



UNIVERSIDADE  
DO AMOR

# ORIENTAÇÕES

# SOBRE AS

# EXPEDIÇÕES

## INFORMATIVO AOS VOLUNTÁRIOS



**JUNHO/2023**

**ao colocar os pés no  
jardim de Deus,  
silencie,  
contemple e  
ouça o que a Amazônia  
tem para lhe falar**





## **boas-vindas**

A Universidade do Amor é uma **tribo solidária** de amigos voluntários, unidos pelo ideal de apoiar comunidades indígenas ribeirinhas remotas e isoladas da nossa Amazônia.

Obrigado por ousar amar e se tornar um jardineiro conosco na nossa Amazônia- o jardim de Deus, contribuindo e regando as flores mais lindas que aqui florescem: as maravilhosas crianças indígenas ribeirinhas.



# roteiro

- As expedições começam e terminam em **Manaus**;
- A duração da expedição é de **9 dias**, começando no um sábado e terminando no outro domingo (podem haver exceções);
- A logística de cada voluntário até Manaus deve ser organizada de forma independente (não está incluso);
- Tempestades, chuvas extremas, focos de malária ou outros motivos de força maior podem alterar o roteiro.

## **dia 1 (sábado)**

- Embarque em Manaus (AM) às 14h— o local é divulgado antes da expedição, no grupo de Whatsapp criado para compartilhar as informações entre os participantes.

## **dia 2 ao dia 9 (dom/dom)**

- Visitas às comunidades com cursos, palestras e atendimento médico-odontológico;
- Participação de um ritual tradicional indígena;
- Navegação pelo Parque Nacional de Anavilhanas;



**sinta  
a energia  
que te conduziu  
até onde você está  
viva o momento  
presente  
apenas  
sinta  
apenas  
viva**

- Pernoite e hospedagem a bordo no nosso barco e na nossa sede, no coração da Floresta Amazônica;
- Banho com botos;
- Visita aos empreendimentos dos alunos da Universidade do Amor;
- Trilha na floresta com ensinamentos tradicionais indígenas;
- Pequenas remadas de canoa na floresta;
- Aulas práticas dos cursos da Universidade, ministradas pelos professores locais;
- Visitas às comunidades indígenas ribeirinhas;
- Aulas livres de meditação e espiritualidade;
- Banhos no Rio Negro.



Doutora Vitória é uma linda  
menina médica borboleta  
azul, que ensina sobre saúde  
para todos os curumins e  
cunhantãs da nossa linda  
floresta Amazônica.



Ela ensina que a Amazônia é o Jardim  
de Deus, e que os curumins e  
cunhantãs que aqui nascem são as  
flores mais lindas desta floresta.  
E como ela ama as crianças flores,  
pois ela também é uma médica  
borboleta, nos ensina como  
devemos nos cuidar para que todas  
as crianças flores amazônicas  
mantenham lindas e saudáveis.







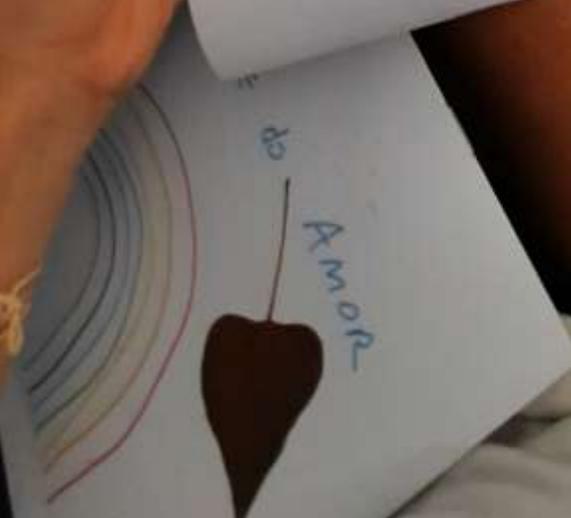


# PLENITUDE



PLENO EQUILIBRIO SENTIMENTAL E EMOCIONAL

29























## **dia 9 (domingo)**

- Previsão de chegada em Manaus na parte da manhã, até meio-dia.



**roteiro**

The background image shows the interior of a boat. A hammock with a colorful pattern is strung across the deck. The boat has a wooden interior with a sign that says "MA" on the wall. The boat is on a body of water, and the background shows a shoreline with trees and a building.

# OBS, COM AMOR

**As pernoites acontecem na sede da Universidade do Amor, imersos na floresta (em redes) ou a bordo (em quartos compartilhados).**

**As refeições são feitas ou na sede ou no barco, que também possui dois banheiros com chuveiro- água do Rio Negro. Você também tem a opção de tomar banho no próprio rio.**

## valores

O valor da expedição é **R\$ 3.300**.

O pagamento pode ser realizado à vista ou parcelado, via depósito em conta ou PIX da Universidade do Amor. Na opção de pagamento parcelado em conta, solicitamos uma entrada de R\$ 800 para garantir a vaga. O restante do valor deve estar quitado até uma semana antes da expedição. Nós também aceitamos cartão de crédito, onde utilizamos o Pague Seguro. No cartão, existe um acréscimo de 6% no valor total, mais taxas de 4,5% a partir da segunda parcela.

## política de reembolso

Caso a expedição não aconteça ou seja adiada por fatores maiores, nós devolvemos o recurso ou transformamos ele em crédito para próximas expedições. Se houver desistência, nossa política de reembolso é 100% se avisado com 30 dias de antecedência da expedição, 70% com 15 dias e 50% com até cinco dias antes.

## **o que o valor inclui?**

- Camisetas para as atividades (as camisetas são reutilizáveis e devem ser entregues ao fim da expedição, sendo possível a aquisição aos interessados);
- Hospedagem em quartos compartilhados no barco e em nossa sede na floresta (rede ou cama em quarto coletivo), com rede e manta para dormir;
- Café da manhã, almoço, jantar, lanches, frutas, água e sucos;
- Transporte (Manaus – Comunidades - Manaus e demais destinos do roteiro);
- Atividades de descoberta, visitas, trilhas e passeios;
- Comida simples amazônica (ex: peixes frescos da região, arroz/feijão, farinha de mandioca, macarrão, frutas e legumes sazonais- dificilmente há carne devido à sua escassez na região);
- Capitão, auxiliar de bordo, cozinheiras cheias de amor e guias locais experientes.
- Barco de alumínio para alguns passeios e apoio, se necessário.

## **o que o valor não inclui?**

- Passagem aérea;
- Seguro de viagem;
- Pernoite e refeições em Manaus antes e depois da expedição;
- Artesanatos e pinturas corporais;
- Itens pessoais como lanterna, repelente, chapéus, etc;
- Demais itens não especificados anteriormente.

# termo de conduta

## Antes das expedições:

- Caso você queira oferecer alguma oficina específica às comunidades – artes, educação infantil, música, yoga, entre outras, informe os responsáveis pela expedição antes, para avaliar a disponibilidade.
- Em todas as expedições, saímos às 14h do sábado de Manaus, da Marina do David. Sugerimos que os voluntários cheguem com antecedência em Manaus, para conhecer a cidade e, principalmente, o Mercado Municipal – nosso ponto de encontro antes da expedição. Também é indicado fazer o passeio do Encontro das Águas (atividade a parte, não inclusa na expedição).
- Doações são sempre muito bem vindas! Aceitamos brinquedos, roupas infantis, livros, material escolar e de pintura, além de medicamentos alopáticos (pedido direcionados aos profissionais de saúde).
- Caso você esqueça seu livro para apreciar a bordo, temos algumas leituras disponíveis no Padma.

# termo de conduta

## Durante as expedições:

- Quando estivermos em comunidades, não fique apenas com as roupas de banho (sungas e biquínis), durante as horas de trabalho e lazer;
- Não trazer caixas de som portátil – caso deseje escutar sua playlist pessoal nos horários de lazer, trazer fones de ouvido;
- Durante as expedições e o trabalho no barco, escutaremos mantras ou apreciamos o som da natureza;
- Não é permitido qualquer tipo de terapia individual ou ritual com nossos voluntários e nem com as populações das comunidades durante as expedições;
- Não oferecer doações diretamente às comunidades. Caso alguma história mexa com você, fale com os responsáveis pela expedição;
- Não há sinal de internet durante a expedição – recomendamos avisar aos familiares. Isso faz parte da experiência, mas sabemos que pode gerar algumas preocupações. Em casos de emergência, entraremos em contato pelo número (92) 99447- 0962, que também pode ser compartilhado;

# termo de conduta

## **Após as expedições:**

- Aos voluntários que tiverem disponibilidade de tempo, recomendamos visitar a feira da rua Eduardo Gomes (ao lado do Teatro Amazonas) e Presidente Figueiredo (AM), cidade repleta de cachoeiras e outras belezas naturais;

## Em relação a postagens nas redes sociais:

- Não utilizar nossas frases e slogans em mídias sociais sem mencionar que são da Universidade do Amor;
- Não publicar fotos que exponham a vulnerabilidade social dos beneficiados de nossa expedição, assim como utilizar vídeos ou fotos para fins comerciais e autopromoção;
- Não relacionar comentários de cunho político ou religioso às atividades da Universidade do Amor;
- Não criar campanhas, participar de eventos, editais, vinculando ou identificando a Universidade do Amor sem a nossa prévia autorização;

**termo de conduta**

**OBS,  
COM  
AMOR**

**São sempre bem-vindas publicações e comentários de caráter pessoal que exteriorizem a experiência e/ou sentimento do participante durante o trabalho voluntário, colaborando na divulgação da possibilidade de todos conhecerem a Amazônia fazendo o bem.**



## o que levar?

Em nossa expedição, **menos é MAIS!** Portanto, dê prioridade a mochilas pequenas, ao invés de malas de rodinhas: nosso espaço é limitado.

### Alguns itens:

- Lanterna- **bem** importante;
- Camisetas leves- leve em consideração que você receberá camisetas da expedição;
- Roupa de banho- biquini, maiô, calção;
- Chinelo;
- Shorts de secagem rápida;
- Uma *legguin* ou uma calça comprida de tecido confortável;
- Toalha de banho;
- Itens de higiene pessoal;
- Frasqueira com gancho;
- Protetor solar;
- Repelente- se preferir, temos o **Naturalente**, de produção própria, que será oferecido para compra ao longo da expedição;
- Boné ou chapéu;

## o que levar?

- Tênis de esporte;
- Par de meias;
- Jaquetas estilo corta vento ou uma blusa de manga comprida;
- Ofereceremos muitos livros a bordo em nossa biblioteca e publicações da Universidade, mas também traga um livro que você goste muito, aquele que você quer ler faz tempo, mas não conseguiu ainda;
- Câmera fotográfica;
- Travesseiros de avião que encaixam no pescoço;
- Snacks para comer na parte da tarde (podem ser comprados em Manaus, antes da expedição);

**... e claro, seu coração aberto para dar e receber amor!**

## tem água potável para consumo no barco?

Sim, não é necessário trazer água- levamos em grande quantidade para consumo durante as expedições.

## tem eletricidade?

Sim, 110 volts em energia solar no barco e na sede.

## tem malária?

Sim, a região amazônica possui malária, mas ela está relacionada ao desmatamento. Em nossas expedições, não visitamos comunidades que estejam com focos de malária. Sugerimos, como prevenção, usar repelentes (nós temos o **Naturalente**, de fabricação própria da Universidade do Amor) e, antes da viagem, tomar água tônica (quinino). Caso sinta algum sintoma após a expedição, como febre, dores no corpo e indisposição, procure seu médico e informe que esteve na região amazônica.

## há mosquitos, cobras, etc?

Mosquitos não, são pouquíssimos, pois atuamos no Rio Negro, mas demais bichos estão presentes, contudo sem oferecer nenhum tipo de risco, desde que sejam seguidas as devidas orientações passadas por nosso pessoal na floresta.

## devo tomar alguma vacina?

Por ser uma região tropical, é recomendado estar com a vacina da febre amarela em dia, que pode ser encontrada em qualquer posto de saúde.

## onde ficar em Manaus antes/depois da expedição?

Sugerimos hospedar-se no **centro histórico** de Manaus:

- **Local Hostel;**
- Hostel Manaus;
- Hotel Seringal;
- Saint Paul Hotel;
- Boutique Hotel Casa Teatro;
- Hotel Villa Amazônia;
- Casa Perpétua Hotel D'Charm.



**ninguém**

**sai**

**ileso**

**da Amazônia**

A blue boat is shown from a high-angle perspective, floating on a river. The boat's floor is covered with several pairs of flip-flops in various colors, including blue, red, and brown. The riverbank is rocky and covered in dry, brownish vegetation. The background shows a dense line of green trees under a clear sky.

**ANHUM**

**OBRIGADO**

**e-mail**

[contato@universidadedoamor.org.br](mailto:contato@universidadedoamor.org.br)

**instagram**

[@universidade.amor](https://www.instagram.com/universidade.amor)

**facebook**

[universidade.amor](https://www.facebook.com/universidade.amor)

**site**

[www.universidadedoamor.org.br](http://www.universidadedoamor.org.br)



UNIVERSIDADE  
DO AMOR