



SOLFÉRIAS
viajar aproxima

Guia de Viagem



MOÇAMBIQUE

Documentação necessária:	Passaporte com validade mínima de 6 meses a contar da data de regresso. Visto obrigatório (obtenção na Embaixada de Moçambique em Lisboa, no Consulado no Porto ou à entrada do país, nos Postos de Travessia)
Diferença horária:	Verão Portugal Continental GMT + 1 Inverno Portugal Continental GMT + 2
Designação oficial:	República de Moçambique
Capital:	Maputo
Língua oficial:	Português
População:	26.472.977 habitantes (2014)
Moeda:	Novo Metical (100 MZN equivalem a 2,36 euros)
Religião:	Catolicismo (predominante), islão
Horários de trabalho:	Administração pública Segunda a quinta das 08h30 às 14h30 Bancos Segunda a sexta das 08h30 às 15h00 Comércio Segunda a sexta das 08h30 às 12h30 e das 15h00 às 18h00 Sábados das 08h30 às 13h00
Medicação:	Profilaxia da Malária Aconselhamos o uso de repelente para insetos

Electricidade:	220 V
Código Internet:	.mz
Código Telefónico:	00258
Sítio Oficial de Turismo:	www.mozambique.mz
Pagamentos:	Cartões de crédito aceites nos hotéis e principais comércios.
Clima:	O clima de Moçambique é influenciado pelo regime de monções do Índico e pela corrente quente do canal de Moçambique. Apresenta características de clima temperado nas regiões montanhosas e de clima tropical nas restantes zonas, chuvoso no norte e centro e mais seco na metade meridional. A temperatura e a humidade diminuem de norte para sul, distinguindo-se duas estações: a das chuvas, de novembro a março, e a seca, mais acentuada de abril a setembro
Situação geográfica:	A República de Moçambique está situada na costa sul da África oriental. A norte faz fronteira com a Tanzânia, a noroeste com o Malawi e com a Zâmbia, a oeste com o Zimbabué e a República da África do Sul e a sul com a Suazilândia. A este, é banhado pelo Oceano Índico.
História:	No século XV mercadores árabes fundaram colónias comerciais em Sofala, Quelimane, Angoche e na ilha de Moçambique. A Ilha de Moçambique viria a ser visitada pela frota de Vasco de Gama no dia 2 de março de 1498, vindo os Portugueses a ocupar Sofala em 1506. De início, Moçambique era governada como parte constituinte da Índia portuguesa, tornando-se mais tarde numa administração separada. Foi colónia portuguesa até 1951 e a partir daí província ultramarina. Moçambique torna-se independente no dia 25 de junho de 1975, após uma guerra colonial que durava desde 1964.
Como ir:	Voos às segundas, terças, quintas e sábados à partida de Lisboa com a TAP e a LAM
Tempo de voo:	+/- 10h00
Taxa turística:	Aproximadamente 15 euros (pagamento no aeroporto de Maputo à saída do país)

Gastronomia:

A gastronomia moçambicana tem influência indiana, goesa, chinesa e portuguesa. A base da alimentação moçambicana é o milho, sendo o caril muito usado em toda a comida. O prato nacional, o ushwa ou chima conforme a região, é uma massa acompanhada por molhos de vegetais, como a cacana e a mboa, e também por mariscos, principalmente o camarão. O peixe seco é também uma recorrência na culinária moçambicana. Moçambique é rico em mariscos entre os quais o camarão, a lagosta, o caranguejo, o cava-cava e a amêijoa. Outros ingredientes típicos são o piri-piri, o gergelim, o amendoim, o caju e o coco.

Principais feriados:

01 de janeiro	Dia de Ano Novo
03 de fevereiro	Dia dos Heróis Moçambicanos
07 de abril	Dia da Mulher Moçambicana
01 de maio	Dia do Trabalhador
25 de junho	Dia da Independência Nacional
07 de setembro	Dia da Vitória
25 de setembro	Dia das Forças Armadas
04 de outubro	Dia da Paz e Reconciliação
25 de dezembro	Dia da Família



SOLFÉRIAS

viajar aproxima

www.solferias.pt | Solférias Operador Turístico | Rua Soeiro Pereira Gomes, Lote 1, 1-B |



1600-196 Lisboa | NIPC: 503 339 938 | RNAVT nº 1989