

Índia Interior – Entre Impérios e Silêncio

Índia

Destino Índia	Datas 2 de Out 2026 a 11 de Out 2026	Duração 10 dias	Grupo 10 pessoas	Preço por pessoa 3.950 €
------------------	---	--------------------	---------------------	-----------------------------

Reserva confirmada com sinal de 1.185 €.



Há países que se visitam.

E há países que nos visitam por dentro.

A Índia é um deles.

Num território onde tudo parece acontecer ao mesmo tempo, fé, caos, beleza, pobreza, luxo, silêncio e ruído, viajaremos com a jornalista **Sofia Fernandes** numa travessia que não é apenas geográfica.

É interior.

Entre a imponência do Taj Mahal e a espiritualidade crua de Varanasi, entre o nascer do sol sobre o Forte Amber e as águas sagradas do Ganges, esta será uma jornada onde cada passo é também uma pergunta.

Haverá yoga ao amanhecer.

Momentos de meditação.

Conversas conduzidas pela Sofia.

Tempo para observar.

Tempo para escutar.

Tempo para estar.

Porque a Índia não se compreende.

Sente-se.

E talvez, no meio do excesso, descubramos o essencial.

“A Índia ensina-nos que o silêncio não é ausência de ruído. É presença.” Sofia Fernandes

ITINERÁRIO DIA A DIA

02 de outubro | Partida para a Índia Interior

A viagem começa muito antes da chegada.

Encontro no aeroporto e partida com destino a Nova Deli, via cidade de ligação. Tempo de voo para ler, descansar ou simplesmente preparar o espírito para o que nos espera.

Viajar para a Índia é aceitar que não controlamos tudo. É abrir espaço para o inesperado.

Durante o voo, Sofia Fernandes lançará o primeiro desafio silencioso:

Que intenção levas contigo para esta viagem?

Noite a bordo.

03 de outubro | Deli – O Primeiro Impacto

Depois do pequeno-almoço, começamos pela intensidade da Velha Deli. O Forte Vermelho, as ruelas vibrantes de Chandni Chowk e a majestosa Jama Masjid revelam-nos uma cidade onde o passado mogol permanece vivo.

Seguimos para Raj Ghat, memorial de Mahatma Gandhi, um momento de pausa num país onde tudo parece movimento.

Já em Nova Deli, percorremos a zona governamental, passando pela Porta da Índia, o Palácio Presidencial e o Parlamento. Visitamos ainda um templo Sikh, onde nos sentaremos em silêncio para observar e escutar. Um primeiro contacto com a espiritualidade indiana, vivido com respeito e presença.

Ao longo do dia, Sofia ajudará o grupo a contextualizar o que vemos, não apenas historicamente, mas humanamente.

A Índia já nos começou a desafiar.

04 de outubro | Deli – Shahpura – Jaipur | Rumor à Cidade Rosa

Depois do pequeno-almoço, deixamos Deli e seguimos por estrada em direção a Jaipur, atravessando paisagens que revelam uma Índia mais rural, mais silenciosa, mais autêntica.

Paragem em Shahpura, onde o ritmo abranda e o contraste com a capital se torna evidente.

Já em Jaipur, capital do Rajasthan, começamos a descobrir a chamada “Cidade Rosa”. A Patrika Gate surpreende pela explosão de cor e detalhe, um primeiro contacto com a estética vibrante desta região.

Passamos ainda pelo Albert Hall e pelo Templo Birla, onde a espiritualidade hindu se manifesta de forma serena e luminosa.

Sofia Fernandes ajudará a contextualizar o Rajasthan como território de antigos marajás, honra e tradição, mas também de transformação

05 de outubro | Jaipur – Forte Amber | O Amanhecer e a Disciplina Interior

Ainda antes do sol nascer, caminhamos cerca de 2 a 3 km até um ponto privilegiado com vista sobre o Forte Amber. O silêncio da manhã envolve-nos.

Aqui acontece um dos primeiros momentos verdadeiramente Altiora: sessão de yoga ao nascer do sol, num cenário que parece suspenso no tempo.

Mais do que exercício físico, é um convite à presença.

Após a prática, pequeno-almoço em formato picnic e regresso a Jaipur.

Visitamos o Forte Amber, antiga capital do estado, subindo em jeep 4x4 até às muralhas. No interior, os salões decorados, os pátios e os detalhes em mármore revelam o esplendor da era dos marajás.

Passagem pelo icónico Hawa Mahal (Palácio dos Ventos), pelo Observatório Astronómico e pelo Palácio da Cidade.

Ao longo do dia, Sofia desafiará o grupo a refletir sobre poder, legado e impermanência.

06 de outubro | Jaipur – Abhaneri – Fatehpur Sikri – Agra | A Água e o Império

Partida em direção a Agra.

No caminho, visitamos o impressionante poço escalonado de Chand Baori, em Abhaneri, uma obra arquitetónica do século IX que nos fala de engenho, sobrevivência e adaptação num território árido.

Seguimos para Fatehpur Sikri, a cidade “fantasma” construída pelo imperador Akbar e abandonada poucos anos depois. Um lugar que simboliza a fragilidade do poder humano.

07 de outubro | Agra | Amor, Mármore e Silêncio

De madrugada, visitamos o Taj Mahal.

Há monumentos que se fotografam.

E há monumentos que se contemplam.

Antes da habitual agitação do dia, teremos um momento de recolhimento conduzido pela Sofia Fernandes, seguido de uma sessão de yoga com vista para este mausoléu que é símbolo de amor e perda.

Durante o dia, visitamos o Forte de Agra, complexo imponente nas margens do rio Yamuna, que testemunhou o auge do Império Mogol.

Este é um dia sobre amor, memória e a tentativa humana de eternidade.

08 de outubro | Agra – Varanasi (comboio) | A Travessia

Partida cedo para a estação ferroviária. Embarcamos num comboio local com destino a Varanasi.

Viajar de comboio na Índia é observar o país real, aldeias, campos, estações, rostos. É talvez o momento mais próximo da vida quotidiana indiana.

Ao final da tarde, deslocação até aos ghats do rio Ganges para assistir à cerimónia Aarti. Uma celebração intensa de luz, som e devoção.

Não é espetáculo.

É fé vivida.

09 de outubro | Varanasi | Vida, Morte e Eternidade

Saída de madrugada para passeio de barco no Ganges.

Assistimos aos rituais matinais nos ghats: banhos purificadores, orações, despedidas. Em Varanasi, vida e morte coexistem de forma frontal e desarmante.

Caminhada pelas ruelas do centro histórico, visita aos templos Durga e Tulsi Manas Mandir e à Universidade Hindu de Benares.

Durante a tarde, haverá tempo livre para descanso ou reflexão.

Ao final do dia, encontro privado para uma sessão de meditação e conversa sobre impermanência, um dos momentos mais profundos da viagem.

10 de outubro | Varanasi – Sarnath – Deli | O Ensino

Após pequeno-almoço, visitamos Sarnath, local onde Buda proferiu o seu primeiro sermão. Um espaço de serenidade e contemplação.

Visita às ruínas, ao templo budista e ao museu.

Ao final da tarde, voo para Deli.

Última noite em solo indiano.

Tempo para perguntar:

O que mudou em mim?

11 de outubro | Regresso a Casa | Levar o Invisível

A Índia fica para trás, nas ruas, nos templos, no Ganges.

Mas aquilo que verdadeiramente importa não cabe na mala.

Regresso com mais perguntas do que respostas.

E talvez isso seja o maior presente desta viagem.

O QUE ESTÁ INCLUÍDO

Inclui

- **Voos internacionais** Lisboa – Nova Deli – Lisboa (via cidade de ligação), em classe económica, mala de porão, com taxas aeroportuárias incluídas à data de elaboração do programa;
- **Voo doméstico** Varanasi – Nova Deli;
- **Viagem de comboio** entre Agra e Varanasi;
- **Transfers e circuito em transporte privativo**, exclusivo para o grupo Altiora, durante toda a viagem;
- **Alojamento durante 8 noites** em hotéis selecionados de categoria 4* e 5*, em quarto duplo com pequeno-almoço:
 - Nova Deli – Hotel 5*
 - Jaipur – Hotel 5*
 - Agra – Hotel 5*
 - Varanasi – Hotel 4* superior
 - Nova Deli (aeroporto) – Hotel no terminal
- **15 refeições incluídas**, conforme programa (almoços e jantares em hotéis ou restaurantes locais selecionados), com menus de grupo representativos da gastronomia regional (bebidas não incluídas);
- **Todas as visitas, experiências e entradas mencionadas no programa**, incluindo:
 - Taj Mahal (com proteção de calçado incluída)
 - Forte Amber (subida em jeep 4x4)
 - Forte de Agra
 - Fatehpur Sikri
 - Chand Baori (Abhaneri)
 - Cerimónia Aarti em Varanasi
 - Excursão a Sarnath
 - Templos, monumentos e locais históricos descritos no itinerário
- **Sessões de Yoga em Jaipur e em Agra**, em contexto exclusivo para o grupo;
- **Acompanhamento permanente da Autora da Viagem**, a jornalista Sofia Fernandes, ao longo de todo o percurso;
- **Acompanhamento Altiora durante toda a viagem**, com coordenação e apoio permanente no destino;
- **Guia acompanhante local** em língua portuguesa durante todo o circuito;
- Assistência nas formalidades de check-in no dia de regresso;
- **Seguro de viagem** válido durante todo o período da viagem;
- Linha de **assistência telefónica 24 horas**, antes e durante a viagem.
- **Assistência local permanente e apoio 24 horas**, garantindo acompanhamento contínuo ao grupo.

Não inclui

- **Obtenção do visto de entrada na Índia** (podemos, no entanto, apoiar e tratar de todo o processo mediante solicitação);
- **Bebidas às refeições** mencionadas no programa;
- **Despesas de carácter pessoal** durante a viagem, nomeadamente compras, lavandaria, chamadas telefónicas, minibar ou outros consumos individuais;
- **Extras nos hotéis ou restaurantes**;
- **Quaisquer serviços não expressamente mencionados no programa como incluídos.**

SUPLEMENTOS OPCIONAIS

Suplento individual quarto single

950 €

PERFIL IDEAL DO VIAJANTE

Esta viagem é ideal para quem procura mais do que um destino.

É para viajantes curiosos, culturalmente inquietos, interessados em compreender o mundo, e a si próprios, com maior profundidade.

Destina-se a quem:

- Valoriza experiências culturais autênticas;
- Se sente confortável com a intensidade e os contrastes da Índia;
- Procura momentos de pausa, reflexão e silêncio;
- Está aberto a práticas como yoga e meditação, independentemente do nível de experiência;
- Aprecia viajar em pequenos grupos, com acompanhamento próximo e tempo para partilha.

Não é uma viagem religiosa nem um retiro espiritual.

É uma jornada cultural com consciência, onde o Taj Mahal é tão importante quanto o silêncio diante do Ganges.

Grupo recomendado: viajantes adultos, com espírito aberto e disponibilidade interior para viver a Índia para além da fotografia.

INFORMAÇÕES PRÁTICAS

Alojamento

Durante esta viagem ficaremos instalados em hotéis criteriosamente selecionados, de categoria 4* e 5*, que garantem conforto, localização estratégica e qualidade de serviço, permitindo equilibrar a intensidade do programa com momentos de descanso.

Nova Deli

Hotel 5* (The Eros / Leela Convention ou similar)

Jaipur

Hotel 5* (Hilton / Radisson City Centre ou similar)

Agra

Hotel 5* (Jaypee Palace / Taj Convention ou similar)

Varanasi

Hotel 4* superior (The Madin ou similar)

Nova Deli – Aeroporto

Hotel Holiday Inn T3 (situado no terminal, ideal para facilitar o voo de regresso em horário madrugador)

A classificação apresentada refere-se às categorias oficiais locais.

Alimentação

Durante o circuito na Índia, o grupo viajará em regime de **Pensão Completa**, permitindo uma experiência gastronómica integrada e tranquila ao longo da viagem.

Estão incluídos:

- **Pequenos-almoços diários** nos hotéis;
- **Almoços em restaurantes locais selecionados**, privilegiando a descoberta da gastronomia regional indiana;
- **Jantares nos hotéis ou em restaurantes cuidadosamente escolhidos**, de acordo com o programa.

No **último dia**, o regime será de **Meia-Pensão**, atendendo ao horário madrugador do voo de regresso. Bebidas não incluídas.

Logística de voos

Voos Internacionais – Turkish Airlines

02 de outubro:

Lisboa – Istambul | 10h55 – 17h40

Istambul – Nova Deli | 20h15 – 04h50 (+1)

11 de outubro:

Nova Deli – Istambul | 06h30 – 10h50

Istambul – Lisboa | 12h45 – 15h50

Voo Doméstico – IndiGo

10 de outubro:

Varanasi – Nova Deli | 20h55 – 22h30

Documentação

Para esta viagem é **obrigatório passaporte**, com validade mínima de **6 meses à data do regresso**.

É igualmente obrigatório **visto de entrada na Índia**.

O Governo indiano disponibiliza atualmente o sistema de **e-Tourist Visa (visto eletrónico)**, que permite aos cidadãos portugueses solicitar o visto online, com antecedência mínima recomendada de 4 dias antes da chegada ao país.

O visto turístico eletrónico:

- É válido por 30 dias;
- Pode ser solicitado até duas vezes por ano;
- Deve ser obtido antes da partida.

A Altiora poderá prestar apoio no processo de obtenção do visto, mediante solicitação.

Recomendamos que todos os participantes verifiquem atempadamente a validade do seu passaporte.

CONDIÇÕES DE RESERVA E CANCELAMENTO

- **Preço por pessoa em quarto duplo;**
- **Suplemento single:** 950,00 €;

Condições de reserva

- **Reserva confirmada mediante pagamento de 30% do valor total**, no momento da inscrição;
- **Pagamentos faseados disponíveis até 30 dias antes da data de partida**, conforme plano acordado;

Condições de cancelamento

- Em caso de cancelamento por iniciativa do viajante, **será obrigatoriamente ativado o seguro de viagem incluído;**
- **As condições de cancelamento, reembolso e eventuais compensações são exclusivamente as previstas na apólice do seguro**, de acordo com os motivos apresentados e devidamente comprovados;
- A **Altiora não procede a reembolsos diretos**, uma vez que os valores pagos estão associados a serviços contratados antecipadamente (transportes, alojamentos, experiências e fornecedores locais);
- Para efeitos de cancelamento, **o passageiro deverá acionar o seguro de viagem**, seguindo os procedimentos e prazos definidos pela seguradora.

O AUTOR DA VIAGEM



Sofia Fernandes

Licenciada em Comunicação Social pela Universidade do Minho, Sofia Fernandes é jornalista há quase duas décadas, com um percurso que passou pela rádio, televisão e pela exigência de estar sempre onde a história acontece. Depois de integrar a redação do programa Sociedade Civil da RTP2, tornou-se um dos rostos diários da TVI, onde trabalha há quase 18 anos. Entre reportagens, diretos e grandes investigações, habituou-se a olhar o mundo com atenção, sensibilidade e coragem, três qualidades que também leva para as viagens que guia.

Viajar faz parte da sua vida desde muito cedo. Conheceu o mundo a passo firme e olhar desperto, trazendo de cada destino uma história, uma pessoa, uma descoberta. A Ásia é o seu território emocional: Índia, Bali, Sri Lanka e Tailândia são lugares onde regressa sempre, como quem volta a casa. Ali encontrou espiritualidade, beleza, cultura profunda e a certeza de que viajar é, acima de tudo, transformar-se.

Professora de Yoga e meditação, com formação vasta em desenvolvimento pessoal, Sofia tem a rara capacidade de equilibrar intensidade jornalística com calma interior. Nas suas viagens, une estas duas dimensões: a curiosidade de quem quer compreender e a serenidade de quem sabe observar. Para ela, as viagens são a maior riqueza da existência humana, porque nos devolvem a nós próprios, ao mesmo tempo que nos abrem ao outro.

Como **Autora Altiora**, Sofia Fernandes convida os viajantes a mergulhar na essência de cada destino, combinando contexto, emoção e propósito. Viajar com ela é descobrir histórias, encontrar significado, abrandar o ritmo e permitir que o mundo nos fale, com verdade, beleza e presença. Uma Autora de Viagem segura, sensível e profundamente humana, para quem cada viagem é um percurso exterior... e interior.