



# PROGRAMA REJUVENTUDE

**WORKSHOPS COMPORTAMENTAIS E  
ÁGUAS TERMAIS  
TURISMO EM ROMA E NA TOSCANA**

**DE 10 A 27 DE MAIO 2020**



**CÂMARA ÍTALO-BRASILEIRA  
DE COMÉRCIO E INDÚSTRIA  
DO RIO DE JANEIRO**



**INSTITUTO  
FOTO-VIVÊNCIA**

Sustentabilidade Comportamental

# PROGRAMA REJUVENTUDE

## Toscana - Itália

Workshops Comportamentais e Águas Termais  
Turismo na Toscana e em Roma

Hospedagem na cidade de Chianciano Terme –Toscana  
24 vagas



### Chianciano

Chianciano é uma pequena cidade na província de Siena, famosa em todo o mundo pelas suas Termas. Chianciano não é apenas relaxamento e bem-estar. É também arte, cultura e gastronomia. Chianciano Terme é considerado um dos mais importantes balneários termais da Europa graças à presença de fontes antigas onde fluem águas termais ricas em minerais de eficácia para a saúde pela sua ingestão ou mesmo pelos banhos tradicionais. É nesse ambiente que se promove um programa comportamental, aliado ao turismo tradicional na Toscana.

## A Viagem e a Programação

### **Primeiro dia**

Saída do Rio de Janeiro pelo aeroporto Tom Jobim com destino a Roma

### **Segundo dia**

Chegada a Roma e Transfer a um Hotel no Centro para pernoite e café da manhã

### **Terceiro dia**

Transfer para **Chianciano Terme – Toscana** em ônibus até o **Hotel** que fica num charmoso local, perfeito para curtir os workshops na beleza da Toscana.

**Check-in no Hotel, tarde livre e jantar no Hotel**

### **Quarto dia**

**1º dia de Workshop: Eu sou jovem em todas as idades**

Técnicas de Respiração e Relaxamento

Impressão e Expressão Corporais

Consciência Corporal e Os Sentidos

Concentração e Sensibilidade

Percepção e Vínculos

Emocionalidade e Representação

Harmonização e Interiorização

**Almoço e jantar no hotel**

### **Quinto dia**

**2º dia de Workshop: Eu falo, eu canto, eu danço e eu produzo.**

Linguagem, Voz e Palavra

Precisão e Movimento

Vivência do Relaxamento e Stress, Tátil, Material, Musical, Ambiental e Cromática

**Almoço e jantar no hotel**

### **Sexto dia**

**3º dia de Workshop: Eu sou a minha própria história**

Conhecendo o meu lugar

Meus Vínculos

Harmonia nos relacionamentos

### **Atividade Social Noturna**

**Almoço e Jantar no Hotel**

### **Sétimo dia**

#### **Visita a um Vinhedo**

Visitando um vinhedo e um circuito turístico na região da Toscana ao longo de 6h com guia falando português.

**Jantar no Hotel**

### **Oitavo dia**

#### **Dia Livre**

**Sugestão:** ida aos balneários termais da cidade com suas fontes antigas onde fluem as famosas águas termais ricas em minerais de eficácia para a saúde seja pela sua ingestão ou pelos banhos tradicionais.

**Café da Manhã e Jantar no Hotel**

### **Nono dia**

#### **4º dia de Workshop: Eu sou sempre jovem**

Sendo jovem ao seu jeito

Como me vejo? Como o outro me vê?

**Almoço e Jantar no Hotel**

### **Décimo dia**

#### **5º dia de Workshop: A minha eterna juventude**

Sendo jovem desde jovem

**Almoço e Jantar no Hotel**

### **Décimo primeiro dia**

#### **6º dia de Workshop: Contando História**

Sou um contador de história

#### **Atividade Social Noturna**

**Almoço e Jantar no Hotel**

### **Décimo segundo dia**

#### **Dia de caminhada e visita turística na região da Toscana**

Caminhada orientada pela manhã

**Almoço livre e jantar no hotel**

### **Décimo terceiro dia**

#### **Sétimo dia de Workshop: Alcancei a Rejuvenescência**

Encontro da rejuvenescência de cada um

#### **Atividade Social Noturna**

**Almoço e jantar no hotel**

### **Décimo quarto dia**

Após o Café da Manhã: embarque para Roma

Chegada em Roma no início da tarde – Acomodação e tarde livre em Roma

### **Décimo quinto dia**

#### **Turismo em Roma**

Turismo em Roma com Guia em ônibus por seis horas - parada para almoço patrocinado

### **Décimo sexto dia**

#### **Turismo em Roma**

Turismo livre em Roma

### **Décimo sétimo dia**

Dia livre até o Transfer do hotel para o Aeroporto para embarque ao Rio de Janeiro

### **Décimo oitavo dia**

**Chegada ao Rio de Janeiro**

## **O Programa Rejuventude**

O programa tem como objetivo proporcionar a você o reencontro com a sua juventude, tornando-o um indivíduo proativo, cheio de vida, vontade de realizar e capaz de oferecer às novas gerações o entendimento da importância em ser vivido, ser maduro, ser protagonista na reforma da sociedade.

Após o Programa Rejuventude, você poderá dizer sempre “Eu sou jovem em todas as idades; eu falo, eu canto, eu danço e eu produzo; eu sou a minha própria história; eu sou sempre jovem e eu me banho nas águas da minha eterna Juventude”.

## **O que está Incluído no Programa**

- Onze noites em Chianciano Terme em Hotel acolhedor com direito a café da manhã, almoço e jantar conforme indicado na programação;
- Quatro noites em Hotel no Centro de Roma com café da manhã;
- Traslados do aeroporto de Roma para um Hotel, do Hotel para a cidade de Chianciano e respectivo retorno a Roma; e do Hotel em Roma para o Aeroporto no regresso ao Rio de Janeiro;
- Workshops comportamentais conforme programação, com coffee break incluído;
- Turismo na Toscana conforme programação, com direito a assistente e ônibus de turismo;
- Turismo em Roma conforme programação, com guia a partir do hotel.

### O que não está Incluído no Programa

- Despesas de alimentação e bebidas fora da programação e gorjetas;
  - Despesas de consumo de produtos de frigobar dos hotéis, lavanderia e farmácia;
  - Ligações telefônicas e serviços de internet diferentes do Wi-Fi oferecido;
  - Deslocamentos pessoais pelas cidades visitadas e da cidade de Chianciano;
  - Despesas de lazer em termas, parques, centros gastronômicos e espaços culturais;
  - Almoços e jantares livres;
  - Nenhuma outra despesa fora da programação oferecida;
- **Seguros Saúde, de Vida e de bagagens (obrigatórios).**

### Investimento da parte terrestre e programação de rejuventude

O investimento para a programação de rejuventude e turismo na Toscana e em Roma é fixado em **U\$ 3500** sendo a passagem aérea obtida diretamente pelo interessado.

O investimento para acompanhantes vinculados a um participante da programação é fixado em **U\$ 2300** ficando a passagem aérea obtida diretamente pelo interessado.

Os acompanhantes não participam da programação de rejuventude e, portanto, poderão optar por uma programação de interesse pessoal nas datas e horários destinados à programação de rejuventude. Entretanto, participam da programação de turismo na Toscana e em Roma e das alimentações e hospedagens indicadas e da programação do sexto, décimo primeiro e décimo terceiro dia de atividades noturnas. No ato de inscrição, eventuais acompanhantes deverão indicar o nome do participante inscrito.

### Processo de Inscrição e Formas de Pagamento

Os interessados deverão formalizar o interesse junto à **Câmara Ítalo-Brasileira de Comércio e Indústria do Rio de Janeiro** – Av. Graça Aranha 1 – sexto andar – com Cláudia Freitas – telefone 21 2262-9141.

### Abatimentos

Poderá ser oferecido a cada participante a oportunidade de agenciamento de outros participantes nas seguintes condições:

- Indicar 12 participantes que se inscrevem - gratuidade **total** na parte terrestre e aérea
- Indicar de 9 a 11 participantes que se inscrevem - **U\$ 200** por participante indicado que se inscreve (total deduzido da parte terrestre)

- De 2 a 8 participantes que se inscrevem - **U\$ 50** por participante indicado que se inscreve (total deduzido da parte terrestre)

### Parte Aérea

Os interessados no programa terão livre oportunidade para aquisição das passagens aéreas, escolhendo as companhias de seu interesse, bem como a forma de pagamento junto a essas companhias. Entretanto, o ponto de encontro do grupo será no aeroporto de Roma no dia 11 de maio para traslado ao Hotel no centro de Roma. (horário a ser indicado no ato da inscrição)

Ainda, por opção, os interessados poderão adquirir suas passagens aéreas no momento da inscrição no evento e, nesse caso, o investimento total será o somatório do investimento ao programa mais o custo da passagem aérea.

Os interessados poderão, ainda, fazer o check-in no hotel a ser indicado diretamente sem se juntar ao grupo de chegada ao aeroporto. Do mesmo modo, os participantes poderão estender sua estada na Itália após o término do evento, mesmo aqueles que adquiriram passagens de ida com o grupo no ato de inscrição no programa.

### Parceria

