



UNIVERSIDADE
DO AMOR

ORIENTAÇÕES

SOBRE AS

EXPEDIÇÕES

INFORMATIVO AOS VOLUNTÁRIOS



**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.























dia 9 (domingo)

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



roteiro

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\$ 5.300**.

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\$ 1.300 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 Pagseguro. 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;
- O pagamento do banho com botos, 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;
- Teremos silêncio a partir das 22h, para que todos possam dormir tranquilamente;
- 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;
- Há sinal de internet limitado durante a expedição – recomendamos avisar aos familiares. Roteadores privados (ex: *Starlink*) são proibidos. casos de emergência, entraremos em contato pelo número (92) 99447- 0962, que também pode ser compartilhado;

termo de conduta

Durante as expedições:

- Fazemos juntos todas as refeições com uma prece – exceção será feita aos dentistas quando estiverem em atendimento e aos condutores/navegadores do barco. Quem possui o desejo de cozinhar, nos sinalize para combinarmos com as cozinheiras;
- Não é permitido nenhum tipo de consumo de álcool ou substâncias que alterem a consciência em nenhum momento, mesmo durante nossas paradas nas comunidades. Aos que fumam, pedimos que sigam nossas orientações sobre os locais permitidos.
- Recomendamos desligar a luz quando não utilizada para economizar – pois ela é solar. A energia elétrica do barco também não suporta aparelhos que demandam mais carga, como secadores, chapinhas e ventiladores portáteis.

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 close-up photograph of a man and a young girl. The man, on the left, has a beard and is wearing a blue shirt. He has red and black face paint on his right cheek, resembling a stylized fish or a tribal design. He is smiling, showing his teeth. The young girl, on the right, has dark hair and is also smiling, with her hand near her mouth. The background is a blurred green forest.

ANHUM

OBRIGADO

e-mail

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



UNIVERSIDADE
DO AMOR