



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 Rejuvenude

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 Rejuvenude, 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

