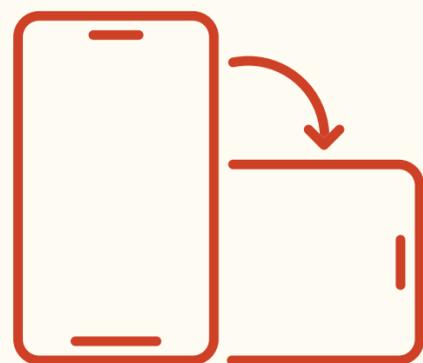




UMA JORNADA DE RESGATE E PERTENCIMENTO



**VIRE O CELULAR NA HORIZONTAL**  
para uma melhor experiência de leitura.

# IMAGINE:

Embarcar em uma viagem onde cada passo é um chamado para dentro de si.

Um roteiro que não é apenas turístico, mas também **enraizado e espiritual** — uma imersão com um grupo só de mulheres em duas cidades da África do Sul, **guiada por uma psicóloga junguiana ancestral**, que conduzirá não só o caminho, mas também os sentires de cada lugar.

E para que essa jornada nunca se perca, cada instante será transformado em arte por uma **equipe feminina de fotografia afetiva**.

Continue lendo para saber mais!





**UBUNTU** = "eu sou porque somos"

**Cada mulher que embarca nessa jornada não caminha sozinha.**

Carregamos em nossos passos a **força de nossas ancestrais**, os sonhos das que vieram antes e a potência das que virão depois. **Essa viagem não é apenas sobre atravessar um oceano, mas sobre atravessar a nós mesmas**, recolher nossos pedaços espalhados pelo tempo e pela história, e voltar mais inteiras, mais plenas, mais nossas.

**África nos chama. Seu novo encontro com si mesma também. Você vem?**



# PRAZER, SUELEN!

Psicóloga junguiana e mulher em constante travessia.

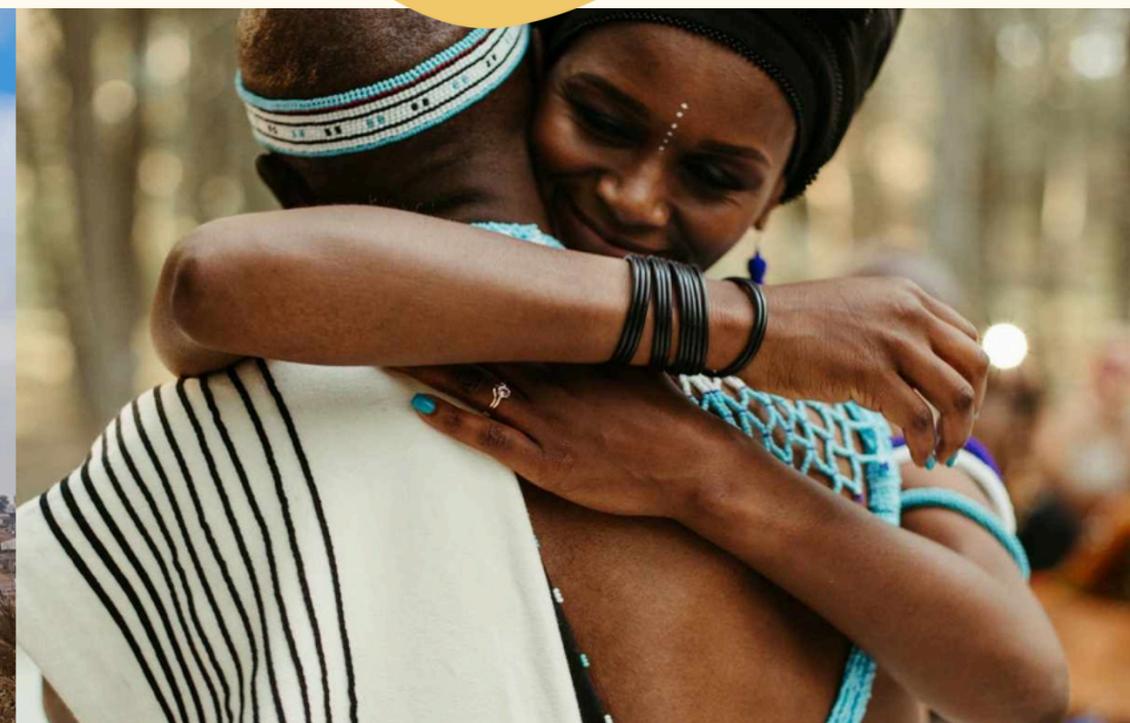
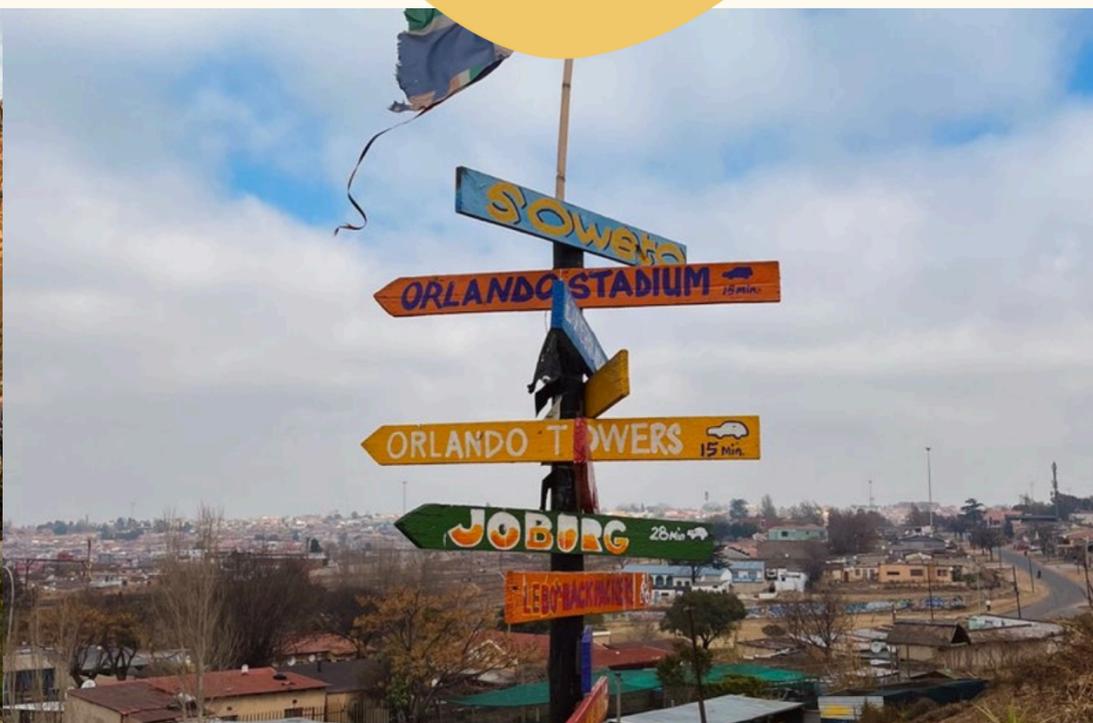
Minha caminhada tem sido guiada pela ancestralidade e pelo desejo profundo de reencontrar a mim mesma através do outro. E é a partir desse lugar — *de quem já percorreu esses caminhos, sentiu a força desses territórios e se entregou ao que cada um deles tinha a ensinar* — que **preparei essa jornada para você.**





# Dividi nosso caminho em três "Atos"

Inspirados na "Jornada da Heroína" — um percurso de retorno ao lar que sempre foi você:





## ATO I "O CHAMADO"

Voltar mais eu do que nunca foi o maior presente que a África me deu.  
**Fui em busca da minha ancestralidade e encontrei pedaços de todas nós.**

*Ubuntu — eu sou porque somos —*  
**revelou-se não só como filosofia, mas como verdade viva.**

A imersão começou antes mesmo da viagem, quando descobri que os diamantes da minha cidade, Lençóis (BA), conectam-se aos da África do Sul, conectando nossos territórios, como se ainda fôssemos Pangeia.

**Essa terra guarda tesouros e metáforas das partes suas que clamam por ti.  
A jornada é ancestral, mas pulsa agora, dentro de mim, dentro de nós.**





## CHEGADA EM CAPE TOWN - JANTAR NA "MAMA ÁFICA"

14.11

“Bem vinda a cidade mãe” é assim o letreiro que nos recebe no aeroporto. *Não à toa, chamada de cidade mãe.*

Assim como o nascimento, o primeiro passo da jornada é dizer sim ao chamado. Chegar à África do Sul é mais do que atravessar um oceano, é **atravessar o tempo, a história e a ancestralidade**. O pé toca o chão africano e algo desperta: um chamado antigo, um reconhecimento silencioso. **Ubuntu** já começa a se manifestar.

Após o check in no hostel *Never at Home Kloof Street* vamos celebrar com uma janta no *Restaurante Mama África*, um dos mais tradicionais restaurantes da cidade em termos de cultura - uma verdadeira imersão em tradições e culinária africanas. **Vamos celebrar o início a aventura, afinal todas disseram sim ao chamado.**



## OLD BISCUIT MILL MARKET 15.11

Vamos começar indo para um mercado que é atração queridinha do sábado na Cidade do Cabo.

O lugar já foi uma fábrica de biscoitos, mas hoje se mantém vivo através dessa fusão de culinária, arte, tradições e celebração — preservando as cores, os cheiros e os sabores, nos lembrando que **a cultura é viva, pulsante e em constante transformação**. É um pedaço da culinária do continente africano, com comidas de vários países. *A África do Sul tem 13 idiomas oficiais devido à sua construção multicultural — é realmente um polo de fusões do continente, e podemos sentir isso na gastronomia. Mas não se preocupem, há também algumas opções ocidentais para agradar os paladares menos ousados.*

E, claro, também temos exposições de artistas locais, itens de coleção, peças vintage — **Um bom lugar para quem gosta de umas comprinhas de viagem.**

## SUBIDA AO TABLE MOUNTAIN

15.11

*e depois do mercado...*

**A imensidão se revela e nos revela...** Subir a Table Mountain é ver o mundo de cima, entender o percurso, enxergar onde estamos e para onde vamos. *"Quem sobe com você até o topo?"*.

Essa grandiosidade fica "somente" a 1.086 metros de altitude em relação ao mar, e pode ser vista de toda a cidade. **Realmente como uma grande mãe — símbolo da terra ancestral que protege aquele lugar.** Subir a Table Mountain foi agradecer por todas que vieram antes e permitiram minha subida até ali. Um chamado ancestral de fazer a vida valer a pena.

**Vamos curtir o pôr do sol do topo, brindando à vida e finalizando nosso primeiro dia oficial da imersão.**



## PENÍNSULA DO CABO TOUR:

ILHA DAS FOCAS, PRAIA DOS PINGUINS, CHAPMAN'S PEAK DRIVE,  
CABO DA BOA ESPERANÇA E MUIZENBERG BEACH

16.11

Este é um roteiro mágico, um daqueles passeios que me fez pensar: ***Caramba, eu ESTOU na África!***

O Cabo da Boa Esperança é um lugar de ressignificações. Já foi chamado de Cabo das Tormentas antes de ser rebatizado, **nos lembrando que a vida sempre pede superações e novas perspectivas.**

Primeiro, vamos à Ilha das Focas — *os olhos doces das focas nos recordam a inocência que devemos resgatar como parte da cura da alma.* Em seguida, vamos à Praia dos Pinguins, a caminho do encontro dos oceanos, onde Atlântico e Índico se fundem, espelhando a busca do nosso inconsciente por integração nessa jornada.

Vamos passear pela deslumbrante vista do Chapman's Peak Drive e, ao fim, visitar a Praia de Muizenberg, um destino de surfistas e com suas encantadoras casinhas coloridas.



## TOUR NAS VINÍCOLAS (STELLENBOSCH/FRANSCHHOEK)

17.11

**O tempo envelhece o vinho e fortalece seu sabor, sua qualidade — assim como nós, quando cuidamos da ancestralidade, da raiz.**

As vinhas que se entrelaçam carregam a memória da terra, assim como nós carregamos as histórias de quem veio antes. **Uma taça erguida é um brinde à ancestralidade, um brinde à viagem que também acontece dentro de nós.**

É um dos passeios mais divertidos, na minha opinião, nos lembra que a África não é só resistência através da luta, mas também através do luxo, da qualidade, da finesse, do sabor.

Realmente, o vinho se integrou e agora faz parte da cultura sul-africana. *Minha uva favorita, inclusive, é uma uva de lá: a Pinotage. Coincidência? Duvido. Aqui a gente trabalha com sincronicidade!*



## SAFÁRI DAY 18.11

MULHER, TU JÁ SONHOU EM FAZER UM SAFÁRI?

*Eu lembro que a Suelen criança sonhava com isso. E foi uma experiência extremamente grandiosa — aprender sobre os animais e sobre o respeito a eles.*

Na África, os animais eram caçados, mas ao mesmo tempo reverenciados. Representavam uma presença sagrada, inspiradora e protetora para determinadas comunidades.

**Olhar nos olhos de um animal selvagem é um lembrete da nossa própria natureza.**

No safári, é o humano que é visitante — convidado a observar, aprender e se lembrar de onde veio. *Se você já foi a um zoológico, saiba: isso aqui é uma experiência de outro nível e completamente diferente!*

Ah, e temos muito cuidado em levá-las a um lugar que **realmente preserve os animais**, que cuide e os integre à natureza. Respeitar a natureza — especialmente os animais — é sobre lembrar que coexistimos e que **cada** vida carrega um propósito ancestral.

*Nessa experiência, teremos incluso um delicioso almoço durante o passeio!*



## DISTRICT SIX MUSEUM

PREPARANDO PARA ATRAVESSAR AO PASSADO  
CAPE TOWN -> JOANESBURGO

19.11

Vamos nos preparar para atravessar o limiar. Como toda "heroína" de si, **somos feitas da memória do que vivemos** — e também do deslocamento, do movimento em direção ao que ainda vamos viver.

No District Six Museum, encontramos histórias de dor e resistência. Ele nos lembra que **nenhuma terra é neutra: todo lugar guarda cicatrizes**. *E dentro de você — onde estão esses espaços?*



**Depois, embarcamos rumo a Joanesburgo.**

Um ciclo se encerra, outro começa. É o início da nossa "**TRAVESSIA**": O encontro com o sutil, com o invisível... e com ainda mais intensidade.



## ATO 2 "A TRAVESSIA"

A diáspora espalhou a África pelo mundo, mas aprendemos a negá-la. Foram de 30 a 60 milhões de negros escravizados — e o Brasil foi o país que mais recebeu irmãos africanos. **Negar a África é negar a nós mesmos. Negar nossa raiz é viver com um vazio que não sabemos nomear. Já sentiu esse vazio?**

Mas nossa ancestralidade está aqui — e também está lá — pulsando em cada esquina, em cada som de tambor, em cada prato de comida, em cada corpo que vive e resiste.

**Na África do Sul, eu vi esse vazio se preencher.** Vi a história se refazer diante dos meus olhos. Vi que a África é ferida e é cura. É dor e é potência. Não é só pobreza — é também riqueza. É vivência, é força, é cultura.

Vi mulheres pretas milionárias dirigindo Lamborghinis. Caminhei por vinícolas luxuosas. Pisei no chão onde líderes revolucionários, ganhadores do Prêmio Nobel, sonharam. Vi a força de um povo que carrega o peso da história e, mesmo assim, continua dançando.

**Qualquer semelhança com nosso povo, definitivamente, não é mera coincidência**





## DIA DA CONCIÊNCIA NEGRA

### SOWETO TOUR E MUSEUS DO APARTHEID

20.11

**20 de novembro.**

No Brasil, esse dia marca a *Consciência Negra* — um lembrete das lutas e conquistas do povo negro. Em Joanesburgo, esse dia nos encontrará pisando em Soweto, um bairro periférico que carrega em suas ruas os **ecos de uma história de resistência.**

Após o nosso check-in no hostel *Africa Home*, seguiremos para esse território simbólico, onde passos de crianças se tornaram marchas, vozes silenciadas se transformaram em gritos que ecoam até hoje.

**É inspirador ver a memória pulsar como força viva nesse lugar.**

## APARTHEID MUSEUM

20.11

O Museu do Apartheid é um espelho incômodo. **Ele nos obriga a encarar o que foi, o que ainda é, e o que nunca mais deve ser.**

Aquela realidade, de alguma forma, também nos pertence.

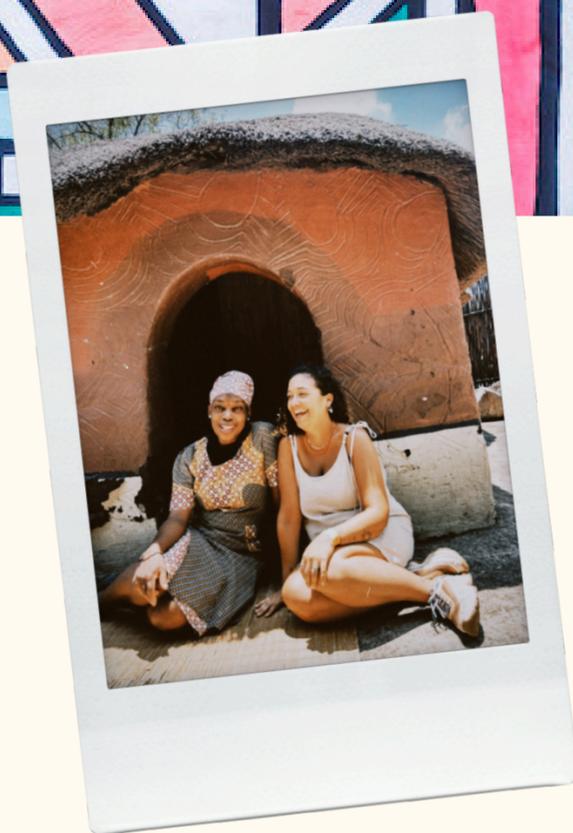
Documentos, fotos, vídeos, relatos — cada detalhe traz de volta uma verdade que não pode ser esquecida. Histórias de separação, de segregação, mas também de **coragem, de luta, de revolução.**

Imagine estar em uma comunidade onde moraram dois ganhadores do Prêmio Nobel — e na África! Isso é o bairro de Soweto. **Não é apenas um lugar, é um símbolo.**

Foi ali que jovens enfrentaram tanques com livros nas mãos. Foi ali que Nelson Mandela viveu antes de se tornar um nome que atravessaria o mundo. Foi ali que um povo disse "basta" e mudou o curso da história.

**No Dia da Consciência Negra, estar em Soweto é um chamado para ver, sentir, reconhecer. Porque manter a memória é, também, um ato de resistência e de luta.**





## ATO 3 "O RESGATE"

**Ubuntu**, assim como a viagem para a África do Sul, me lembra o conto de *La Loba* — a velha sábia que recolhe ossos e os transforma em vida. **Assim como nós, que seguimos nossos instintos, nossa intuição** — *herança direta das nossas ancestrais* — em busca de resgatar aquilo que não pode se perder no mundo: O que é valioso para nossa existência e para nossa realização em máxima potência.

Mulheres que farejam sua própria história sabem que há um quebra-cabeça a ser montado.

A África foi isso para mim: um chamado para correr com lobas, para encontrar o que foi perdido, para resgatar a essência. E quero que esse chamado ecoe em você também!



## LESEDI - VILA CULTURAL

21.11

**Você está preparada para voltar ao começo de tudo para poder partir?**

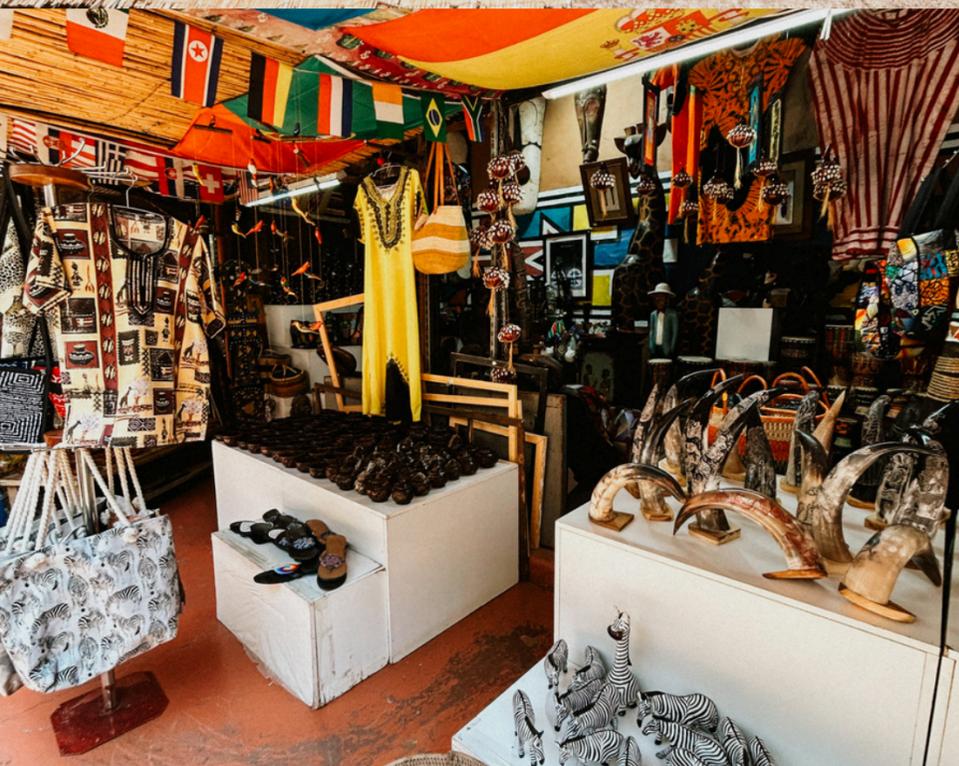
Lesedi celebra as culturas que formam a África do Sul, enquanto o Berço da Humanidade nos leva ao início de tudo.

Vamos visitar tribos africanas e viver uma **imersão com arte, celebração, dança e apresentações de costumes tradicionais** — mostrando o tipo de casa, de comida, de expressão cultural de cinco tribos africanas.

*O passado e o presente se encontram:*

*De onde viemos e para onde vamos?*

*Ubuntu ressoa forte: "eu sou porque somos."*



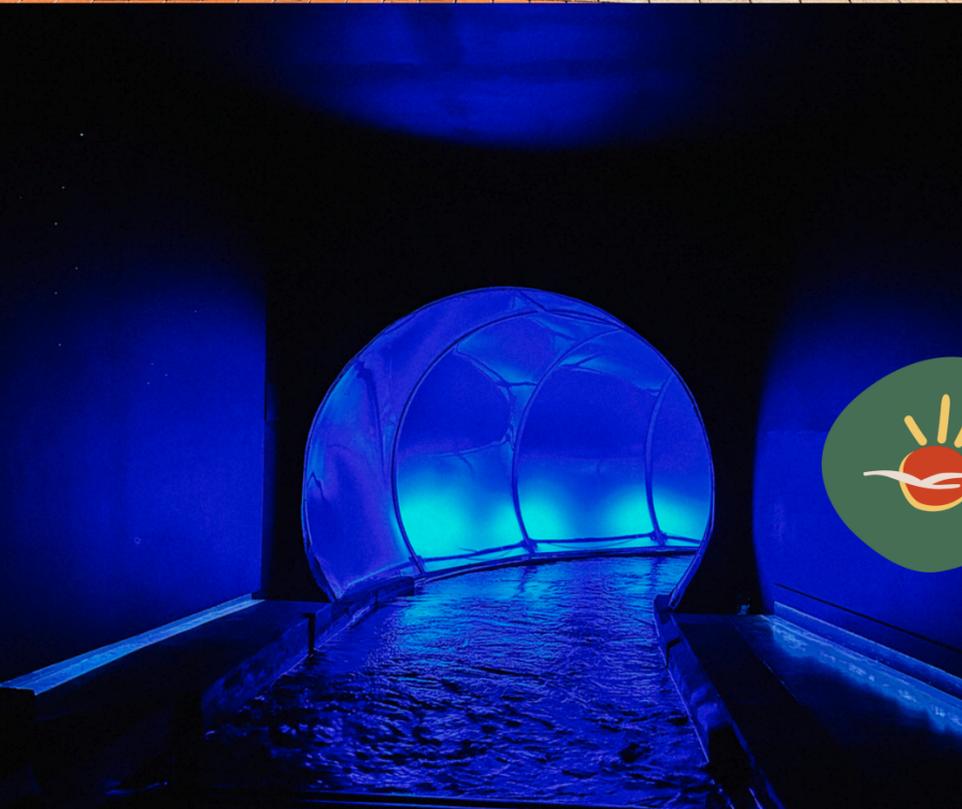
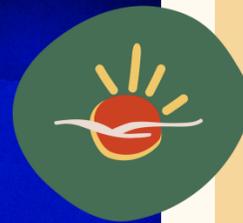
## MUSEU "BERÇO DA HUMANIDADE" 21.11

Depois, seguimos para o *Berço da Humanidade*, o **lugar mais ancestral do humano no mundo.**

Um sítio arqueológico que preserva a memória de 7 milhões de anos — onde foi encontrado o primeiro antepassado humano.

Visitar a África do Sul é ter a possibilidade de curar feridas que foram impostas não "só" aos negros africanos, mas a todo mundo que nega suas origens — negando a verdade científica e fundamental de que a África é, sim, O BERÇO DA HUMANIDADE.

Encerramos a jornada com uma **celebração de despedida**, honrando tudo o que vivemos, sentimos e transformamos. **Um brinde coletivo à travessia, aos encontros, e à mulher que retorna diferente — mais viva, mais inteira, mais sua.**



# ESSA NÃO É APENAS UMA VIAGEM

É um rito de passagem.

Cada lugar que visitaremos carrega histórias vivas, memórias ancestrais e sabedorias que nos atravessam.

E eu estarei lá, junto com a força das que vieram antes de nós, para guiar essa experiência. Não como alguém que ensina, mas **como uma facilitadora de encontros: entre você e sua essência**, entre você e as outras mulheres, **entre você e o mundo que pulsa ao seu redor.**



# AMULETOS DE TRAVESSIA

Somos a Lumescer, uma equipe de fotografia feminina e parceiras de criação da Suelen a muitos anos!

Eu, Alice (fotógrafa), junto da minha parceira de criação Lígia (filmmaker), estaremos presente durante toda a jornada para que nenhuma memória se perca no tempo – e para que você nem precise se preocupar com os registros dessa experiência!

Mais do que fotos e vídeos, vamos criar **amuletos visuais** – imagens que carregam **sentimento, essência e pertencimento**, para que essa experiência siga viva em você e sempre possa ser lembrada, mesmo depois do retorno.

Porque algumas vivências não podem ser traduzidas em palavras – mas podem ser eternizadas na arte.





# AMULETOS DE TRAVESSIA

Também vamos abrir poucas vagas para a experiência, a parte, de um **ensaio individual** durante a viagem.

Além de todo o registro coletivo da viagem, você pode ter a oportunidade de eternizar sua transformação pessoal em um **ensaio exclusivo**, guiado e pensado especialmente para você.

Um momento **só seu**, onde você será a protagonista de um momento de celebração e autoconhecimento através da arte.

**Gostou da ideia de contratar esse "Bônus" para sua experiência?**

Clique no botão abaixo e saiba mais sobre!

[ENSAIO INDIVIDUAL COM LUMESCER](#)



# O QUE ESTÁ INCLUSO NA VIAGEM:



**Hospedagem** em acomodações compartilhadas apenas pelo grupo durante toda a experiência.



**Transfer do aeroporto para o hotel** na chegada e na partida.  
+ *Transporte para os passeios e atividades previstas no roteiro.*



**Café da manhã diário.**  
+ Almoço incluso no dia da experiência no Safari.



**Passagem aérea da Cidade do Cabo (Cape Town) a Joanesburgo.**



**Ingressos** para todas as visitas guiadas e **entradas** em museus e sítios históricos previstos no roteiro.



**Acompanhamento especializado** durante os passeios.  
+ *suporte e assistência em português para dúvidas antes e durante a viagem.*



**Experiências imersivas, incluindo vivências culturais e espirituais**  
+ *atividades de autoconhecimento individuais e em grupo.*



**Cobertura fotográfica & videográfica profissional**, pela equipe de fotografia feminina afetiva @Lumescer.



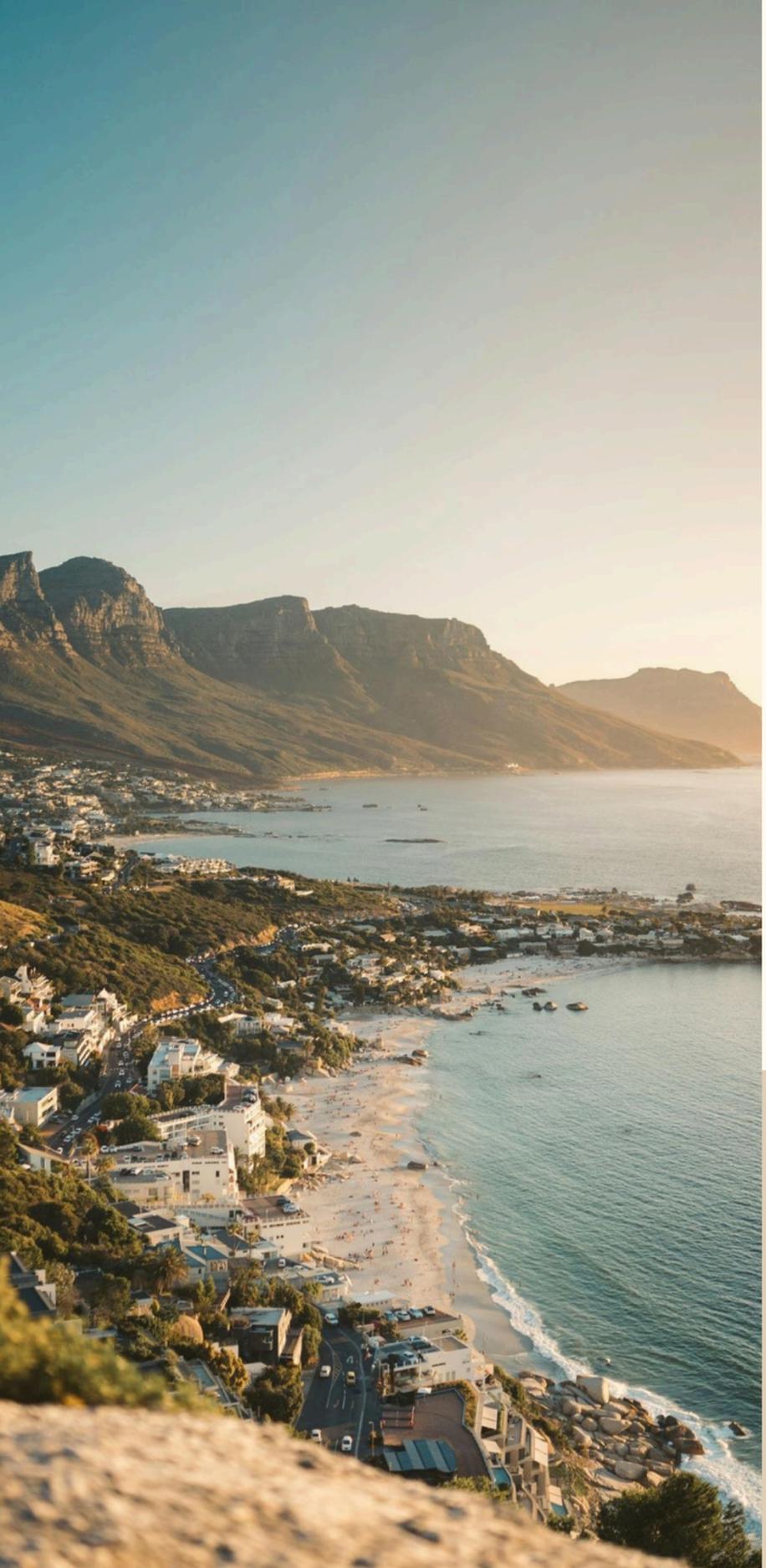
**Kit exclusivo & brindes surpresa.**

# O QUE NÃO ESTÁ INCLUSO NA VIAGEM:

- ✗ Passagens aéreas internacionais.
- ✗ Alimentação além do café da manhã (almoços, jantares e lanches) - Exceto o dia do Safari.
- ✗ Despesas pessoais extras.
- ✗ Seguro viagem (recomendado, mas não incluso).
- ✗ Passeios e atividades opcionais que não estejam no roteiro oficial.
- ✗ Despesas com vistos, vacinas ou documentação necessária para a viagem. *No caso de brasileiras saindo do Brasil não há necessidade de visto, mas sim da vacina de febre amarela.*



Alguns poucos itens não estão inclusos nesta experiência, **mas isso não significa que você estará sozinha para resolvê-los**. Estamos à disposição para tirar dúvidas, indicar os melhores caminhos e sugerir opções que complementem sua jornada da melhor forma. **Nosso desejo é que você viva essa imersão com leveza, sabendo que estaremos por perto para o que precisar.**



INVESTIMENTO  
R\$12.000

Esse valor inclui tudo que está descrito neste informativo: hospedagens, alimentação, transfers, entradas, guias locais, vivências guiadas, cobertura fotográfica e muito mais.

## FORMAS DE PAGAMENTO

**Aceitamos todas as formas de pagamento**

Pix, transferência bancária, cartão de crédito *(em até 12x com juros)*.

**Para garantir sua vaga, é necessário um sinal de 40% no ato da reserva.**

FLEXI  
BILIDADE

Sabemos que cada mulher tem um momento diferente, e estamos totalmente abertas para conversar e **encontrar juntas a melhor forma de tornar essa experiência possível para você.**

**Se precisar de uma forma especial de pagamento, entre em contato com a gente. Vamos pensar juntas! ♥**

O CONVITE FOI FEITO.  
O PRÓXIMO PASSO É SEU!



CLIQUE E ENTRE  
EM CONTATO



CLIQUE &  
NOS CONHEÇA MAIS



[@LIVREMENTEMULHER](#)



[@LUMESCER](#)

[LUMESCER.COM](#)

[LIVREMENTEMULHER.COM](#)