



15, 16 e 17 de novembro  
INOVA Centro Empresarial Porto

**Manual do Fénix**

Bilhete Bronze



# Manual do Fénix

Para garantir que tens a melhor experiência possível elaboramos este documento com **tudo o que precisas de saber** para aproveitar o Fénix ao máximo.

Incluimos os principais tópicos e orientações que possas precisar, mas caso ainda fiques com dúvidas **podes falar com a equipa do Fénix**. Estamos aqui para te ajudar!



Falar com a equipa

# Check-in

**Antes do Fénix**, deves **fazer o check-in** do teu bilhete com os teus dados.

Este passo é muito importante para garantir que não existe contratempos no dia do evento.

Podes fazer o checkin na plataforma Victus - na seção “bilhetes” - ou clicar no botão abaixo e fazer diretamente com o teu número de telemóvel ou e-mail.



Fazer check-in



# Credenciamento

O credenciamento começa às **8h00** de dia 15.

Deves ter contigo o teu **bilhete** (impresso ou digital.)

O credenciamento deve ser feito pela titular do bilhete.

**Não é permitido** levantar credenciais em nome de terceiros.



# Como chegar



## **Metro:**

Estação Viso - Via Rápida a 50 metros



## **Autocarro:**

Linhas 111, 201, 205, 206 e 507



## **Estacionamento:**

No edifício Inova - 15€ por dia

Na rua - Sexta-feira sujeito a parquímetro e

Gratuito Sábado e Domingo



## **Edifício Porto Inova Centro Empresarial**



Rua Eng.º Ferreira Dias, n.º 728  
4100-246 Porto

[Google Maps](#)



# Cronograma

Avisamos já que não vais encontrar o horário das palestras específicas.

**Deixa-te ser surpreendida!** O objetivo é aproveitares todo o evento como uma experiência imersiva. Por isso, deixamos-te apenas as informações essenciais.

# Cronograma

## Sexta (15)

**8h00** Início do credenciamento

---

**9h00** Abertura do Evento

---

**13h00 - 15h** Almoço

---

**18h00** Encerramento

## Sábado (16)

**9h00** Abertura do Evento

---

**13h00 - 15h** Almoço

---

**18h00** Encerramento

## Domingo (17)

**9h00** Abertura do Evento

---

**13h00 - 15h** Almoço

---

**18h00** Encerramento

# Palestrantes

Fizemos uma curadoria e escolhemos os palestrantes perfeitos para te ajudarem nesta transformação.



**Isabel Cardoso**



**Luís Fernando**



**Paula Sá**



**Ricardo Peixe**



**Sofia Dezoito**



**Rita Piçarra**



**Tiago Rodrigues**

# Comunidade

Um dos pilares importantes do Fénix é a **comunidade**. Vais experienciar este evento lado a lado de outras mulheres que estão a passar os mesmos **desafios** que tu, que sentem as mesmas **dificuldades**, que têm os mesmos **obstáculos**... provavelmente vais reconhecer algumas delas dos nossos **casos de sucesso** ou da **Liberdade Alimentar**, caso sejas uma guerreira.

Para além dos momentos de convívio do evento, temos um **grupo especial para o Fénix!** O chat será aberto dia 13/11.



Entrar no grupo

# O que podes levar?



## **Snacks**

Com fome ninguém consegue prestar atenção, certo?



## **Cartão ou dinheiro**

Eventualidades podem acontecer e podes precisar a qualquer momento.



## **Óculos**

Se precisas de óculos, não te esqueças deles em casa! Queremos que consigas ver bem as palestras.



## **Muita energia**

Vem com muita energia para estes 3 dias! O Fénix depende da tua participação em todas as dinâmicas.



## **Mente e coração aberto**

Vais aprender muita coisa neste evento que pode mudar a tua perspetiva.

# Dresscode

Não existe um dress code para o evento, **o mais importante é que vás com uma roupa confortável e te sintas bem!**

Contudo, caso queiras condizer com a paleta de cores do evento, sugerimos **peças de roupa brancas e rosa.**





# Onde almoçar?

Existem vários restaurantes à volta do evento e o Norteshopping fica a menos de 20 minutos a pé, com opções para todos os gostos.

O intervalo para almoço é das **13h00 às 15h00**. Fica atenta à distância dos restaurantes, para garantir que chegas a horas.



### Via Rápida Shop & Stop

📍 R. Eng. Ferreira Dias 954,  
4149-008 Porto

🚶 3 minutos a pé

[Direções](#)



### Restaurante Abbitus

📍 R. Manuel Pinto de  
Azevedo 882, 4100-320

🚶 9 minutos a pé

[Direções](#)



### Restaurante Blessed

📍 R. Direita do Viso 306,  
4250-544 Porto

🚶 12 minutos a pé

[Direções](#)



### Cantinho do Viajante

📍 4460-282 Sra. da Hora

🚶 13 minutos a pé

[Direções](#)



### O lar do Motorista

📍 Av. Dr. Manuel Teixeira  
Ruela nº2, 4460-362

🚶 13 minutos a pé

[Direções](#)



### Norteshopping

📍 R. Sara Afonso, 4460-841  
Sra. da Hora

🚶 16 minutos a pé

[Direções](#)

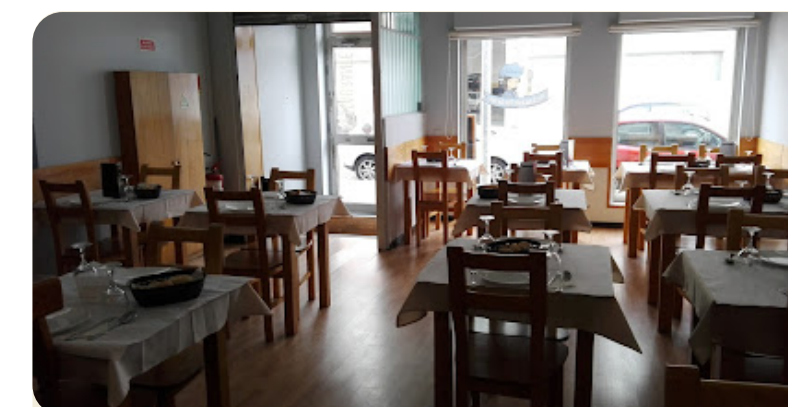


### Restaurante Guizé

📍 R. Dr. Pedro de Sousa 561,  
4100-392 Porto

🚶 18 minutos a pé

[Direções](#)



### Restaurante Portuense

📍 R. Eng. Ezequiel de  
Campos 219, 4100-232

🚶 19 minutos a pé

[Direções](#)



# Se precisares de ajuda...

Se durante os 3 dias do Fénix precisares de ajuda, podes falar diretamente com o **Staff** que vai estar presente. É fácil identificá-los através da **t-shirt** e da **credencial**:



Ou então fala connosco diretamente pelo **whastapp** através do número **960 007 000**.

# Antes do Fénix

Tira 2 minutos para responder a esta breve pesquisa para sabermos um pouco mais sobre ti.

É muito importante conhecermos-te e percebermos as tuas expectativas para o Fénix para conseguirmos entregar-te a melhor experiência possível.

[Clica para responder](#)





© 2024 - Todos os Direitos Reservados.  
Clínica Victus