

PM SERVICES

MAGAZINE

VOCÊ PODE ESTAR AQUI... DECIDA.



FILOMENA REBOCHO:

**A mulher que deu
voz, valor e futuro
às comunidades de
Cabo Delgado**

NATÁLIA CAVALCANTE:

A **mulher** que transformou a Maquilhagem num acto **de amor próprio** e liberdade para peles negras

Nascida na Bahia e criada entre as águas de Itapuã, em Salvador, Natália Cavalcante carrega no corpo e na voz a força de um território que pulsa cultura, ancestralidade e beleza. Aos 36 anos, é empresária, educadora e comunicadora de beleza, com uma década de actuação dedicada à valorização das peles negras brasileiras um trabalho que ultrapassa o universo estético e se afirma como um verdadeiro movimento de autoestima, identidade e emancipação feminina.

Desde muito cedo, Natália aprendeu a observar o mundo com olhos atentos. Ainda criança, passava horas a desenhar capas de revistas brasileiras de moda e beleza que circulavam pela sua casa. Fascinavam-lhe as texturas, os formatos, os rostos. Mas algo lhe chamava profundamente a atenção: quase nunca se via representada. Não havia ali alguém que se parecesse com ela. Foi nesse silêncio visual que nasceu a curiosidade, mas também a ruptura. A maquilhagem surgiu como possibilidade, como pergunta aberta ao mundo: e se fosse diferente?

Apesar do amor pela arte, Natália nunca sonhou, inicialmente, em ser maquilhadora. Formou-se em Artes Plásticas pela Universidade Federal da Bahia (UFBA), onde encontrou o espaço ideal para fundir universos: a pintura, o corpo e a pele como tela viva. A transição foi natural. Um curso profissionalizante em maquilhagem e cabelo abriu-lhe novas portas, e a arte que antes habitava os quadros passou a manifestar-se nos rostos, sobretudo nos rostos negros, historicamente ignorados pelo mercado da beleza.





Assim nasceu uma trajetória sólida, marcada pelo estudo profundo das peles negras brasileiras, pela prática consistente e por um compromisso ético com a educação. Natália não se limitou a maquilhar: tornou-se educadora, mentora e referência. Hoje, lidera e inspira milhares de mulheres que fazem parte da sua comunidade carinhosamente chamadas de Deusonas a utilizarem a maquiagem como uma ferramenta poderosa de autoestima, expressão e liberdade.

Dessa missão nasceu o MétodoMBN – Minha Beleza Negra. Mais do que um método, trata-se de uma filosofia. Criado a partir do desejo genuíno de educar e partilhar conhecimento, o MBN ensina que a beleza não precisa de ser corrigida, mas reconhecida. O método propõe uma relação consciente com a maquiagem, respeitando a personalidade, os traços e os padrões reais de cada mulher. Não se trata de esconder, mas de revelar.

Para Natália, a maquiagem é um acessório de autoexpressão, tão legítimo quanto a roupa, os sapatos ou os acessórios. É uma pintura facial que comunica estados de espírito, identidades e intenções. Um gesto simples pode transformar o dia. Uma maquiagem básica a sua famosa “make granolinha” é, muitas vezes, suficiente para activar a confiança, a disposição e a prontidão para enfrentar o mundo.

No entanto, o percurso não foi isento de obstáculos. O racismo estrutural e a misoginia marcaram profundamente o início da sua carreira. Num mercado ainda dominado por padrões eurocêtricos, pessoas brancas e homens, Natália viu a sua competência ser questionada por ser mulher, nordestina e negra. Portas fecharam-se. O acesso a produtos, espaços e reconhecimento foi, muitas vezes, negado. Mas cada “não” fortaleceu o propósito. A dor transformou-se em direcção.



A exclusão deu origem a um espaço onde outras mulheres negras se pudessem sentir vistas, representadas e empoderadas.

Hoje, Natália equilibra criação de conteúdos, educação e comunicação com disciplina e consciência. Entendeu que criar também é

documentar a própria vida, e que o seu quotidiano é, por si só, matéria-prima de transformação.



Ao longo dos anos, foram inúmeras as histórias que marcaram o impacto do seu trabalho. Mulheres que aprenderam a escolher a base certa para o seu tom de pele. Outras que ousaram usar batom vermelho

pela primeira vez. Mas um episódio ficou gravado de forma indelével: uma adolescente negra desistiu de fazer uma cirurgia para diminuir os lábios depois de acompanhar os seus conteúdos. Nesse momento,

Natália compreende plenamente a dimensão da sua responsabilidade. Não estava apenas a ensinar maquilhagem. Estava a ajudar a salvar autoestimas, identidades e futuros.

Na sua visão, o erro mais comum

validação externa. No caso das mulheres negras, esse processo é também político. Resignificar o que é belo, fora dos padrões impostos, é um acto de resistência e liberdade. É afirmar que o nariz, a boca, a pele e o cabelo negros são belos exactamente como são.

O conselho que deixa às jovens que desejam seguir carreira na área da beleza é claro: estudar, confiar na intuição, acreditar nas ideias mais criativas e levantar-se todos os dias pelos próprios motivos. O conhecimento, afirma, abre portas mas é o propósito que sustenta o caminho.



no cuidado com a imagem é não se olhar verdadeiramente ao espelho. Procurar respostas fora, sem escutar o que habita dentro. É nesse ponto que Natália actua como mentora, conduzindo perguntas, abrindo caminhos e ajudando cada mulher a encontrar as suas próprias respostas.

Para ela, a beleza e a autoexpressão são actos de autonomia. Quando uma mulher se apropria da sua própria beleza, liberta-se da

Quanto ao futuro, Natália prepara novos cursos, mentorias e a expansão do MétodoMBN para outros territórios. O objectivo é transformar o método numa experiência ainda mais completa, capaz de atravessar fronteiras e continuar a tocar vidas.

Natália Cavalcante não ensina apenas maquilhagem. Ensina mulheres a verem-se, a aceitarem-se e a ocuparem o mundo com a dignidade de quem sabe quem é. E isso, por si só, já é uma forma profunda de beleza.



FILOMENA REBOCHO:

A mulher que deu voz, valor e futuro às comunidades de Cabo Delgado



“O turismo mais autêntico é aquele construído a partir das pessoas, das suas tradições, histórias e talentos.”

Numa província tantas vezes narrada a partir da dor, Filomena Rebocho escolheu contar outra história: a da cultura viva, da força comunitária e da esperança construída a partir do próprio território.

Numa noite em que o céu de Pemba parecia carregar a memória do Índico e das histórias que o vento insiste em sussurrar, emergia um projecto que não nasceu de gabinetes nem de discursos importados, mas do pulsar genuíno da comunidade. O Salama Pemba não é apenas turismo. É pertença, identidade e resistência cultural. E por detrás dessa visão está Filomena Rebocho, uma mulher que de-

cidiu transformar raízes em futuro.

Filomena sempre acreditou que o turismo só faz sentido quando nasce das pessoas. Não do exotismo imposto, nem do olhar apressado do visitante, mas da escuta atenta, do respeito profundo e da valorização de quem vive o território todos os dias. Foi dessa convicção que nasceu o Salama Pemba: um projecto que coloca a comunidade no centro, como protagonista da sua própria narrativa.

“O turismo mais autêntico é aquele construído

a partir das pessoas, das suas tradições, histórias e talentos.”

Cabo Delgado, e em particular Pemba, guarda uma riqueza cultural imensa que durante muito tempo foi invisibilizada ou subaproveitada. O Salama Pemba nasce precisamente para romper esse silêncio, criando experiências que não se consomem vivem-se.

O impacto e a consistência do trabalho desenvolvido por Filomena Rebocho no sector do

turismo comunitário e cultural valeram-lhe, recentemente, um reconhecimento institucional de elevado relevo: foi empossada Vice-Presidente da Confederação das Associações Económicas de Moçambique (CTA), no pelouro de Turismo, Hotelaria e Restauração, na província de Cabo Delgado.

Esta nomeação surge como reconhecimento directo do contributo que tem vindo a prestar ao sector, através de uma abordagem inclusiva, sustentável e profundamente enraizada no território. Filomena é igualmente membro da CDTUR Associação do Turismo de Cabo Delgado, reforçando a sua presença activa nos espaços de decisão e articulação estratégica do turismo provincial.



zação de saberes locais, hospitalidade consciente e gestão responsável dos recursos naturais, sempre com foco na inclusão social e na geração de rendimento.

O impacto já é visível. O projecto tem criado novas fontes de renda, fortalecido o orgulho cultural e incentivado o empreendedorismo, com especial destaque para jovens e mulheres, que encontram no turismo comunitário uma via concreta de transformação social.

Entre Fevereiro e Dezembro de 2025, o projecto ampliou significativamente o seu alcance com a consolidação do Salama Pemba Júnior, envolvendo crianças e adolescentes em acções de educação participativa, cidadania activa e valorização cultural. Cada número representa mais do que estatísticas: são vidas tocadas, caminhos abertos e sonhos em construção.

Mais do que cargos, estas responsabilidades representam a consolidação de uma liderança construída no terreno, com pessoas reais e impactos visíveis.

Os desafios não foram poucos. Sensibilizar comunidades sobre o valor do turismo comunitário, criar redes de apoio num contexto de recursos limitados e construir confiança exigiram tempo, persistência e coerência. Ainda assim, as conquistas revelaram-se maiores: a adesão crescente da comunidade, o interesse genuíno dos visitantes por experiências autênticas e, sobretudo, o fortalecimento da autoestima colectiva.

Hoje, o Salama Pemba oferece muito mais do que roteiros turísticos. Propõe visitas guiadas por bairros históricos, aulas de culinária tradicional, workshops de dança e música locais, saídas de barco com pescadores, visitas a ilhas próximas e experiências ligadas ao uso do mussiro, permitindo ao visitante mergulhar na verdadeira essência de Cabo Delgado.

Cada actividade é construída de forma participativa. Artistas, cozinheiras tradicionais, pescadores, dançarinos e jovens empreendedores locais são co-criadores das experiências. Nada é imposto. Tudo é partilhado.

Paralelamente ao Salama Pemba, Filomena actua no Centro de Desenvolvimento Empresarial MozUp, onde reforça a sua visão de que o desenvolvimento sustentável passa inevitavelmente pela capacitação dos negócios locais. Essa experiência traz ao projecto ferramentas práticas, pensamento estratégico e uma aposta consistente em parcerias conscientes.

Essa mesma lógica sustenta o trabalho de empreendedorismo sustentável junto das comunidades: formação em pequenos grupos, valori-





A acção contou com o apoio de parceiros locais, órgãos de comunicação social e o Governo da Província de Cabo Delgado, demonstrando que a solidariedade, quando construída em rede, gera impacto real e duradouro.

Relatório resumido de Actividades Fevereiro a Dezembro de 2025

Local: Cidade de Pemba, Cabo Delgado

- Indicadores de Impacto
- 397 participantes envolvidos
- 117 mulheres
- 176 homens
- 0% taxa de acidentes
- 126 horas de participação em excursões

“Seguimos juntos, por um futuro construído com as próprias mãos.”

O compromisso do Salama Pemba vai além do turismo.

Em Dezembro de 2025, a comunidade de Namau, no distrito de Metuge, viveu um Natal marcado por dignidade e esperança com a realização da iniciativa Natal Solidário Salama Pemba e Parceiros 2025.

Mais de 100 famílias receberam kits alimentares essenciais, num gesto que ultrapassou a entrega de bens

e se afirmou como um acto profundo de proximidade humana.



Participação por Actividade

Participação por Actividade (Todas as 10)



Impacto do Programa

Alcance Comunitário: 397 participantes integrados em actividades de turismo comunitário, promovendo o desenvolvimento económico local e a valorização cultural.

Diversificação de Actividades: 10 tipos distintos de actividades, desde pesca tradicional a excursões culturais.

Inclusão Geracional: Programas específicos para crianças através do Salama Pemba Júnior, com 42 participantes, assegurando educação ambiental e cultural das novas gerações.

Quando questionada sobre os próximos anos, Filomena Rebocho vê um horizonte promissor: um turismo mais responsável, inclusivo e consciente, capaz de posicionar Cabo Delgado como um destino autêntico no mapa internacional não pela dor, mas pela sua riqueza cultural e humana.

A mensagem que deixa aos jovens da província é clara e poderosa:

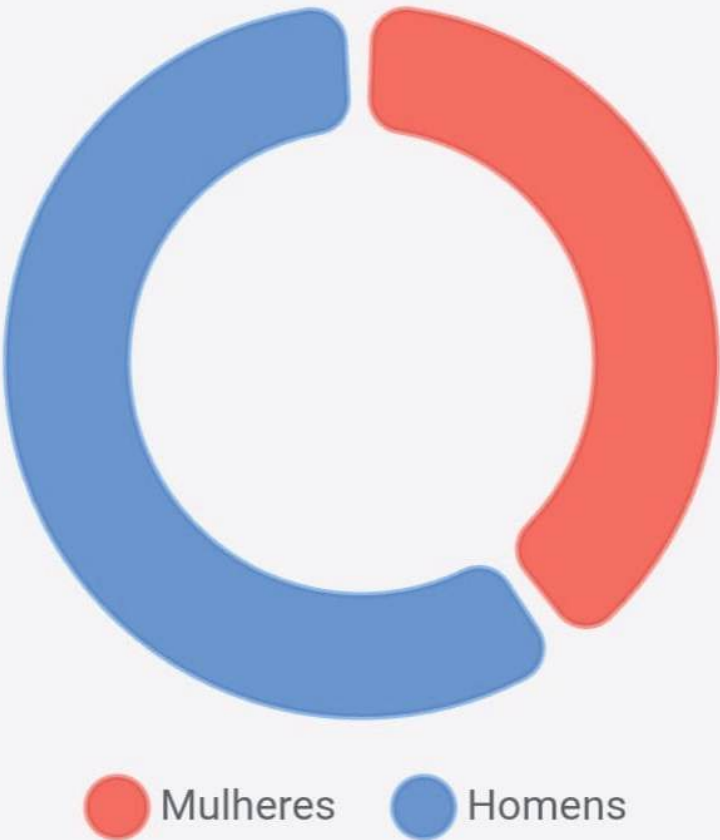
“Acreditem no valor das vossas raízes. O que nos torna únicos é a nossa história, a nossa cultura e o nosso jeito de ser. O turismo comunitário é uma oportunidade real de transformar talento em impacto.”

Num tempo em que muitos desistem, Filomena Rebocho escolheu ficar, ouvir e construir. E, ao fazê-lo, prova que o verdadeiro desenvolvimento começa quando a comunidade deixa de ser espectadora e passa a ser autora do seu próprio destino.



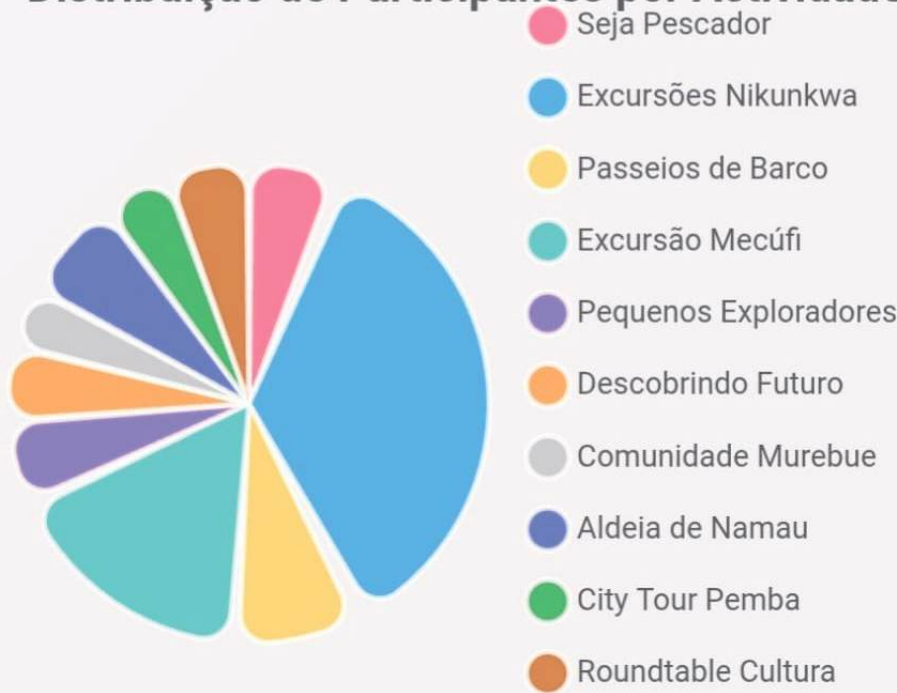
Distribuição de Género

Distribuição por Género (Total: 293 participantes)



Distribuição de Participantes por Actividade

Distribuição de Participantes por Actividade





QUER DAR VOZ AO SEU **NEGÓCIO?**

**A Sua Marca
Merece Brilhar!**

Na PM Services Magazine,
damos mais do que publicidade –
oferecemos visibilidade estratégica,
entrevistas de destaque e bônus
especiais que posicionam a sua
empresa no centro das atenções!



O QUE VOCÊ GANHA?

- ✓ Divulgação em redes e meios com grande alcance
- ✓ Entrevista exclusiva que conta a sua história
- ✓ Conexão direta com clientes e parceiros
- ✓ Imagem profissional e autoridade no mercado

Não fique invisível! 

Mostre ao mundo o poder da sua marca.



(+258) 86 120 7151



servicespmm@gmail.com

Transformando Negócios & Criando Experiências Únicas



Na WH IMPACT

Somos especializados em oferecer soluções inovadoras em consultoria empresarial e na organização de eventos corporativos. Nosso objetivo é ajudar empresas a atingirem seu máximo potencial através de estratégias personalizadas e eventos que geram impacto e conectam pessoas e ideias.

Porquê Escolher-nos?



Garantimos soluções eficazes e personalizadas, alinhadas às necessidades do seu negócio.



Desenvolvemos estratégias inovadoras para impulsionar o crescimento e o sucesso duradouro de nossos clientes.



Consultoria Empresarial

Consultoria estratégica para negócios em crescimento



Eventos Corporativos

Organização de eventos corporativos memoráveis



Treinamentos Corporativos

Desenvolvimento de programas de treinamento e workshops

Contate-nos



820 588 990



info@wh-impact.com



wh-impact.mailchimpsites.com

ELIZANDRA DOS SANTOS:

A mulher que transforma dor em poder e inspira Líderes a descobrirem a própria grandeza



Nascida em Luanda, mas moldada pela fé e pela disciplina, Elizandra dos Santos não se define apenas pelos títulos que carrega ou pelas funções que exerce. Antes de tudo, é filha amada, mulher de princípios e missão clara: fortalecer outras mulheres para que encontrem a própria voz, a força interior e a liderança que habita dentro de cada uma.

A sua trajetória não foi traçada em linhas retas. Desde a infância abençoada, cercada de incentivo à leitura, à expressão criativa e ao esforço disciplinado através do karatê, judô, balé e natação, Elizandra aprendeu cedo que cada desafio é também uma oportunidade. O exemplo do pai, um homem apaixonado pelo conhecimento, foi a primeira semente do que se tornaria uma líder de mulheres inspiradora e transformadora.

Foi a dor, no entanto, que a guiou para a descoberta do seu propósito. A perda irreparável da irmã abriu caminho para o encontro com o coaching, que, aliado à psicanálise, se tornou a base do seu trabalho de mentoria, cura emocional e liderança feminina. Cada sessão, cada programa e cada conversa que conduz são guiados por fé, conhecimento e experiência de vida — uma tríade que ela considera essencial para construir impacto real.

Powerful Women AO, o projeto que nasceu da sua mudança para Portugal, é o reflexo dessa visão. Em menos de dois anos, tem transformado vidas, fortalecendo mulheres emocional, espiritual e financeiramente. O programa tornou-se um verdadeiro laboratório de transformação, onde a autoestima, o autoconhecimento e a liderança se entrelaçam, permitindo que cada participante descubra a própria força e autonomia.



“Elas aprendem que conhecer-se é libertar-se. Que a fé não é apenas um ato espiritual, mas um motor de coragem e decisão. Que o sucesso não precisa sacrificar a saúde emocional ou a essência pessoal,” afirma Elizandra.

Para ela, os maiores desafios de uma mulher que ocupa espaços de liderança e influência não estão apenas fora, estão dentro. “As feridas emocionais são únicas, profundas, e se não forem cuidadas, limitam todo o potencial. É aí

que entra a verdadeira mentoria: olhar com sensibilidade e estratégia, ajudar cada mulher a descobrir o próprio valor,” explica. A atuação de Elizandra vai além da terapia individual. Ela escre-

ve, educa, orienta e cria programas estruturados, sempre com foco em erradicar a síndrome da impostora, formar líderes conscientes e empoderar mulheres para que prosperem sem abrir mão de si mesmas.



Para as jovens que sonham em empreender, liderar e curar-se ao mesmo tempo, a mensagem de Elizandra é cristalina: invistam em conhecimento, façam terapia,

expandam horizontes e nunca se acomodem. Evolução é uma escolha diária, e cada passo consciente é um tijolo na construção de uma vida de impacto e liderança.

Hoje, Elizandra dos Santos não apenas inspira. Ela transforma. Ela prova que a verdadeira força de uma mulher reside na combinação da fé, do conhecimento e da co-

ragem de se conhecer profundamente e que quando se aprende a liderar a própria vida, o poder de transformar outras vidas é infinito.


EMA
EXECUTIVE MOM
LMA

MMMM
HOLDING
CONSULTORIA & SERVIÇOS



*Visita
Nosso
Website*



<https://malachigarden.co.mz/> 





Maputo está em movimento. E tu, vais ficar parado?

Regista-te na Moozi Driver, começa a conduzir hoje e faz parte do novo movimento.





Siga as nossas redes sociais

    Moozi app



APARELHO ORTODÔNTICO!

**QUER ALINHAR
SEU SORRISO SEM
GASTAR MUITO?**

**AGORA FICOU
MAIS FÁCIL!**

**APARELHO
ORTODÔNTICO**

APENAS
15.000 MT!
POR ARCADA

- ♦ Correção de dentes desalinhados
- ♦ Melhora do sorriso e autoestima
- ♦ Atendimento profissional
- ♦ Material de qualidade

CONTACTE-NOS

+258 84 349 2014
+258 85 249 9830

✉ cmp_dentalcenter@gmail.com

🏠 Av. Ahmed Sekou Toure, N° 406
(centro médico Dr Adriano Tivane)



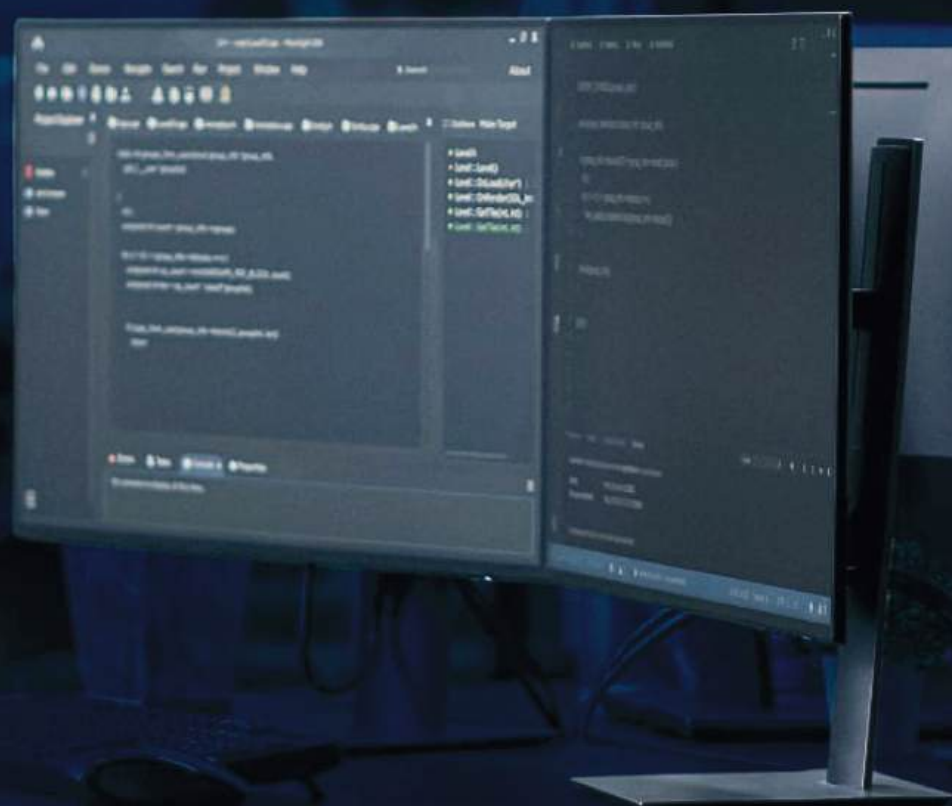
Impulsione a sua imagem com um site **profissional.**

Domínio (.co.mz ou .com)

Hospedagem (6 Meses)

Emails (ilimitados)

15.000 Mt
Sem Iva



Mais informações pelo nosso
atendimento no Whatsapp
+258 85 779 9104



É HORA DA
DA SUA MARCA
GANHAR
DESTAQUE

**A PM SERVICES É O
ESPAÇO CERTO!**



86 120 7151

