

AMANA JORNADAS E ALE LUGLIO APRESENTAM

CARNAVAL NA FLORESTA

CELEBRAR, NUTRIR, REGENERAR



13 A 18 DE FEVEREIRO DE 2026

A close-up photograph of a person's hand reaching up a tree trunk covered in bright green moss. The hand is positioned palm-up, fingers spread, as if gripping or exploring the surface. The tree trunk is textured and covered in dense, vibrant green moss. The background is dark and out of focus, making the moss stand out. The lighting is natural, highlighting the texture of the moss and the skin of the hand.

A JORNADA

JORNADA AMAZÔNIA

Convidamos você a embarcar em uma experiência transformadora na nossa amada Amazônia, sob a guiança da inspiradora Ale Luglio.

Uma jornada que celebra uma vida simples e saudável, ressaltando a importância de retornar às práticas alimentares dos nossos antepassados, que se nutriam do que a terra oferecia.

A querida Ale Luglio escolhe a Amazônia, esse solo sagrado, para refletirmos sobre a necessidade de buscar uma **alimentação saudável para as pessoas e para o planeta**, inspirada também nas comunidades indígenas que vivem harmoniosamente em meio à natureza.

A produção de alimentos é uma das atividades humanas com maior impacto ambiental e precisamos encontrar **alternativas sustentáveis para a produção e o consumo de alimentos**, essenciais para um futuro possível.

A Amazônia nos convida a reconectar com **nossas raízes, nossa ancestralidade e com a Mãe Terra**, que sustenta todo o sistema da vida. É tempo de fazermos escolhas conscientes que honrem a terra e seus frutos.

Esta jornada proporciona momentos de despertar e de pura conexão com nossa essência e com a natureza, através de vivências em comunidades, imersões na floresta e conversas com líderes locais.

A força feminina da terra, das águas e das árvores vai abraçar você, aprofundando ainda mais essa integração com a natureza.

An aerial photograph of a sandy beach. A small blue boat is beached on the right side, and a larger white boat is in the water to its left. A few beach umbrellas and a yellow ball are visible on the sand. The water is a dark, textured blue.

AMAZÔNIA

SAÚDE INTEGRAL NA AMAZÔNIA

Uma jornada para cuidar do corpo, da mente, do espírito e da forma como existimos no mundo.

Convidamos você a experimentar a saúde em seu sentido mais amplo: como equilíbrio, presença e relação. Aqui, o bem-estar nasce do encontro entre o que sentimos internamente e o que escolhemos nutrir externamente: seja na alimentação, no movimento, nas relações ou nas escolhas que impactam o planeta.

Entre rios vivos, florestas pulsantes e comunidades que carregam saberes ancestrais, aprendemos que saúde é conexão. É reconhecer que fazemos parte de um ecossistema vivo, e não algo separado dele.

Nesta viagem, exploramos pilares fundamentais da saúde integral:

- **Alimentação consciente:** comida como energia, conexão e cultura.
- **Movimento orgânico:** corpo vivo em sintonia com ritmo e natureza.
- **Propósito e sentido:** vida alinhada ao que é verdadeiro.
- **Simplicidade que inspira:** menos excesso, mais essencialidade.
- **Sociobioeconomia:** escolhas que fortalecem a floresta em pé, respeitam os povos da região e contribuem para um futuro possível.

A Amazônia nos ensina que não existe saúde individual sem saúde coletiva, sem floresta viva, sem águas limpas, sem povos originários preservando seus saberes e sua existência.

Sem preservação, não há futuro possível.

Quando compreendemos essa verdade, nasce um amor profundo, porque só protegemos aquilo que reconhecemos como parte de nós. E, na Amazônia, essa consciência deixa de ser teoria e se torna vivência.

A floresta nos lembra que tudo está interligado.
E que, quando uma parte se cura, o todo se fortalece.

Esta é uma jornada para integrar.
Para respirar mais fundo.
Para regenerar de dentro para fora.
Para se reconectar com seu ritmo, sua essência, sua saúde, com a vida ao redor...

E voltar para casa transformado.

Com amor,
Amana Jornadas & Ale Luglio



A PROVOCADORA

ALE LUGLIO



ALE LUGLIO

Alessandra Luglio é uma nutricionista cujo trabalho reflete um profundo compromisso com a **saúde e a sustentabilidade**.

Formada pela Universidade de São Paulo em 1996 e com extensão em Economia Circular pela Berkley University, ela tem se destacado como diretora do departamento de saúde e nutrição da **Sociedade Vegetariana Brasileira**.

Com um coração que pulsa pela proteção dos oceanos, Alessandra atua como conselheira e colaboradora na área de nutrição da SeaShepherd Brasil, contribuindo para a preservação marinha.

Visionária e inovadora, ela fundou a Ale Luglio Nutrição, uma empresa dedicada a prestar consultoria para empresas de alimentos e suplementos, promovendo projetos de ESG e soluções sustentáveis.

Na educação, Alessandra é co-coordenadora e professora de cursos de pós-graduação em nutrição vegetariana, onde inspira e forma novas gerações de nutricionistas. Como palestrante, ela é uma força motriz, abordando temas como nutrição consciente, esporte, vegetarianismo, sustentabilidade e economia circular, e motivando seu público a adotar práticas mais saudáveis e conscientes.

Organizadora de eventos transformadores sobre saúde, cadeias produtivas, sustentabilidade e ESG, Alessandra Luglio é uma líder inspiradora. Sua carreira é um testemunho de dedicação e paixão, unindo conhecimentos nutricionais com um compromisso fervoroso com um futuro mais sustentável e ético.



PROGRAMAÇÃO RESUMIDÁ



ROTEIRO RESUMIDO



Dia 01 - 13.02

Voo para Santarém
Transfer para Alter do Chão
Embarque
Jantar de boas vindas com
Carimbó: a dança mais
tradicional do Pará



Dia 04 - 16.02

Navegação
Almoço no barco
Urucureá - Artesanatos de Palha
Pernoite Rio Arapiuns

Dia 02 - 14.02

Navegação até a FLONA
Trilha das Samaúmas -
As árvores gigantes
Bate papo no pôr do sol
Noite no Rio Tapajós



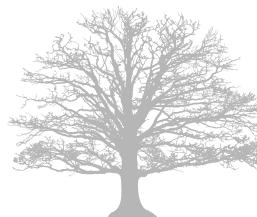
Dia 03 - 15.02

Despertar
Visita ao MUCA - Museu
de ciências da Amazônia
Belterra e Agrofloresta
com Lindalva
Praia Amazônica
Diálogos com Ale
Descanso



Dia 05 - 18.02

Visita a comunidade Zaire
Vivência com a comunidade: Produção de
farinha de mandioca e papo com a líder Dona
Eni: Parteira e curandeira
Banho de ervas
Luau
Pernoite Rio Arapiuns



Dia 06 - 19.02

Brunch Especial com
ingredientes da Amazônia
Transfer Aeroporto



NA NOSSA JORNADA, VOCÊ VAI:

VIVENCIAR A DANÇA MAIS TRADICIONAL DO
PARÁ: O CARIMBÓ

A jornada já começa com um mergulho na cultura local! Nossa primeira noite será acompanhada de música e danças típicas da região, com o grupo do Mestre Chico Malta e a Cobra Grande, celebrando a energia e a alegria amazônica.





A

SENTIR A PODEROSA SAMAÚMA, RAINHA DA FLORESTA

Na nossa trilha da Floresta Nacional do Tapajós, chegaremos até a sagrada Samaúma - árvore que tem um papel crucial no ecossistema florestal, e pode atingir alturas de até 60 metros, com um tronco que pode ter mais de 5 metros de diâmetro.





A

CONHECER A LINDALVA: MORADORA DE BELTERRA QUE CRIOU SUA PRÓPRIA AGROFLORESTA

Lindalva transformou seu quintal em uma vibrante agrofloresta. Aqui, descobriremos como ela utiliza práticas sustentáveis para cultivar uma rica diversidade de plantas. Será uma chance de aprender sobre a importância da integração de culturas e como isso contribui para a produção de alimentos frescos e saudáveis. A paixão de Lindalva pela agrofloresta nos mostrará o impacto positivo da sustentabilidade em ação





COCO
PINTO

COCO
BRANCO

COCO
BRANCO

MAMAO

CONHECER O MUCA

O Museu de Ciências da Amazônia é uma iniciativa voltada à preservação da biodiversidade e pesquisa genética da Amazônia, utilizando de forma inédita todo potencial local para impulsionar o desenvolvimento sustentável por meio da bioeconomia.



EXPLORAR O ARTESANATO NA COMUNIDADE URUCUREÁ

Em Urucureá, encontraremos um grupo inspirador de mulheres empreendedoras que dominam o artesanato de palha, cestarias e tingimento natural, do projeto Turiarte.

Teremos a oportunidade de ver essas habilidades tradicionais em prática e aprender como essas artesãs combinam criatividade e técnica para criar peças únicas e sustentáveis.

É uma imersão na rica cultura local e um momento para apreciar o talento e a dedicação dessas mulheres notáveis.



IMERSÃO NO ZAIRE

Em nossa visita à comunidade ZAIRE, veremos o processo tradicional de produção de farinha de mandioca, essencial para a vida local. Também conheceremos Dona Eni, a parteira e curandeira da comunidade, que nos abençoará com um delicioso banho de ervas e contará suas histórias sobre a região dos encantados.







CONHECER A MAD E O CULTIVO DE SPIRULINA

Visita guiada pela Ale Luglio à casa MAD para conhecer a exclusiva produção de Spirulina, esse superfood produzido em águas amazônicas e ar puro o que a torna um dos alimentos mais nutritivos do planeta.





A

A dark, moody photograph of a person's silhouette looking out over a sunset from a boat deck. The sun is low on the horizon, casting a warm glow. The person is leaning against a railing, and the dark water of the Amazon River is visible in the foreground.

AMAZÔNIA NO BARCO

NOSSA CASA



BARCO J. CARDOSO

BARCO DE REDE

Acreditamos que a melhor forma de conhecer a Amazônia é a bordo de um barco regional.

Vivenciaremos uma experiência verdadeiramente mágica no coração da Amazônia. Para nos conectar de forma autêntica com o lugar, **dormiremos em redes sob o céu estrelado**, em um verdadeiro "hotel mil estrelas".

O clima é muito agradável e a acidez natural da água escura do Tapajós mantém os mosquitos afastados, proporcionando noites de descanso tranquilas.

É uma oportunidade de estar mais próximo da essência da vida e de se conectar profundamente com a natureza.

A

ACOMODAÇÃO EM REDES











Conheça seu anfitrião
nessa jornada:
Daniel Gutierrez

Daniel Gutierrez, nosso querido Dani, é graduado em jornalismo e fotografia, mas foi num balcão de bar que Daniel pegou o diploma de verdade.

Interessado pela vida e pelas pessoas, aprendeu mais sobre comunicação quando era bartender do que nos bancos da universidade. Cada pessoa era um universo que o nutria.

Viajou por 22 países e, em cada jornada, em cada pessoa, e em cada experiência, ele se formou. E se forma.

Foi na floresta do oeste do Pará, em Alter do Chão, que ele conseguiu juntar tudo o que gosta e sabe fazer para seguir seu propósito: comunicação, fotografia e serviço.

Daniel foi um dos membros fundadores da Brigada de Incêndio de Alter do Chão, onde atuou ativamente na **proteção das florestas** atingidas pelas queimadas de incêndio da região. São muitas histórias importantíssimas que Daniel carrega consigo e trará muito conhecimento no compartilhar de sua vida com o grupo.

Hoje podemos dizer que a principal ocupação de Daniel é ser um **amazonizador** de pessoas.



ALIMENTAÇÃO



A ALIMENTAÇÃO COMO NUTRIÇÃO REGENERADORA

Na jornada, a Amazônia será soberana nos pratos, elaborados pelas cuidadosas cozinheiras locais. O cardápio será desenhado pela criativa chef Nati Luglio, filha de Ale Luglio e especialista em alimentação plant based integral, formada pelo NGI de Nova York e agrofloresteira.

Esta experiência resgatará hábitos simples e poderosos que regeneram e curam o corpo e a mente, em um ambiente natural e abundante que nos convida a enxergar e sentir o minimalismo acolhedor e necessário nos dias de hoje através das cores, texturas, sabores e nutrientes dos super ingredientes amazônicos aflorando os sentidos e sensações que nos reconectam com nossa essência como seres da Terra. Uma grande conexão de saúde entre o nosso microbioma e o macrobioma da floresta.

Vamos vivenciar e dialogar sobre mudanças de hábitos possíveis, conquistando autonomia através do conhecimento e da percepção sutil, que norteará escolhas efetivas para que a saúde, o bem-estar e o fazer o bem sejam naturais, leves, prazerosos e possíveis em todos os nossos dias.

A saúde integral é simples e acessível, baseada na nutrição que traz a diversidade dos biomas terrestres, uma sabedoria natural lapidada por 4 bilhões de anos.

Saúde é ter hábitos equilibrados, é comer com inteligência natural o que vem da natureza, dormir bem, movimentar-se, sentir-se parte de algo maior que ativa nosso senso de cuidado e pertencimento, é divertir-se, ter prazer e viver rodeado de boas companhias.



INVESTIMENTO JORNADA AMAZÔNIA

13 A 18 DE FEVEREIRO

R\$11.600 por pessoa

FORMA DE PAGAMENTO:

R\$ 2.000 - Sinal para bloqueio e reserva

O valor restante deve ser pago até 30 dias antes do embarque, podendo ser parcelado em transferências mensais.

O QUE ESTÁ CONTEMPLADO NESSE VALOR?

- > Fretamento exclusivo na embarcação regional J Cardoso.
- > Hospedagem em redes no barco.
- > Alimentação inclusa café da manhã, almoço e jantar, incluindo bebidas, preparadas pelas cozinheiras locais.
- > Transporte terrestre desde a chegada no aeroporto de Santarém até o último dia.
- > Diálogos com a querida Ale Luglio.
- > Vivências os líderes da floresta e comunidades que vivem dessa terra.
- > Guias locais em trilhas que nos levam as árvores ancestrais e igarapés mágicos.
- > Luau na praia
- > Vivência de Carimbó
- > Acompanhamento de Daniel Gutierrez.
- > Brunch Especial
- > Tripulação completa
- > Lancha exclusiva para o grupo

O QUE NÃO ESTÁ CONTEMPLADO NESSE VALOR?

- Passagem aérea
- Seguro de viagem
- Custos de noites extras antes ou depois da jornada
- Custos de passeios não mencionados no itinerário
- Gorjetas
- Despesas pessoais, tais como: lavanderia, telefonemas, internet, refeições, entre outras;

*** Apenas o pagamento do sinal confirma a reserva.

*** Mínimo de 10 participantes para confirmação da jornada

.



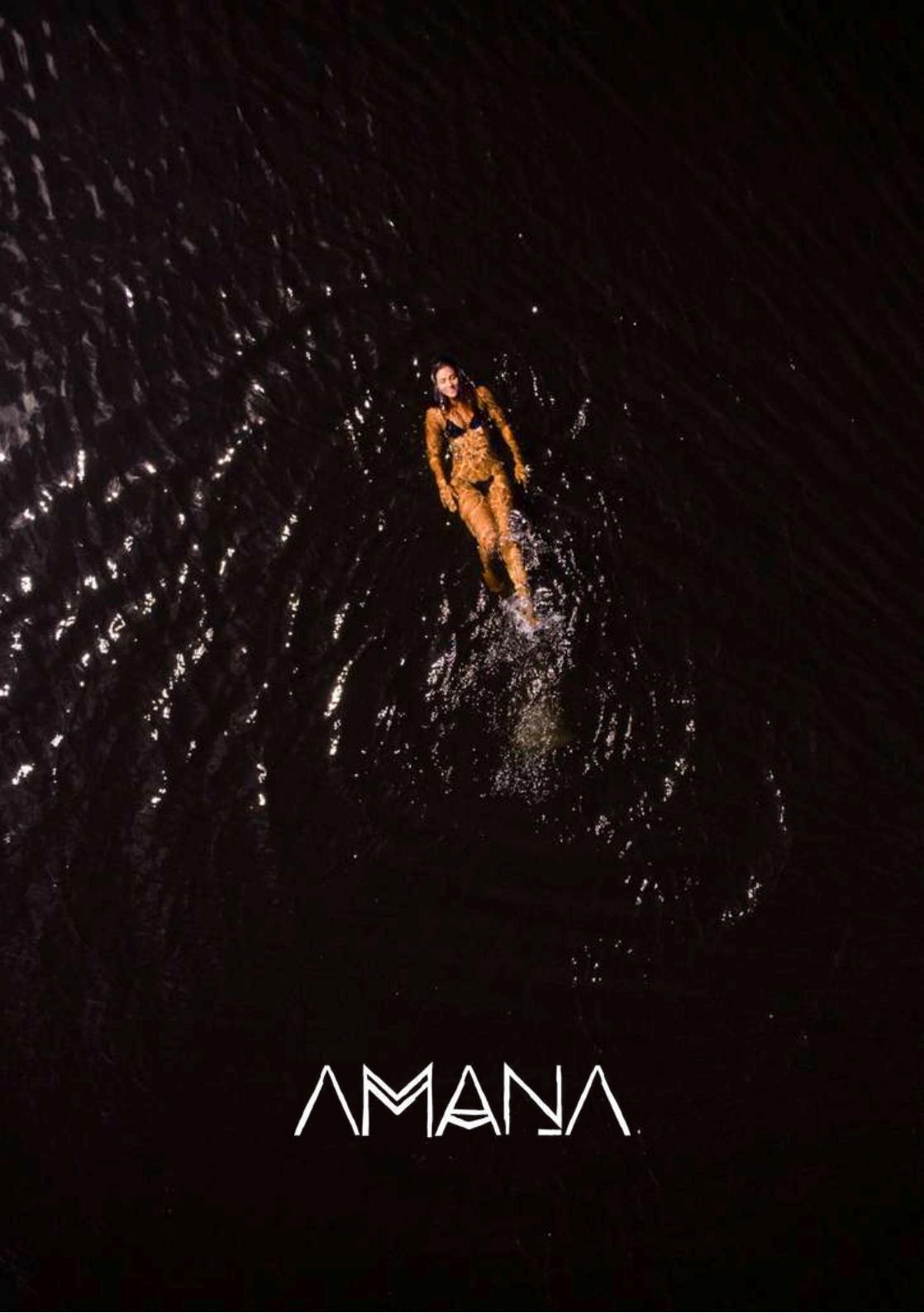
A AMANA JORNADAS @amanajornadas

Muito além de uma agência de viagens. Trazemos uma nova forma de se fazer turismo.

Provocamos o autoconhecimento e o conhecimento pelo Brasil e pelo mundo por meio de nossas jornadas. Respeitamos e honramos nossa história, nosso planeta, nossa natureza.

Trazemos imersões que vão ressignificar e transformar sua vida. Nossas viagens são conduzidas para provocar o real encontro de você, com a magia de autênticos mestres em portais energéticos grandiosos desse nosso mundo.

Trabalhamos no planeta pelo planeta.



AMANA