

# Proposta de Parceria GDC Fidelidade

Janeiro 2020



## Objeto

Este documento tem o propósito de apresentar os serviços e produtos da **Arrabida Life** com vista ao desenvolvimento de parceria com o **Grupo Desportivo e Cultural Fidelidade**.

Neste documento incluem-se atividades realizadas pelas duas marcas pertencentes à Anthia: **Arrabida Life**, a marca de ecoturismo ativo com a qual a Anthia opera passeios, atividades terrestres, e experiências em geral; e a **Anthia Diving Center**, a marca de excelência, reconhecida a nível nacional, para atividades de mergulho.

Ao longo do documento pode ser encontrada a informação acerca das atividades que a **Arrabida Life** e a **Anthia Diving Center** organizam; processo de reserva; apresentação da equipa; e finalmente apresentação das infraestruturas.

De notar que, no contexto da apresentação das atividades, juntam-se os valores PVP.

A **Arrabida Life** nasce da visão de uma oferta integrada de serviços de desporto/aventura de natureza e ecoturismo, enquadrada no contexto do Parque Natural da Arrábida e do Parque Marinho Professor Luiz Saldanha.

Este enquadramento geográfico oferece um cenário ímpar, com uma biodiversidade única na Europa.

A natureza multidisciplinar da equipa da **Arrabida Life** abre uma janela de oportunidade para a criação de uma oferta de valor única e distintiva, com um leque abrangente de experiências - terrestres, marítimas e subaquáticas - que, quando conciliadas, permitem desfrutar da essência da Serra da Arrábida em passeios personalizáveis à medida dos clientes.

## Sobre a Anthia Diving

Fundada em 2004, a Escola/Centro de mergulho **Anthia Diving Center** localiza-se em Sesimbra, uma Vila piscatória que desde sempre proporcionou uma riqueza sociocultural muito ligada ao mar.

A sua proximidade ao Parque Marinho Professor Luís Saldanha, permite disfrutar de spots de mergulho com elevadíssima biodiversidade, conhecendo-se cerca de 1350 espécies da fauna e flora marinhas. A sua riqueza não tem igual quer a nível nacional quer europeu.

Localizada na grande área metropolitana de Lisboa, esta área tem solicitações muito intensas e variadas. A prática de mergulho recreativo aparece como a atividade de lazer de maior dimensão, contudo Sesimbra é excelente para todos os desportos ligados ao Mar, durante todo o ano.

A **Anthia Diving Center** é uma empresa de ambiente familiar, que valoriza a segurança como valor fundamental acima de qualquer outro, implementando uma política de excelência e rigor no que toca à formação e atualização dos nossos instrutores, bem como no que toca aos processos de manutenção de equipamento.



# Portfolio de Atividades

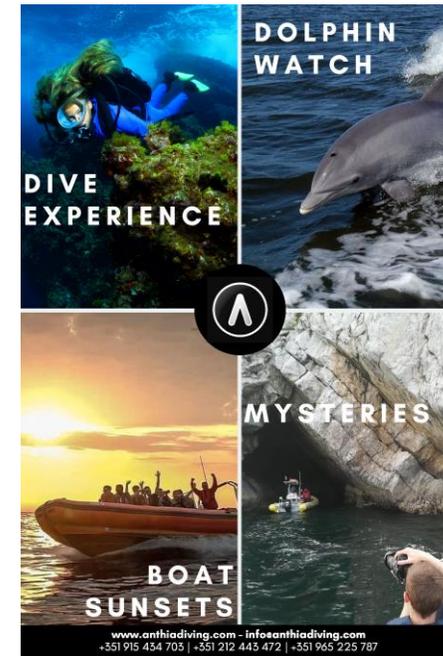
Arrabida Life  
Anthia Diving Center

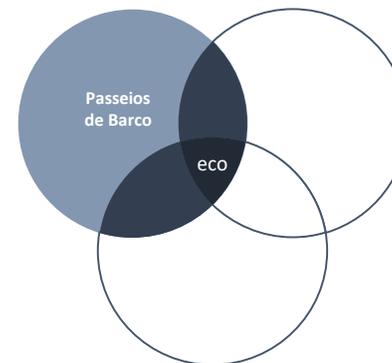


# Portfolio de Atividades

Na **Arrabida Life** acreditamos que a nossa abordagem ao oceano deve ser sempre visar a conservação dos ecossistemas, de forma a que a nossa presença seja uma contribuição positiva para os mesmos, e inspirar as comunidades no mesmo sentido.

Todas as nossas atividades, estão alinhadas com esta visão e partilham de um importante elemento de ecologia aplicada.





## Eco observação de Golfinhos

### Descrição

Torne-se num protetor do habitat dos golfinhos! Durante esta experiência única temos como objetivo não só observar os golfinhos no seu habitat natural como também localizar e recolher plástico flutuante. Estará assim a desenvolver a sua educação ambiental bem como a dos mais pequenos. Embarque em Sesimbra, e ganhe a oportunidade de avistar outras espécies (como o golfinho comum), bem como de explorar toda a costa do Parque Natural da Arrábida até ao Rio Sado. O seu estuário é um ponto de primordial importância para a conservação de golfinhos, uma vez que ali habitam durante todo o ano, tornando este local num sítio único tendo em conta que existem apenas três em toda a Europa.

### Inclui

- Passeio de barco deslumbrante para todas as faixas etárias
- Seguro
- Responsável pela atividade certificado em Ecologia Marinha
- Colete salva-vidas (obrigatório)
- Água
- Prova de bolo típico da região (farinha torrada)

### Outras Informações

**Duração:** 2h30m

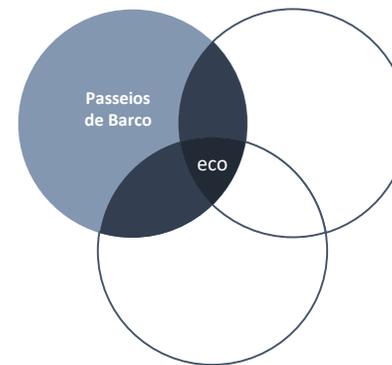
**Público-alvo:** Público geral

**Mínimo:** 6 pessoas

**PVP:** 40€ por pessoa

Os golfinhos são animais selvagens no seu habitat natural. Embora a nossa taxa de sucesso seja a mais elevada (cerca de 98%), não podemos garantir a 100% o avistamento. Todo o modo, fazemos sempre os possíveis para sempre concretizar o seu avistamento.





## Eco mistérios do Cabo Espichel

### Descrição

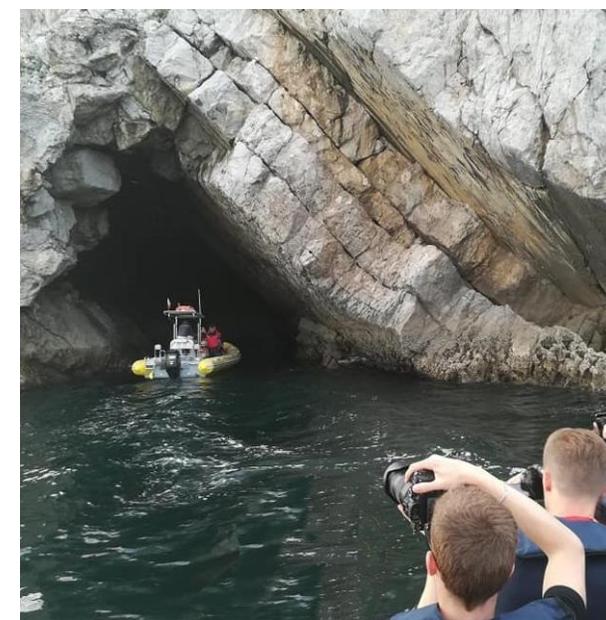
Entre a bordo neste passeio! Os nossos guias irão dar-lhe a conhecer não só a história como toda a geologia e biologia desta região, Património Mundial da UNESCO. Deslumbre-se com a paisagem, embrenhe-se nas lendas, descubra as pegadas dos dinossauros e viaje pelos Mistérios do Cabo Espichel, enquanto procura localizar e recolher plástico flutuante - estará assim a desenvolver a sua educação ambiental bem como a dos mais pequenos. Prometemos tirar-lhe o fôlego num dos promontórios mais conhecidos de Portugal – o segundo cabo mais a Oeste da Europa Continental. Passeio à descoberta de uma história com origens no período Jurássico e Cretáceo. Nesta viagem não só terá a oportunidade de observar grutas e falésias deslumbrantes como as pegadas fossilizadas dos dinossauros bem como a famosa pedra da Mua, a Igreja do Cabo e seu emblemático farol.

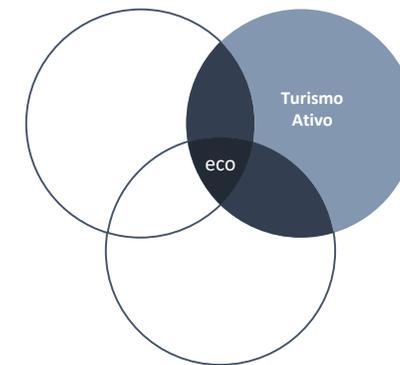
### Inclui

- Passeio de barco deslumbrante para todas as faixas etárias
- Seguro
- Responsável pela atividade certificado em Ecologia Marinha
- Colete salva-vidas (obrigatório)
- Água
- Prova de bolo típico da região (farinha torrada)

### Outras Informações

**Duração:** 2h30m  
**Público-alvo:** Público geral  
**Mínimo:** 6 pessoas  
**PVP:** 40€ por pessoa





## Eco Academia de Verão

### Descrição

Aproveite as suas férias para fazer a diferença para o meio ambiente. Através de um plano de atividades abrangente, poderá aprender no magnífico Parque Natural da Arrábida, enquanto desfruta de:

- Curso de certificação Internacional SSI Scuba Diver
- Passeio de barco ecológico
- Introdução à comunidade WildSea Europe (Marine ecotourism)
- Curso de Ecologia Marinha Online (SSI Mission Deep Blue) gratuito
- Stand-up paddle
- Kayaking
- Praia

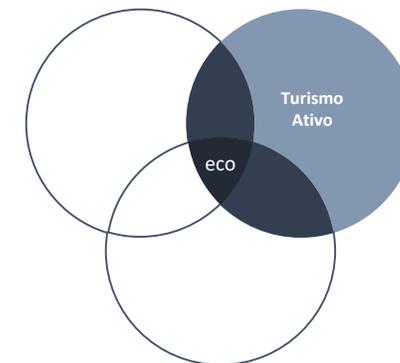
### Inclui

- Seguros
- Monitores
- Todo o Equipamento
- Certificações Internacionais
- Aulas práticas e teóricas

### Outras Informações

**Duração:** 6 dias  
**Público-alvo:** Público geral - a partir de 10 anos de idade  
**Mínimo:** 1 pessoa  
**PVP:** 450€ por pessoa





## Team Building – Caça ao Tesouro

### Descrição

A Caça ao Tesouro é uma atividade divertida e desafiante que envolve a busca pelo tesouro pirata enterrado numa praia deserta entre Sesimbra e o Cabo Espichel. Cada equipa irá navegar numa lancha rápida seguindo pistas e mapas até ao tesouro desaparecido. A orientação, o trabalho de equipa, e uma boa capacidade para decifrar as pistas deixadas pelos piratas irão levar a que o grupo encontre o baú enterrado. Uma ação totalmente realizada no Parque Marinho Professor Luiz Saldanha, que permitirá ao grupo usufruir de um espaço de costa de beleza única, fazendo desta ação um momento inesquecível.

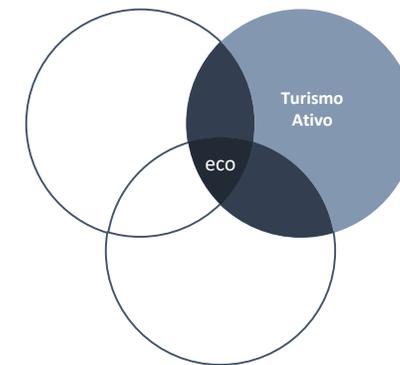
### Inclui

- Seguros
- Monitores
- Todo o Equipamento
- Embarcações para todas as equipas
- Materiais e documentos

### Outras Informações

**Duração:** meio dia  
**Público-alvo:** Empresas e outras organizações, despedidas de solteiro e outras atividades de grupo  
**Mínimo:** 20 pessoas  
**PVP:** 70€ por pessoa





## Aluguer de Kayak

### Descrição

A canoagem permite integrar o praticante no meio ambiente, colocando-o em perfeita harmonia para observar, cheirar, tocar ou mesmo ouvir sem provocar alterações no comportamento natural da fauna existente. Não poderíamos por isso deixar de disponibilizar passeios de canoa no Parque Marinho Professor Luíz Saldanha, parte integrante do Parque Natural da Arrábida, que possui das mais belas e singulares arribas marinhas da Europa, onde as escarpas e enseadas dominam a paisagem com a sua imponência, cortes e recortes, túneis, grutas e águas cristalinas. Esta forma saudável de contacto com a natureza incentiva a coesão entre os participantes, tornando-a assim numa prática única, onde não há pressa, não há competitividade, mas sim apenas prazer.

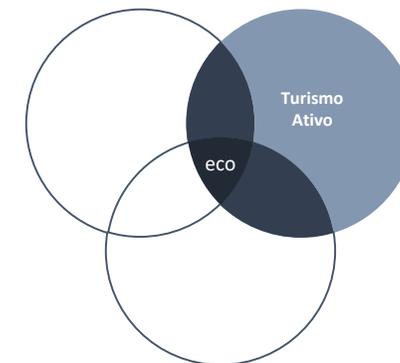
### Inclui

- Seguro
- Colete salva-vidas (obrigatório)
- Kit de primeiros socorros
- Saco estanque

### Outras Informações

**Duração:** 8h  
**Público-alvo:** Público geral  
**Mínimo:** 2 pessoas – 2 pessoas por Kayak  
**PVP:** 40€ por pessoa





## Arrábida Safari Tour 4x4

### Descrição

Convidamo-lo para uma aventura num Jeep clássico cabriolet 4x4 pelos caminhos mais inóspitos e secretos do parque Natural da Arrábida. Queremos dar a conhecer as ruínas romanas localizadas junto a uma das mais belas praias, a desfrutar dos caminhos mais remotos entre a densa vegetação mediterrânica, e também a conhecer as mais belas praias e baías de água cristalinas. Esta é uma aventura selvagem para pequenos grupos (3 pax), sempre acompanhado por condutores experientes e guias profissionais.

### Inclui

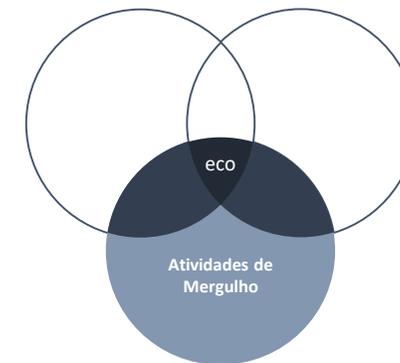
- Seguro
- Snack num lugar de contemplação entre a montanha e o oceano
- caminhada até à praia que foi considerada pela European Best Destinations como a praia mais bonita de toda a Europa, praia dos Galapinhos (caminhada opcional)
- Visita às ruínas pré-históricas da época romana junto à praia do Creiro, aqui podemos visitar um complexo industrial de produção de peixe (visita opcional)
- Passagem pela magnífica Serra do Risco onde poderemos observar a escarpa calcária costeira da Europa continental, com uma forma estética e inigualável de "onda de pedra";

### Outras Informações

**Duração:** 4-5h  
**Público-alvo:** Público geral  
**Mínimo:** 2 pessoas; **Máximo:** 3 pessoas  
**PVP:** 55€ por pessoa



# Atividades de Eco Mergulho 1/5



## Eco-batismo de Mergulho – Try Scuba Diving

### Descrição

O programa SSI Try Scuba Diving (Batismo de mergulho) dá-lhe a oportunidade de conhecer o mundo subaquático mergulhando no Parque Marinho Professor Luíz Saldanha, desfrutando da mais extensa biodiversidade da Europa, sem ter que se comprometer com um programa de certificação mais extenso.  
Este é um programa reconhecido internacionalmente pela SSI (Scuba Schools International) e pela Wild Sea Europe.

### Inclui

- Introdução teórica, regras de segurança, e sensibilização ambiental
- 1 Mergulho no Parque Marinho Professor Luiz Saldanha
- Curso de Ecologia Marinha Online (SSI Mission Deep Blue) gratuito
- Certificado de participação
- Seguro

### Outras Informações

**Duração:** 3 horas  
**Público-alvo:** Pessoas sem certificação de mergulho que pretendam ter usufruir de uma experiência de mergulho  
**Mínimo:** 1 pessoa – a partir de 8 anos de idade  
**PVP:** 90€



# Atividades de Eco Mergulho 2/5



## Introdução Eco-mergulho – Basic Diver (ISO 11121)

### Descrição

O programa SSI Basic Diver (Introdução ao mergulho) oferece-lhe a experiência de mergulho subaquático antes de iniciar um curso de certificação. É a sua oportunidade de conhecer o mundo subaquático mergulhando no Parque Marinho Professor Luíz Saldanha, desfrutando da mais extensa biodiversidade da Europa, antes de iniciar um programa de certificação. Este é um programa reconhecido internacionalmente pela SSI (Scuba Schools International) e pela Wild Sea Europe.

### Inclui

- Introdução teórica, regras de segurança, e sensibilização ambiental
- **1 Mergulho de Adaptação** em águas confinadas, com a realização de alguns exercícios
- **1 Mergulho de Exploração** no Parque Marinho Professor Luiz Saldanha
- Seguro
- Curso de Ecologia Marinha Online (SSI Mission Deep Blue) gratuito
- Certificação SSI Basic Diver
- O mergulhador fica habilitado a realizar mergulhos com supervisão até 12 metros de profundidade, durante os 6 meses seguintes
- Pode fazer upgrade desta certificação para Open Water Diver no espaço de 6 meses

### Outras Informações

**Duração:** 4 horas

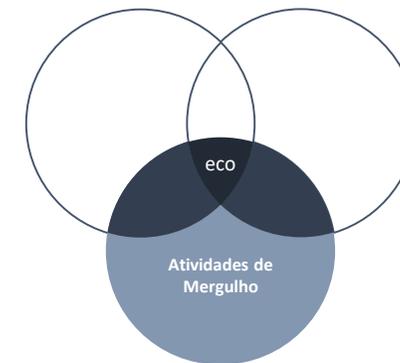
**Público-alvo:** Pessoas sem certificação de mergulho que pretendam ter uma experiência de mergulho antes de decidir iniciar o seu curso de certificação

**Mínimo:** 1 pessoa – a partir de 10 anos de idade

**PVP:** 120€



# Atividades de Eco Mergulho 3/5



## SSI Open Water Diver (ISO 24801-2)

### Descrição

Este programa de certificação reconhecido mundialmente é a melhor forma de iniciar a aventura de uma vida inteira como mergulhador(a) certificado(a). Formação personalizada é combinada com sessões práticas dentro de água de forma a assegurar que adquire as habilidades e experiência necessárias para se sentir realmente confortável debaixo de água. No final deste programa receberá a certificação SSI Open Water Diver. Esta certificação dá a possibilidade de mergulhar até 18m de profundidade, com um parceiro que possua certificação igual ou superior. Talvez ainda mais importante do que isso, esta certificação é a que futuramente lhe permitirá progredir na sua formação através de programas de especialidade.

### Inclui

- Aulas teóricas teórica e práticas
- Todo o equipamento necessário
- Curso de Ecologia Marinha Online (SSI Mission Deep Blue) gratuito
- Certificação SSI Open Water Diver reconhecida internacionalmente e de acordo com a norma ISO 24801-2
- Seguro

### Outras Informações

**Duração:** 3/4 dias  
**Público-alvo:** Pessoas sem certificação de mergulho  
**Mínimo:** 1 pessoa – a partir de 10 anos de idade  
**PVP:** 390€



# Atividades de Eco Mergulho 4/5

## Marine Ecology / Underwater Naturalist

### Descrição

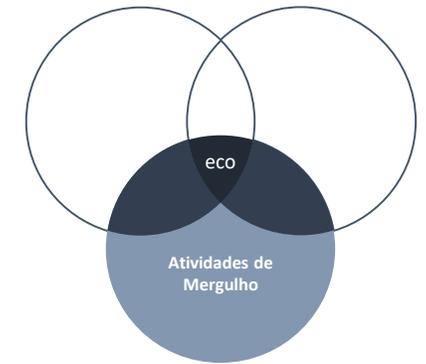
Este programa dá-nos um entendimento geral do complexo e excitante mundo da ciência da ecologia marinha, que é o estudo da interação dos organismos com o ambiente e entre eles, o fluxo de energia pelas comunidades e a ligação entre os diferentes ecossistemas marinhos. Inclui ainda o estudo e aplicação de técnicas seguras de limpeza de redes de pesca subaquáticas (ghost nets and fishing traps) Após a conclusão do programa receberá as certificações das Especialidades SSI Marine Ecology, SSI Search & Recovery e SSI Enriched Air Nitrox.

### Inclui

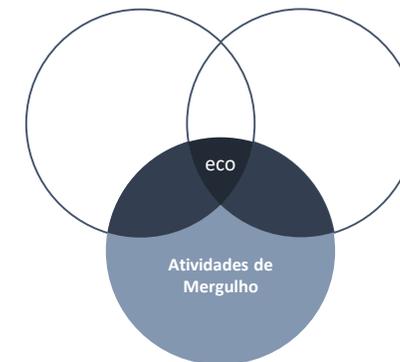
- Manuais do aluno digitais para as 3 especialidades (atualizados anualmente)
- Sessões teóricas para os cursos de especialidade
- Mergulhos no Parque Marinho Professor Luiz Saldanha
- Sessão de recolha de Ghost Nets no parque marinho
- Curso de Ecologia Marinha Online (SSI Mission Deep Blue) gratuito
- Certificações SSI Marine Ecology; SSI Search & Recovery; SSI Enriched Air Nitrox
- Seguro

### Outras Informações

**Duração:** 5 dias  
**Público-alvo:** Mergulhadores com certificação inicial Open Water Diver ou superior.  
**Mínimo:** 1 pessoa – a partir de 10 anos de idade  
**PVP:** 450€



# Atividades de Eco Mergulho 5/5



## Eco-Advanced Adventurer / Advanced Open Water Diver

### Descrição

Este programa permite-lhe experimentar cinco mergulhos em águas abertas de cinco diferentes programas de Especialidades sem ter que completar toda a Especialidade. Ganhe experiência com esta formação avançada, com a vantagem de estes mergulhos serem creditados na Especialidade se decidir terminar um ou mais Programas de Especialidades. Após a conclusão do programa receberá a certificação SSI Advanced Adventurer. Inclui ainda o estudo e aplicação de técnicas seguras de limpeza de redes de pesca subaquáticas (ghost nets and fishing traps) Após a conclusão do programa receberá as certificações de SSI Advanced Adventurer e da especialidade SSI Marine Ecology.

### Inclui

- Manuais do aluno digitais para os 2 programas de formação (atualizados anualmente)
- Sessões teóricas para os programas de formação
- Mergulhos no Parque Marinho Professor Luiz Saldanha
- Sessão de recolha de Ghost Nets no parque marinho
- Curso de Ecologia Marinha Online (SSI Mission Deep Blue) gratuito
- Certificações SSI Advanced Adventurer; e SSI Marine Ecology
- Seguro

### Outras Informações

**Duração:** 4 dias  
**Público-alvo:** Mergulhadores com certificação inicial Open Water Diver  
**Mínimo:** 1 pessoa – a partir de 10 anos de idade  
**PVP:** 450€





# Informações Adicionais

## • **Processo de Reserva**

- As reservas para todas as atividades são efetuadas através do email [activities@arrabidalife.com](mailto:activities@arrabidalife.com), no entanto estamos neste momento a implementar um sistema de gestão de reservas online (**Rezdy**) que irá permitir reservas online com confirmação automática. Este sistema está planeado ficar operacional até Maio de 2020;
- As reservas devem ser todas efetuadas até 24h antes do início previsto da atividade. No momento da reserva deve ser respondido o questionário específico para cada atividade;
- No caso das atividades que envolvem cursos de mergulho, é particularmente importante a reserva ser realizada com antecedência, de forma a se disponibilizar sem demora o livro digital para que os alunos possam iniciem o autoestudo;
- As reservas podem ser alteradas em função do estado do tempo, ou do estado do mar.

## • **Serviço de Transfer**

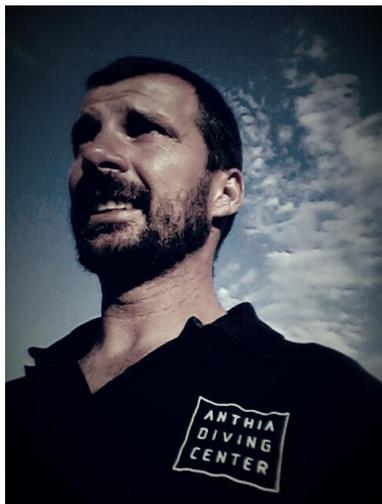
- A Arrabida Life disponibiliza um serviço de transfer, com pick-up no hotel/morada dos participantes das nossas atividades, com as seguintes condições:
- **Transfer a partir de Sesimbra:** Gratuito;
- **Transfer a partir de Lisboa:** 25€, ida e volta;
- O serviço de transfer está sujeito a disponibilidade.



ANTHIA  
DIVING  
CENTER

## A Equipa

A **Anthia Diving Center** e **Arrabida Life** contam com uma equipa multidisciplinar, de diversas origens e backgrounds, para dar aos nossos alunos e clientes o melhor serviço, com enfoque na segurança e ecologia.



**Jorge "Jori" Silva**

Diretor técnico e gerente da Anthia DC e Arrabida Life, criou a escola de mergulho da Anthia em 2004, sendo esta uma das primeiras em Sesimbra. É um dos mais experientes e reconhecidos mergulhadores de Portugal, com um estilo inconfundível.

Tendo iniciado a prática de mergulho recreativo há 30 anos, é também experiente em mergulho técnico.

Instrutor avançado de mergulho e skipper de embarcações de recreio (Patrão de Costa).



**André Guiomar**

Base Leader da Anthia DC e responsável técnico da Arrabida Life. Viveu em 7 países de 3 continentes e viajou por mais 20.

Antigo consultor para a Indústria Financeira, participou entretanto em projetos de conservação de tartarugas (Costa Rica), formação a empreendedores e Start-ups (Colômbia), sendo hoje instrutor de mergulho recreativo e skipper de embarcações de recreio (Patrão Local).



**Mónica Casaleiro**

Responsável Comercial e monitora da Arrabida Life é mergulhadora há praticamente duas décadas. Com experiência profissional desde o Mar Vermelho (no Egipto) até Cabo Verde e São Miguel nos Açores, não esquecendo os 7 anos em Sesimbra. Nos últimos anos trabalhou ativamente como Dive Travel Agent Outgoing e Incoming.

Com certificação de mergulho técnico, é instrutora de mergulho recreativo e skipper de embarcações de recreio (Patrão Local).



**Maud Charlery**

Doutorada em ecologia e biologia evolutiva e investigadora na Universidade de Lisboa.

Adora viajar - já viveu em 4 países diferentes de Europa e África.

Divemaster; apaixonada pelo mergulho desde há 4 anos. Gosta de estudar, descobrir e viver perto da natureza.

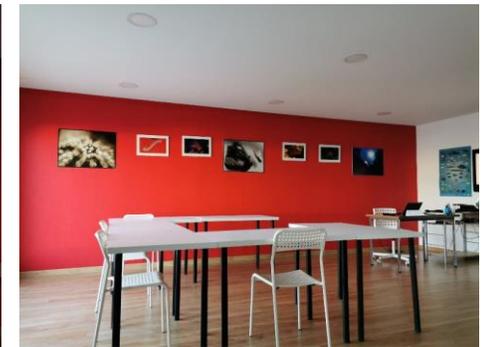


ANTHIA  
DIVING  
CENTER

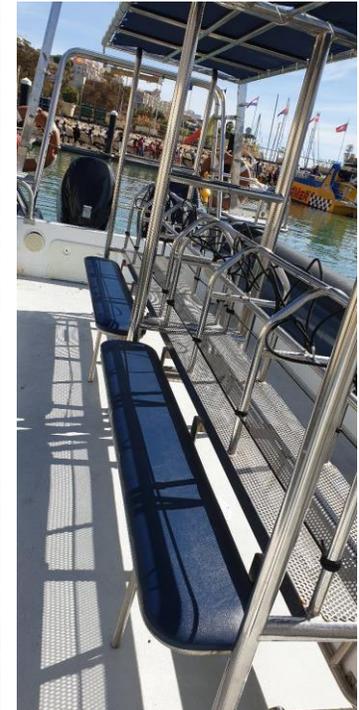
## As Infraestruturas

As instalações da **Arrabida Life** e da **Anthia Diving Center** estão localizadas na zona protegida do Parque Marinho Professor Luiz Saldanha, no Porto de Abrigo de Sesimbra onde a modernidade dos centros de mergulho se alia à autenticidade da pesca tradicional Portuguesa, criando um contexto único para a prática de desportos náuticos.

Não apenas pela localização das nossas instalações, mas também pela qualidade das nossas infraestruturas, **Arrabida Life** e da **Anthia Diving Center** destacam-se dos demais. De realçar a sala de aula de apoio a todas as atividades de mergulho, incluindo batismos e cursos, bem como as nossas embarcações: *Jori IV* e *Cetus*.



Sala de Aula



## Embarcação Jori IV

Embarcação rápida e com excelente hidrodinâmica, o que associado aos seus muito confortáveis bancos o torna ideal para passeios de longa deslocação como observação de golfinhos e viagens ao Cabo Espichel.

Bancos facilmente removíveis tornam-no também adequado ao mergulho. Os seus flutuadores de alta qualidade garantem todo o conforto aos mergulhadores a bordo.

**Motor:** Yamaha V8

**Comprimento:** 9,1m

## Embarcação Cetus

Embarcação feita de raiz para o mergulho, com todos os detalhes para dar a melhor experiência a todos os mergulhadores, independentemente do nível de experiência: Suportes de garrafas com bancos para facilitar a preparação do equipamento; boca de grande dimensão, aumentando o espaço disponível para grupos; flutuadores de grandes dimensões, aumentando o conforto em navegação; escadas em ambos os lados da embarcação; zona seca.

Possui também um WC totalmente funcional, tornando esta embarcação particularmente útil para saídas longas de mergulho, mas também para determinados tipos de passeio de barco.

**Motores:** 2 motores Suzuki de 350cv

**Comprimento:** 12m

Obrigado

