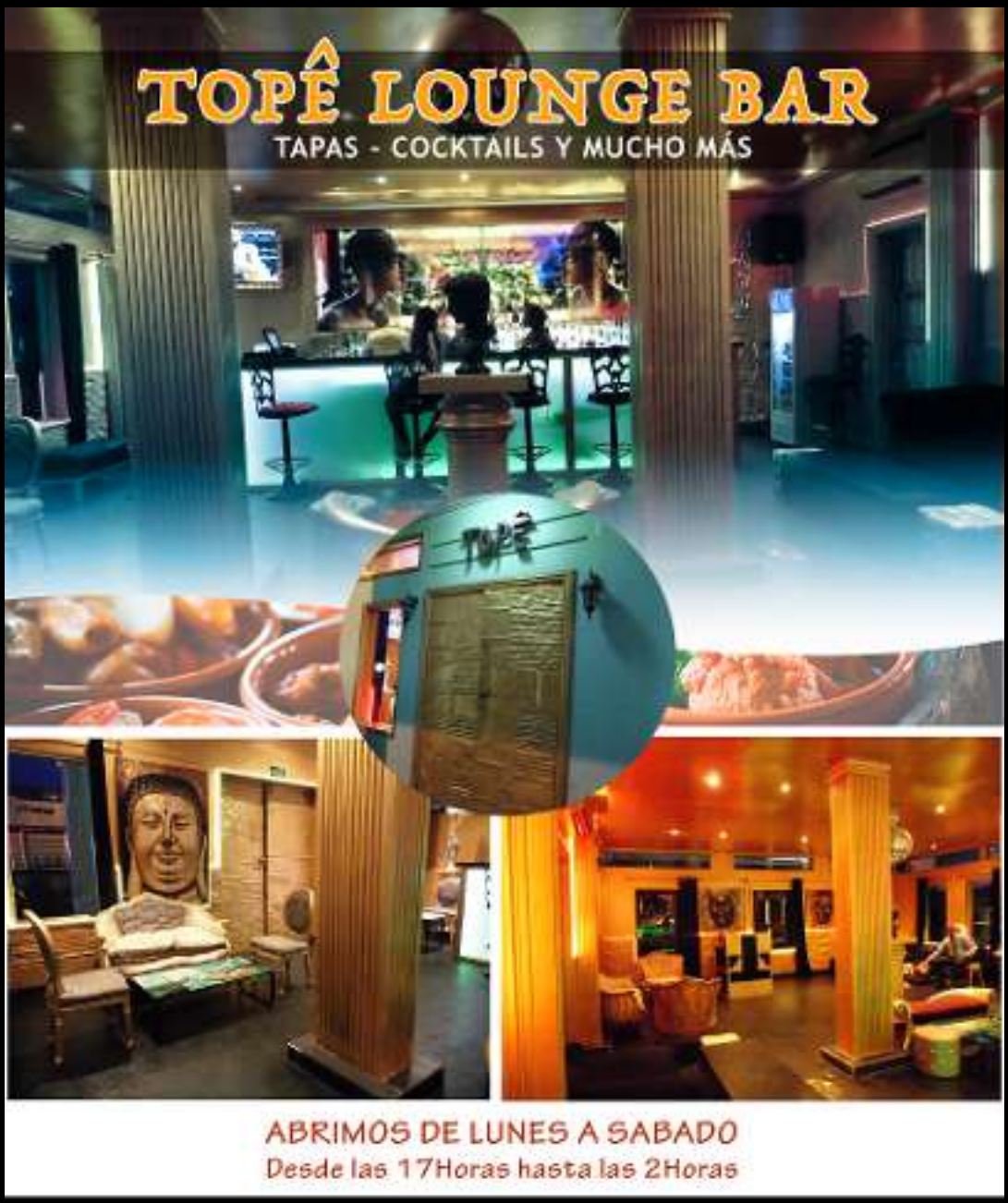
Al enfrentarnos por primera vez a una cata de vinos debemos concentrar nuestra atención a toda la información que el sentido de la vista, el olfato y el gusto nos ofrecen dividiendo el análisis sensorial en tres fases:

Fase visual: a través de la vista el vino nos informa de una serie de características. En primer lugar podemos identificar la presencia o ausencia de carbónico, la limpidez del vino (cristalino, limpio, turbio, borroso), brillantez (brillante, opaco), fluidez (fluido, acuoso, denso, aceitoso, viscoso), densidad alcohólica, color del vino (verdoso, dorado, morado, violáceo, anaranjado) y sus ribetes.

Fase olfativa: a través del bulbo olfativo intentamos identificar aromas en el vino que ya tenemos registrados en nuestro cerebro. Podemos caracterizar el vino según la primera impresión que nos ofrece al oler el vino (agradable, corriente, desagradable), intensidad aromática (alta, débil, fuerte), calidad (ordinario, franco, fino), persistencia (persistente, corto, normal), tipo de aroma (primario, secundario, terciario). Según su origen se establecen las diferentes familias aromáticas: aromas primarios procedentes de la variedad de uva (frutas, flores), aromas secundarios que provienen de la fermentación (levaduras, quesos, bollería) y aromas terciarios de la crianza en barrica (especies, chocolate, canela, tabaco, torrefactos).

Fase gustativa: detectamos en nuestra boca los sabores (dulce, ácido, salado y amargo) y otras sensaciones (astringencia, sequedad, cuerpo, acidez, equilibrio). Por último y fundamental es la valoración de la persistencia del vino en nuestra boca una vez ingerido en lo que se conoce como postgusto.

Disponemos de las primeras claves para disfrutar y valorar el gran abanico de vinos a nuestra disposición de las diferentes zonas vitivinícolas mundiales.



Dirección: COCOTEROS - EDIFICO CRISAL NUM 226

Telf: +240 333 096 143

@TOPE_LOUNGE_BAR_MALABO

AJM Grupo
ABIERTOS DE LUNES A SABADO
Mañana de 08:00 a 13:00/ tarde de 16:00 a 19:00
COSAS DE CASA: Calle Enrique Nvo - Malabo - GNQ Telf: +240 222 252705
COSAS DE CASA
COSAS DE CASA
MUEBLES: Barrio Paraíso (Frente Terminal Delta Mar) - Malabo -GNQ - Telf: +240 222 679 267
MUEBLES
COCINAS - BAÑOS - DORMITORIOS - MENAJE - VESTIDORES - DECORACIÓN - ARMARIOS
TERRAZA Y JARDÍN

¡¡APROVECHA NUESTRA REBAJA!!

DISPONIBLE EN NUESTRA SEDE UBICADA EN MALABO
DISPONIBLE EN NUESTRA SEDE UBICADA EN NKUANTO

MUNI one
4G
Todo en casa...
INTERNET 4G
TELÉFONO FIJO
TV
SUSCRIPCIÓN MENSUAL VIA *150#
Paquete L
Paquete XL
Paquete XXL
Precios
40 000 Fcfa
70 000 Fcfa
100 000 Fcfa
Internet
50 GB
100 GB
150 GB
20 Min
30 Min
50 Min
177.000 frcs.
127.000 frcs.
la instalación.
MA (BATA).

EL ESPACIO DE LOLA

ENTRE **AMIGOS**

ESAS QUEDADAS CON AMIG@S PLASMADAS EN LETRA DONDE INTENTARE AYUDAROS EN TEMAS DE NUESTRO DÍA A DÍA.

Recuerda, en nuestra sección tendréis temas de salud y las mejores recomendaciones para una vida sana, equilibrada y como no, para estar más guapos/as aun. Todo ello a través de recetas y consejos culinarios con materia prima de nuestra querida Guinea.

FLEXIVEGETARIANO

MODO O FORMA DE VIDA EQUILIBRADA

La otra noche invite a mi amiga Laura a cenar a casa, como sé que le gustan mis croquetas de jamón, le prepare un gran plato, una ensalada de tomate con mozarela y vinito blanco bien frio. La note algo preocupa y me comento que tenía la tensión alta, colesterol y que había engordado bastante y eso sí que de verdad no le gustaba, me puse a reír y la dije; cuantas veces te he regañado porque no comes apenas verduras ni frutas, haz un cambio en la dieta y veras, la invite a que fuese durante una temporada **flexivegetariana** y notaria como su cuerpo y su salud mejoraría.

Ser **flexivegetarian@** no es una moda de nuestros días, la dije, ya se conocía a finales del siglo XIX, se trata de un estilo de vida saludable ya que aporta mucha fibra, (200 por ciento,) vitaminas y minerales, fortalece el sistema

inmunitario y previene muchas enfermedades, entre ellas, diabetes, colesterol, obesidad y tensión alta además de aportar antioxidantes que son estupendos para la piel

En que consiste me pregunta mi amiga, fácil Laura, dejar de comer tanta carne y pescado para incluir en tu dieta más legumbres, hortalizas, frutas y verduras, 20/80 seria el porcentaje correcto para empezar a tener una vida sana y prevenir enfermedades. A partir de ya a cambiar la dieta y sobretodo mucha agua y ejercicio!!!!!!!!!!

Lola Serena

Y para empezar tomando fruta!!!!!!!!

SORBETE DE MANGO FRESQUITO

2 Mangos maduros

Zumo de limón

5 cucharadas de agua

4 cucharaditas de azúcar

1 pizca de sal

Hierbabuena

PREPARACIÓN

Triturar la pulpa de los mangos junto con el zumo de limón y la pizca de sal en la batidora. Poner el agua en una sartén junto con el azúcar, remover hasta conseguir un almíbar bien rico. Verter el almíbar junto el puré de mango en un molde , removerlo y meter en el congelador durante dos horas. Sacarlo del congelador y volver a batirlo. Servir en una copa junto una ramita de hierbabuena.

BLACK-BEE

«Los amigos a veces tienen la memoria corta y los enemigos nunca olvidan»

Qué se siente al ser a día de hoy el único rapero guineano conocido tanto en nuestro país como con el respeto de España e internacionalmente que canta, rapea, produce instrumentales para él y para otros artistas, compone canciones para él y para otros artistas, además también de dirigir y realiza video. ¿Eres humano?, o un superhéroe.

(risas) Soy un humano con una mentalidad hiperactiva. Posiblemente poca gente lo sepa, pero curiosamente has descrito impecablemente mi función en la música. (risas)

¿Por qué decidiste ser cantante?

Creo que fue por la cantidad de música que se escuchaba en casa y en todas las fiestas se cantaba y bailaba mucho. En la iglesia de mi abuela los niños cantábamos, mi padre tocaba la guitarra en las fiestas familiares y mi madre cocinando también y cantábamos José Luis Perales con ella. Además, también he estado muy vinculado desde pequeño a la música tradicional tanto por parte de padre como de madre, así que al final…

¿Cuántos años tenía cuando comenzó a ser cantante?

Aproximadamente a nivel profesional creo que en 2003 salió mi primera canción editada colaborando en el disco llamado Ak-47 de Meko y Krazé. Gracias a la oportunidad que me dieron ellos a partir de ese momento todo fue fluido para seguir sacando cosas.

Según tenemos entendido eres estudiante en España ¿Qué has estudiado y como lo compaginas con lo de ser artista?

La verdad es que me considero una persona inquieta en ese aspecto, me encanta investigar, evolucionar, ponerme retos y nunca estancarme. Estar al día…he estudiado Comercio, también Técnico de Sonido incluido

para Cine y Televisión, Administración Finanzas.

Dos virtudes y dos defectos…

Dos virtudes son ser una persona de palabra y solidario.

Dos defectos son el perfeccionismo en los trabajos y a veces la excesiva implicación en las cosas (risas)

Esto les intriga a muchas chicas ¿tienes pareja?

Actualmente no tengo pareja, soy un soltero de oro así que si en EG se hace un programa de mujeres y hombres y viceversa creo que sería un buen candidato a ser tronista (risas).

¿Cómo sería tu chica ideal?

Una que sea divertida, inteligente, simpática, independiente, fogosa y leal…por ejemplo (risas)

Salud, Dinero o Amor… ¿cuál quitarías?

Sin duda quitaría el dinero, ya que creo que la salud es el pilar de la vida y el amor tanto de

pareja como de los seres queridos es imprescindible para saborear y disfrutar la vida en condiciones.

¿Qué opinas del papel de la mujer guineana en la sociedad actual?

Desde mi punto de vista el papel de la mujer de en la sociedad desde tiempos inmemoriales siempre ha sido fundamental y los cimientos en la educación y sensibilidad humana. Por eso me entristece mucho saber que a día de hoy todavía existen situaciones machistas de personas que tienen madre, hermana, abuela, tías o incluso hijas a las que les puedan pasar las mismas situaciones.

Por eso cuando me llegan noticias por ejemplo de mujeres emprendedoras que trabajan por aportar algo positivo a la marca Guinea como vuestra directora Nuria estoy más que dispuesto a apoyar ya que poco a poco de consigue dar una visibilidad acorde a los tiempos que corren.

¿Cuándo volveremos a verte por Malabo? ¿Cómo fue ganar el premio al mejor rapero en los premios Joncham 2016?

Ganar el premio Joncham fue una enorme alegría, sinceramente ahora de manera palpable soy consciente del amor que me tienen mis paisanos, pero no imaginaba el nivel y no esperaba el premio. Fue una emoción gigantesca, la verdad.

Volveré siempre que el tiempo me lo permita, es una bendición estar con mi gente de EG.

¿A quién admiras de Guinea Ecuatorial?

Es una buena pregunta la verdad ya que a mí me encanta valorar a las personas que hacen cosas positivas independientemente del ámbito o sector en el que se muevan. Por ejemplo, admiro a Meko por la labor a la industria musical que ha hecho en Guinea y España,a Krazè por su labor artística en la comunidad también, admiro a artistas como Kicko B por la escuela de artistas que ha dejado queriendo ser como él, otro ejemplo a admirar es a Belindo Joncham por su iniciativa de crear un evento de la magnitud tan amplia sus premios, también admiro a personas como vuestra directora GOM ya que conozco su trayectoria y es una luchadora al igual que un montón de mujeres y hombres emprendedores/as de mi generación en el país.

Es importante apreciar a los pequeños y medianos empresarios ecuatoguineanos que con sus ideas y esfuerzo contribuyen a la evolución de la sociedad.

Y continuando en EG. ¿Qué tres cosas relacionadas con el mundo artístico guineano te han gustado últimamente?

El humorista Pepito Polo, la canción "A bin tele yu" de Bako, Suspe ha caído y el libro "Herearás la tierra" del escritor guineano Edjanga Divendu.

¿Qué les diría a sus seguidores acerca de los sueños que tienen de ser alguien en la vida?

Y yo me pregunto... ¿qué es ser alguien en la vida? (risas). Creo que es más importante se feliz ya que creo que el concepto de ser alguien para cada persona y dependiendo de la perspectiva puede ser un millón de significados diferentes.

Lo que sí que puedo decirles es que confíen en su marca y que cuanto más profesional quede su trabajo más internacional será y más respeto le darán otros artistas. No se pueden quedar en molar en el barrio conformarse con los aplausos de sus colegas.

¿Qué siente cuando sube al escenario?

Es una mezcla entre máxima responsabilidad y a la vez un estado de trance ya que un artista debe poner todos sus sentidos en el acto.

Es una sensación indescriptible

¿Qué opinas de las escuelas de música que hay en guinea o que cree que se debe implementar?

La verdad es que no he tenido la oportunidad de conocerlas, pero los animo a que me inviten a impartir algunas clases o masterclass para así compartir mis conocimientos con los talentos que lo necesiten.

¿Crees que la música es importante en

nuestras vidas? ¿por qué?

La música es una disciplina importante para todo ser vivo. Está demostrado científicamente que las plantas, los animales se comportan diferente cuando se rían con música. Los bebés también si la escuchan desde pequeños, hay enfermos que con la música consiguen reducir la magnitud de la enfermedad e incluso personas con alzhéimer no recuerdan cosas, pero si consiguen recordar sensaciones cuando escuchan la canción que se la creó en ese momento. La música es vida.

Si tuvieses que hacer una cena... ¿a qué cinco guineanos/as que no conoces invitarías?

Difícil respuesta ya que posiblemente me equivoque en la selección (risas), pero voy a arriesgar y a hacerlo lo más variado posible...Pepitopolo, Nena dreams, César Brandon, Fistong Boy y Enway B.

¿Y de los que conoces?

Bufff...esa lista sería muy larga la verdad, (risas) podría llenar 5 folios con nombres de personas, pero creo que si hago la cena algún día el euipo GOM estará invitado.

Una cosa curiosa que pasa contigo es que a cualquier artista que te conozca y hayamos preguntado referencias sobre ti sólo tiene buenas palabras. ¿Tienes algún enemigo?

(risas) Es cierto que de los artistas personas que me conocen muy difícil es que alguien tenga malas palabras hacia mí, no suelo dejar enemigos por el camino (risas). Un día alguien me dijo "Los amigos a veces tiene la memoria corta y los enemigos nunca olvidan". Aunque es cierto que no se puede caer bien a todo el mundo y siempre va a haber gente envidiosa o que quiera estar en tu posición o incluso tener tus chanclas, aunque estén rotas si te ven caminando feliz...

"La envidia va y viene sola", ya lo dije en trabajar y ganar.

Muchas gracias por la entrevista y el apoyo, deseo para la revista los mayores éxitos de corazón.

Un abrazo fuerte.

Todo el sabor de Italia en Malabo

Los Domingos Abrimos

Va bene

Pizzeria italiana

Hotel Paraiso, Malabo

Telf. 555 714 083

restaurante

IMAGINE

Restaurante Imagine Malabo

@restaurante_imagine

Malabo II, s/n

Telf. 555 534 340

www.restaurante-imagine.com

TUNNAN GUINEA ECUATORIAL MANTENEMIENTO, S.A

SERVICIOS DE MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA EN GENERAL

SOLEBY
CARPINTERIA
ESTILO Y CALIDAD EUROPEOS
Muebles de cocina, de interiores, de exteriores
de baño y a medida.
Reforma y montaje de todo tipo de muebles
Revestimientos de paredes, suelos y techos.
REFORMAS INTEGRALES
Telf 555 82 72 40
e-mail: carpinteriasoleby@gmail.com

A Momentos Amargos... Dulces de Guinea!
ESPECIALIDADES
DULCES
MANTECADOS
ROMPEMUELAS
CONCODOS
COCONATSWEET
ROSQUILLAS
CHINCHIN
PIRULI
MACARA
CROQUETAS DE MALANGA
TARTAS FRIAS
TARTAS FRIAS CON BASE DE
MANTECADOS
ROMPEMUELAS
ROSQUILLAS
CHINCHIN
CONCODOS
COCONAT SWEET
Punto de Venta:
Av. Hassan II
Frente el INES Rey
Malabo
Callejon de Siale
Para mas informacion y pedidos:
dulcesdeguinea@gmail.com
@dulcesdeguinea | + 240 555 535 901

Restaurante
RUTA 47
COMIDA AFRICANA Y EUROPEA!
ambiente africano
Dirección: Calle rey Malabo
Cruce agricultura.
Web: visitecuatorialguinea.com
Teléfono: 333098507

AVIATOR

C/ La Libertad, 332
Malabo (Centro ciudad)

Take Away Phone
222 185 534

FACEBOOK.COM/AVIATORMALABO

INSTAGRAM.COM/AVIATORMALABO

TROCADERO DE ARIELA Y CINDY

Reinventamos el Bienestar

Trocadero de A&C. Ctra/Luba-Batéte. Telf: +240 222 280 067 / 666 652 080

Sitio Web: www.trocadero-ac-cb.com

EMBAJADAS EN **MALABO**

EN LA ACTUALIDAD, EXISTEN 33 REPRESENTACIONES CONSULARES EN MALABO. A CONTINUACION LAS MAS REPRESENTATIVAS.

Embajada de Alemania
Ctra. del Aeropuerto, km 4.
Telf. +240 333 09 31 17

Embajada de Angola
Telf. +240 3330987

Embajada de Benín
Calle de Enrique Nvó 300
Telf: +240 222 575 766

Embajada de Brasil
Av. Parque de Áfricas - Caracolas.
Telf.+240 333 099 986

Consulado de Burkina Faso
Telf. 240 222 203 106

Embajada de Camerún
37 Calle Rey Boncoro, Apt. 292.
Telf. +240 333 096 251

Embajada de Chad
Telf. +240 222 586 870

Embajada de China
Ctra. Aeropuerto - P.O.Box 44.
Telf. +240 333 093 505

Embajada de Rep. del Congo
Paraiso, BP 110
Telf. +240 222 216 972

Embajada de Corea (Rep. Democrática)
Telf. +240 222 634 953

Embajada de Corea (República)
Hotel 3 de Agosto - Av. Hassan II.
Telf. +240 333-090-775

Embajada de Costa de Marfil
Avenida Hassan II, N°1353 - Bp 221
Telf. +240 666 597 679

Embajada de Cuba
Barrio Paraíso.
Telf: +240 333 090 975

Embajada de Egipto
Malabo II,Frente Edificio de BEAC
Telf. +240 555 537 742

Embajada de España
Carretera del Aeropuerto, s/n.
Telf. +240 333 092 020

Embajada de Estados Unidos
Malabo II Highway.
Telf. +240 333 095 741

Embajada de Francia
Carretera del Aeropuerto.
Telf. +240 333 09 20 05

Embajada de Gabón
Barrio Paraíso.
Telf. +240 333 093 108

Embajada de Ghana
B.P. 289, Paraíso.
Telf. +240 333 098 909

Embajada de Guinea Conakri
Parques de Africa, Caracolas.
Telf. +240 333 099 242

Embajada de Mali
Calle Rey Malabo, Viv 16. Caydasa
Telf. +240 222 272 584

Consulado de Mauritania
Barrio Caracolas.
Telf. +240 222 27 24 35

Embajada de Marruecos
Avenida Hassan II, Caracolas.
Telf. +240 333 09 26 50

Embajada de Nigeria
Carretera del Aeropuerto.
Telf. +240 333 092 386

Embajada de Portugal
Malabo II. Edif Ascoma
Telf. +240 222 702 231

Embajada de Reino Unido
Telf. +240 222 277 502

Embajada Rep. Centroafricana
Santa Maria 2.
Telf. +240 555 958 818

Consulado de Rusia
Web: www.e-guinea.ru

Embajada de S.Tomé y Príncipe
Avenida Parques de Africa, N 3.
Telf. +240 333 095 717

Embajada de Sudáfrica
Av. Parques de Africa - Caracolas.
Telf.+ 240 333 099

Consulado de Suiza
Calle Argelia, 40.
Telf. +240 222 73 00 87

Consulado de Túnez
Av. de las Naciones Unidas, 28.
Telf. +240 333 098 483

Embajada de Venezuela
Barrio Paraiso.
Telf. +240 333 04 00 90

CHISTES

Busqué en internet "El amor de mi vida" Y me salió: "Quizás quiso decir mitos y leyendas"

www.chistegenial.com

Me quedé sin Internet unas horas y conocí a unas personas geniales, dicen que son mi familia.

El marido entra con mucho cuidado en la cama y le susurra dulce y apasionadamente al oído de su mujer:
-Estoy sin calzoncillos...
Y la mujer le responde:
-Mañana te lavo unos.

www.chistegenial.com

pepito¿Cuánto es 4x5?
— 20 profe.
— Muy bien, ¿Y 5x4?
— Hmm no lo sé profe, usted solo mando a
... estudiar hasta la tabla del 4.
— Pero es lo mismo Pepito.
— No, no es lo mismo Profe, Si usted come
pollo, ¿Qué Caga?
— Pues claro que Mierda, Pepito
... coma mierda a ver si caga pollo

Mamá ¿por qué me llamo Claudio?
- Porque yo me llamo Claudia!
- Uf menos mal que no te llamas ANA!
Jajajajaja.

www.chistegenial.com

—¿Qué pasó doctor?
—Perdimos a su hijo en la cirugía
—¡NOOOOO! ¡MI HIJO! ¡NOOOO!...
—Sí, pero ya lo encontramos, estaba en el baño tomándose fotos para Facebook XD
jajaja

Un anciano en el gimnasio:
- ¿Qué máquina debo usar para impresionar a una chica de treinta años años?
El entrenador lo mira y le dice:
- Yo le recomiendo un cajero automático.

CHISTES GENIALES

Jefe, auménteme el sueldo que hay 4 empresas detrás de mi.
- ¿Cuáles son?
- La del cable, el gas, la luz y el teléfono.

CHISTES GENIALES www.loschistesgeniales.com

- Hola, quiero entrar en los X-Men
- ¿Qué super poder tienes?
- estoy pensando en volver con mi ex.
- Perfecto, lo llamaremos "Bestia"

mundoimagenes.me

La suegra le pregunta al yerno:
-¿Fumas?
-No.
-¿Bebes?
-No.
-¿Mujeriego?
-No.
-¿Entonces no tienes ningún defecto?
-Uno solo, soy muy mentiroso.

CHISTES GENIALES www.loschistesgeniales.com

Delice de France

Malabo - Guinea Ecuatorial

Patisserie - Restaurant

Tradition et Qualité

BUFFET DE LUNES A VIERNES

DIRECCION - AVENIDA DE LA LIBERTAD
ABIERTOS DE LUNES A DOMINGO

TELF: 555 930 249 / 222 017 777
HORARIO: 07h - 00h

IMAGE SA

International Maritime Agency
GUINEA ECUATORIAL, S.A.

Tu agencia especializada en el transporte marítimo desde cualquier parte del mundo.

Especialistas en Grupaje:
Si desea enviar menos de 20m3 de mercancía somos la solución.

Despreocúpese:
Nos encargamos de todo con nuestro servicio especial de entrega puerta a puerta.

OFERTA ESPECIAL:
Transporte de coches desde España hasta Malabo o Bata desde

800€

¡Infórmese!

Oficinas Malabo
Ctra. Aeropuerto, Km. 4
333 099 667

Oficinas Bata
Ctra. Bome, S/N
222 586 765

Síguenos en las redes sociales

www.image-sa.com

commercial@image-sa.com

COMUNICADO DE LLEGADA DEL "ATR" Y NUEVOS DESTINOS

Ceiba intercontinental comunica al público en general de la reincorporación de un aparato "ATR" para cubrir de mejor manera las necesidades de nuestra distinguida clientela, tratando de mejorar nuestro compromiso de ofrecer un servicio y atención de calidad.

Sin otro particular.

Fernando NDONG NGUEMA

GUINEA BROKERS
Seguros en Guinea Ecuatorial
MALABO Y BATA
SEGUROS Y REASEGUROS INTERNACIONALES
-OBRAS PUBLICAS Y PRIVADAS
-ASISTENCIA Y SEGUROS DE VIAJES
-INDUSTRIA DEL PETROLEO Y GAS
-RESPONSABILIDAD CIVIL
-VIDA Y CREDITOS BANCARIOS
-SEGUROS MEDICOS
-EDIFICIOS Y VIVIENDAS
-EMBARCACIONES
-COMERCIOS
-COCHES
-ETC
Colaboradores:
AON BENFIELD
Allianz
Allianz Worldwide Care
CHINA RE
SINGAPORE BRANCH
Swiss Re
Corporate Solutions
GUINEA BROKERS
C/ Mauritania, 66
Malabo - Guinea Ecuatorial
Telf. +240 333 090 209
administracion@guineabrokers.com