

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2014

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 124

bike.POP / LISBOA EM BICICLETA



BAIRROS e ZONAS  
de Intervenção  
Prioritária de Lisboa

**Grupo de Trabalho dos Bairros e Zonas de Intervenção Prioritária (BIP/ZIP)**

Rua Nova do Almada, nº 2 - 3º Andar 1100-060 Lisboa | Telefone: 21 322 73 60 | Email - [bip.zip@cm-lisboa.pt](mailto:bip.zip@cm-lisboa.pt)

### ENTIDADES PROMOTORAS

*Designação* POST - COOPERATIVA DE AÇÃO E INTERVENÇÃO CULTURAL, CRL

### ENTIDADES PARCEIRAS

*Designação* União Velocipédica Portuguesa - Federação Portuguesa de Ciclismo

*Designação* Grupo Desportivo da Pena

*Designação* Clube Social e Desportivo do Bairro da Boavista

---

### IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

*Designação* bike.POP / LISBOA EM BICICLETA

*BIP/ZIP em que pretende intervir*

- 10. Boavista
- 11. Bom Pastor / Issan Sartawi
- 16. Padre Cruz
- 17. Centro Histórico de Carnide
- 36. Pena
- 44. Mouraria
- 64. Anjos

### Síntese do Projecto

*Fase de execução* -----

*Fase de sustentabilidade* -----

---

### DESCRIÇÃO DO PROJECTO

#### Objetivo Geral de Projeto

*Diagnóstico* O uso da bicicleta em Lisboa apresenta múltiplas vantagens, permitindo uma mobilidade com independência e baixos custos. Numa economia marcada pela redução da oferta de transporte público e aumento crescente dos custos de circulação em automóvel, o contexto é propício para uma maior utilização da bicicleta, devendo ser criadas condições para os ciclistas circulararem com conforto e em

segurança.

O Bairro da Boavista é uma porta de entrada para Monsanto, situação reforçada com a pista de BMX e a ciclovia em construção, ligada à rede ciclável municipal. A ligação ao Bairro do Bom Pastor e à zona Norte também deverá ser potenciada para garantir a dinamização desportiva e social das comunidades a partir da aposta nos “modos suaves”, incluindo oportunidades de emprego e criação de estruturas e serviços de proximidade. No Bairro Padre Cruz, que manifestou especial preocupação com a empregabilidade e desocupação de jovens, a promoção do uso da bicicleta trará enormes vantagens a uma comunidade de grande dimensão. A recente intervenção urbanística no Centro Histórico de Carnide é também uma oportunidade para apoiar a economia local de forma inovadora. A centralidade dos Anjos, Mouraria e Pena favorece soluções de mobilidade alternativas ao automóvel como fator de desenvolvimento social.

*Temática preferencial*

Competências e Empreendedorismo

*Destinatários preferenciais*

Comunidade

*Objectivo geral*

O projeto promoverá a prática do ciclismo na zona Ocidental, Norte e Centro de Lisboa, ligando diferentes BIPZIP nos quais as atividades previstas apoiam o uso da bicicleta em contexto desportivo, recreativo e quotidiano, e respetiva disseminação. Estas ações visam transformar positivamente as respetivas comunidades, recorrendo ao potencial simbólico e concreto da bicicleta. Pretende-se, assim, alargar o sucesso e os benefícios do projeto “bike.POP/Lisboa em Bicicleta”, iniciado em 2013, consolidando a presença na zona Centro e Ocidente, e chegando agora à zona Norte da cidade. No Bairro da Boavista serão apoiados os investimentos recentes da CML, nomeadamente:

- ciclovia
- pista de BMX Race e bicicletas

O projeto potenciará a ligação aos Bairros do Bom Pastor, Centro Histórico de Carnide e Padre Cruz, servidos por ciclovias próximas, maximizando o retorno das atividades bike.POP, e melhorando a acessibilidade e competitividade destas comunidades.

Na Zona Centro, consolidar-se-á o trabalho junto de residentes e trabalhadores, alargando o projeto à Pena, onde se dará resposta a preocupações expressas pela comunidade, melhorando a segurança e o leque de serviços e equipamentos disponíveis.

Identificam-se três Eixos de Ação complementares, abrangendo diferentes usos da bicicleta, concretizados em medidas de impacto concreto e mensurável:

1. Criar estruturas e serviços de apoio;
2. Disseminar conhecimento e formar profissionais;
3. Valorizar culturalmente a bicicleta.

As atividades previstas reforçam-se mutuamente, ao nível do envolvimento da comunidade, visando:

- Incrementar a autonomia, segurança e mobilidade;



- Dignificar e melhorar a visibilidade da bicicleta
- Contribuir para o desenvolvimento da comunidade, recorrendo a boas práticas
- Criar oportunidades de profissionalização e empregabilidade
- Incentivar comportamentos saudáveis, individualmente e em grupo
- Aumentar a auto-estima da comunidade e a qualidade/fruição do espaço público

## Objetivos Específicos de Projeto

### Objetivo Específico de Projeto 1

#### *Descrição*

CRIAR ESTRUTURAS E SERVIÇOS DE APOIO

- a) Criar condições concretas para a promoção e uso da bicicleta, garantindo à população o acesso a equipamentos, materiais e serviços
- b) Implementar uma plataforma sustentável e geradora de oportunidades profissionais e sociais
- c) Garantir segurança e conforto aos utilizadores da bicicleta, ampliando a sua mobilidade e autonomia

Propõe-se a implementação de uma inovadora Oficina-Bicicleta itinerante, de apoio à reparação e manutenção da bicicleta, que servirá de forma rotativa as zonas de intervenção do projeto, potenciando os recursos técnicos e humanos das Oficinas Sociais em funcionamento no Bairro da Boavista e Mouraria/Anjos.

As duas Oficinas Sociais "bike.POP" constituem espaços de apoio à manutenção da bicicleta, sendo fundamentais para ministrar os cursos na área da mecânica, ampliando a bolsa de mecânicos de bicicleta na cidade. A partir destas Oficinas serão desenvolvidas várias atividades com a comunidade, como empréstimo de bicicletas ou realização de campanhas de angariação de peças e bicicletas para recuperar e disponibilizar aos residentes.

Na sequência do lançamento do primeiro "Táxi a Pedal" de Lisboa, será disponibilizado um serviço de "Mudanças a Pedal", disponível para todos os residentes dos Bairros de intervenção do projeto, mediante marcação.

Prevê-se também a colocação de estruturas para estacionar bicicletas na rua, em segurança, nos Bairros do Bom Pastor, Padre Cruz, Centro Histórico de Carnide e Pena.

#### *Sustentabilidade*

A Oficina-Bicicleta itinerante é um veículo robusto e de baixa manutenção, permitindo um retorno por um período mínimo de 5 anos. Serão estabelecidas parcerias com entidades públicas e privadas, apoiando a iniciativa, e o



fornecimento de peças e consumíveis será suportado pelos clientes e atividade corrente. Tal como no serviço de "Mudanças a Pedal" (que utilizará o mesmo veículo, em momentos distintos), prevê-se que o trabalho dos mecânicos-motoristas seja remunerado de forma progressiva pelo serviço realizado.

O acompanhamento do projeto será assegurado inicialmente pela entidade promotora, mas prevê-se que os participantes nos cursos de formação assumam progressivamente esta responsabilidade, com vista ao desenvolvimento de oportunidades de trabalho pela prestação de serviços à comunidade.

Prevê-se que a atividade desenvolvida no âmbito do projeto gere a receita necessária para remunerar os mecânicos-motoristas envolvidos.

No caso dos estacionamento de bicicleta, estes implicam manutenção mínima e elevada durabilidade.

#### MONITORIZAÇÃO

Registos de utilização, questionários aos participantes

Frequência e tipo de utilização da Oficina-Bicicleta

Frequência e tipo de utilização da oficina em regime em

regime de prestação de serviços

Stocks de peças e consumíveis

Frequência de utilização do serviço de transporte de carga

Ocupação média dos lugares de estacionamento

Satisfação dos utilizadores

### Objetivo Específico de Projeto 2

#### Descrição

DISSEMINAR CONHECIMENTO E FORMAR PROFISSIONAIS

a) Motivar e capacitar os participantes para utilizarem em condições de conforto e segurança a bicicleta na cidade, bem como para assegurar a sua manutenção e reparação de forma adequada, eficaz e eficiente;

b) Desenvolver competências profissionais na área da mecânica, criando oportunidades para o seu exercício e valorização através da prestação de serviços à comunidade.

Saber pedalar com segurança é uma competência básica, tal como caminhar ou nadar, e que traz múltiplas vantagens a todos os que dominam esta técnica. Adicionalmente, a aquisição de conhecimentos acerca da melhor forma de circular no meio do trânsito em velocípede é não só uma maneira de empoderar os ciclistas, mas principalmente de garantir a sua segurança.

Para atingir este objetivo, serão ministradas várias ações de formação para utilizadores (e potenciais utilizadores), incluindo também a área da mecânica, dirigidas aos residentes e trabalhadores nos Bairros de intervenção.

Paralelamente, serão ministrados 2 cursos profissionais na área da mecânica, com o apoio técnico de dois parceiros de referência na área: a BikeRight! (cooperativa sediada no



Reino Unido, e que ministra cursos equivalentes há vários anos, com homologação) e a Federação Portuguesa de Ciclismo, para quem pretender começar a trabalhar, prestando serviços de nível profissional em contexto de oficina.

**Sustentabilidade**

As ações de formação para utilizadores de bicicleta permitirão a disseminação e replicação de conhecimentos específicos, criando um mercado para ações futuras, visando serem auto-sustentáveis.

Os formandos dos curso de mecânica irão adquirir competências especializadas (ao nível da mecânica de bicicletas, mas também de gestão de loja), que ampliam as perspectivas de empregabilidade na área, nomeadamente nos espaços "bike.POP", na Oficina-Bicicleta ou também noutros locais, num setor onde existe crescente procura de mão-de-obra especializada.

Em relação às ações de formação, as aptidões desenvolvidas revestem-se de extrema utilidade para os formandos, pelo seu aspeto prático, que beneficiará todos os que pretendam continuar a usar a bicicleta, seja em contexto desportivo, recreativo ou quotidiano.

**MONITORIZAÇÃO**

- Incremento no número de pessoas que adquirem competência motoras para andar de bicicleta
- Incremento no número de utilizadores de bicicleta que adquirem competência para conduzir na cidade, de forma correcta e segura
- Incremento na percentagem de utilizadores que consegue manter e reparar a sua bicicleta, de forma autónoma
- Aumento do número de residentes exercendo actividade profissional ligada à bicicleta, em tempo parcial/completo

**Objetivo Específico de Projeto 3**

**Descrição**

VALORIZAR CULTURALMENTE A BICICLETA

- a) Sensibilizar a população para as vantagens da utilização da bicicleta no quotidiano, enquanto instrumento de empoderamento individual e comunitário, acessível a todos
- b) Consolidar a integração da bicicleta na vida social e cultural das comunidades
- c) Melhorar a qualidade de vida das populações, com impactos positivos na saúde pública, ambiente e redução do isolamento social.

Um dos principais impedimentos ao uso da bicicleta é o preconceito associado à sua utilização fora do contexto desportivo/recreativo, mas que pode ser ultrapassado demonstrando as diferentes formas que a bicicleta tem para melhorar a qualidade de vida das pessoas.

O convívio em atividades e eventos em contexto "amigo da bicicleta", assim como a disseminação de boas práticas, conteúdos inovadores e casos de sucesso, é determinante para a mudança de atitudes, integrando o exercício físico no quotidiano, com vantagens na saúde e economia de cada

um, mas também para a comunidade. Para atingir este objetivo, serão desenvolvidas atividades que contribuirão decisivamente, de forma proativa, para eliminar os obstáculos mentais à prática. Complementarmente, será organizado um colóquio/debate em conjunto com a Estrada Viva, que mobilizará diversas entidades dos Bipzip de intervenção do projeto, para apresentar os resultados obtidos e discutir a questão do potencial da bicicleta enquanto instrumento de transformação positiva da sociedade.

#### *Sustentabilidade*

A disseminação da bicicleta traz vantagens económicas imediatas e mediatas, quer para os seus utilizadores quer para a cidade, que é beneficiada com o maior recurso a modos suaves de mobilidade (ao nível do ambiente, saúde, economia, cidadania, mobilidade, etc. Espera-se que, tal como tem sucedido noutras cidades, a bicicleta ganhe crescente expressão, com a disseminação de boas práticas, comportamentos e atitudes. Prevê-se que sejam estabelecidas parcerias com grupos locais nos diferentes Bairro, permitindo assegurar a continuidade da realização de eventos e atividades ligadas à bicicleta, autosustentáveis pela obtenção de apoios ou geração de receitas próprias.

#### MONITORIZAÇÃO

- Aumento gradual e consistente do número de utilizadores quotidianos
- Continuação das actividades realizadas para além do período de implementação do projeto
- Incremento da perceção da bicicleta como meio de transporte urbano viável, acessível e moderno
- Capacidade de mobilização da comunidade para atividades relacionadas com a cultura da bicicleta, durante e após o período de implementação do projeto

---

### CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

#### *Actividade 1*

Núcleo de Ciclismo da Boavista

#### *Descrição*

Com o propósito de dinamizar a prática do ciclismo, em particular junto dos mais jovens, pretende-se consolidar o Núcleo de Ciclismo do Bairro da Boavista, com diferentes vertentes, aproveitando a pista de BMX Race que está em fase de construção, e que será a única na zona de Lisboa. Por um lado, a dinamização da prática BMX Race, modalidade olímpica que tem tido enorme sucesso noutros países, e com especial apelo junto dos mais jovens, irá trazer visibilidade ao Bairro, com a possibilidade de participação em eventos que são realizados todos os anos, em todo o país. Trata-se de um desporto que é possível praticar a partir dos 4 anos, e que valoriza uma atitude "radical" que seduz os mais novos para a prática da modalidade, e que tem



cada vez mais constituído uma porta de entrada na modalidade do ciclismo.

Também se pretende dinamizar um grupo de BTT e Cicloturismo, com participantes do Bairro da Boavista e zonas envolventes. A proximidade com o Parque Florestal de Monsanto é uma enorme vantagem para uma prática benéfica para a saúde física e mental, aberta à participação de pessoas de todas as idades. A vertente desportiva e recreativa é uma das melhores formas de incentivar o ciclismo, e a sua prática noutros contextos.

**Recursos humanos**

Será destacado um treinador (selecionado pela FPC) que irá dinamizar esta área de atividade, em conjunto com as restantes entidades ligadas ao projeto, que irão garantir a necessária coordenação de atividades e promoção junto da comunidade. O trabalho regular do treinador será remunerado pelo projeto, prevendo-se que a realização de atividades e provas na Pista possam progressivamente gerar as receitas necessárias para manter a atividade do Núcleo de Ciclismo.

**Local: morada(s)**

-

**Local: entidade(s)**

-

**Resultados esperados**

- a) Criar o Núcleo de Ciclismo da Boavista, com um mínimo de 50 participantes
- b) Motivar a comunidade para a prática orientada do ciclismo, participando em eventos e atividades dentro e fora do Bairro da Boavista
- c) Reduzir o sedentarismo, e divulgar/valorizar a bicicleta
- d) Dinamizar a Pista de BMX Race
- e) Apoiar a realização de provas na Pista
- f) Aumentar as atividades em bicicleta envolvendo a comunidade do Bairro

**Valor**

2750.00 EUR

**Cronograma**

Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12

**Periodicidade**

Semanal

**Nº de destinatários**

50

**Objectivos específicos para que concorre**

2, 3

**Actividade 2**

Oficina-Bicicleta itinerante

**Descrição**

Desenvolvimento e apetrechamento de uma Oficina-Bicicleta, que prestará serviço regular e rotativo de apoio à reparação e manutenção de velocípedes em cada um dos Bairros de intervenção do projeto. Este equipamento é decisivo para promover a bicicleta nos Bairros, empoderando os utentes. A qualidade, proximidade e



regularidade do serviço prestado, favorecerá a sua utilização por parte dos ciclistas que residem e trabalham nos Bairros.

Para conveniência dos utilizadores, será criada uma tabela de datas/horários/locais, onde a Oficina-Bicicleta estará disponível. Constituindo um elemento de grande visibilidade do projeto, a Oficina-Bicicleta percorrerá a cidade ao longo do ano, estacionando periodicamente em local público e central de cada Bairro, para prestar serviços simples de mecânica e aconselhamento aos utentes. A Oficina-Bicicleta estará apetrechada com um kit de ferramentas, "stand" de reparação de bicicleta e bomba de ar, consumíveis e peças de substituição (privilegiando a recuperação e reutilização em detrimento da aquisição de peças novas). Serão também disponibilizados materiais de divulgação e informação. Será recrutado pelo menos um mecânico estagiário para assegurar este serviço.

Progressivamente, prevê-se que a Oficina-Bicicleta seja autosustentável, gerando oportunidades de trabalho para os participantes no curso de mecânica desenvolvido pelo projecto.

**Recursos humanos**

A entidade promotora assegurará o planeamento, gestão global e manutenção da Oficina-Bicicleta, garantindo a seleção e formação de mecânicos, e definindo os respetivos horários, percursos e locais de atividade. Será também responsável pela promoção da iniciativa e articulação institucional inerente à sua implementação. Todos os utentes deverão efectuar um registo gratuito que garante o acesso ao serviço, para fins estatísticos. Prevê-se a possibilidade de estabelecimento de parcerias com entidades privadas e públicas, que contribuam para assegurar a sustentabilidade da Oficina-Bicicleta.

**Local: morada(s)** -

**Local: entidade(s)** -

**Resultados esperados**

- a) Implementar o primeiro serviço regular de Oficina-Bicicleta, garantindo as condições para a sua sustentabilidade;
- b) Aumentar a segurança na estrada, assim como a autonomia e conforto dos ciclistas-utentes;
- c) Criar um hábito de utilização da Oficina-Bicicleta, reforçando o seu carácter de espaço de promoção da cultura da bicicleta, de encontro e troca de ideias e experiências;
- d) Criar uma plataforma para o desenvolvimento de oportunidades profissionais na área da mecânica

**Valor** 7500.00 EUR

**Cronograma** Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12

**Periodicidade** Semanal



<i>Nº de destinatários</i>	1000
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
<b>Actividade 3</b>	Estacionamentos de Bicicleta
<i>Descrição</i>	<p>Instalação de 200 lugares de estacionamento de bicicleta em locais estratégicos nos Bairros Padre Cruz, Centro Histórico de Carnide, Bom Pastor e Pena.</p> <p>A disponibilidade de lugares confortáveis e seguros para o estacionamento de bicicletas facilitará e favorecerá o aumento da sua utilização, prevenindo eventuais furtos. Constituirão também um elemento de promoção do projeto, que associará os estacionamentos ao serviço de Oficina-Bicicleta e às ações de formação em mecânica e condução.</p> <p>Por outro lado, a colocação destas estruturas representará um contributo fundamental para organizar o espaço urbano, evitando o estacionamento desordenado no passeio, em árvores, ou outras estruturas desaconselhadas.</p> <p>As estruturas de estacionamento serão distintas, robustas e apelativas, enquadrando-se no contexto envolvente, e apresentarão sinal/placa com menção ao projeto.</p>
<i>Recursos humanos</i>	A entidade promotora coordenará a avaliação dos locais preferenciais para instalação dos equipamentos em cada um dos bairros, em articulação com as respetivas Juntas de Freguesia, CML e PSP. Sob o acompanhamento de profissionais devidamente habilitados, proceder-se-à à selecção, aquisição e colocação das estruturas em conformidade com os necessários requisitos técnicos e legais.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	<p>a) Instalar 200 novos lugares de estacionamento adequados para bicicletas, promovendo a sua utilização e reduzindo significativamente a probabilidade de ocorrência de furtos</p> <p>b) Ordenar o estacionamento de bicicletas nas áreas abrangidas pelo projeto</p> <p>c) Aumentar a visibilidade da bicicleta e dignificar a utilização deste modo de transporte</p> <p>d) Promover o projeto, e em particular o serviço de Oficina-Bicicleta, "Mudanças a Pedal" e as ações de formação</p>
<i>Valor</i>	11300.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Diário
<i>Nº de destinatários</i>	1000

*Objectivos específicos para que concorre*

1

**Actividade 4**

Sessões de formação / "workshops"

**Descrição**

Realização de "Workshops" gratuitos, de curta duração, dirigidos a utilizadores e potenciais utilizadores da bicicleta dos Bairros, por instrutores certificados. Estas acções de formação terão componente teórica e prática, com um importante papel na divulgação do projeto e recursos disponíveis, garantindo a utilização das duas Oficinas Sociais e da Oficina-Bicicleta. Será também aproveitada a parceria com o CSDBB e GDP no que respeita à utilização dos seus espaços para realização do curso "Aprender a Pedalar".

As acções abrangerão três áreas distintas:

- "Aprender a Pedalar"

Dirigido a pessoas que não sabem andar de bicicleta e desejam aprender, ou que pretendam voltar a fazê-lo com confiança.

- "Condução de Bicicleta em meio Urbano" (Nível 1 e 2)

Através de sessões teóricas e práticas de iniciação à condução de bicicleta no trânsito, pretende-se dotar os participantes com conhecimentos que lhes permitam usar a bicicleta e a circular na estrada em segurança e com confiança

- "Mecânica Simples de Bicicleta"

Ensinam-se os participantes a resolver problemas mecânicos com poucas ferramentas. Este curso é pensado na óptica do utilizador, privilegiando o uso das ferramentas mais comuns, mas também soluções inventivas que possam solucionar os problemas identificados.

**Recursos humanos**

Prevê-se a realização de 28 sessões nos Bairros, distribuídas da seguinte forma:

- "Aprender a Pedalar" - 14 sessões

- "Condução de Bicicleta em Meio Urbano" - 7 sessões

- " Mecânica Simples de Bicicleta" - 7 sessões

A formação será coordenada pela entidade promotora e entidades parceiras, que também disponibilizarão todos os recursos pedagógicos necessários.

As actividades estarão cobertas por seguro de responsabilidade civil e acidentes pessoais.

**Local: morada(s)**

-

**Local: entidade(s)**

-

**Resultados esperados**

a) Realizar 28 sessões de formação, envolvendo 3 a 10 participantes em cada uma delas;

b) Estimular e capacitar os residentes para a aquisição de novas competências ligadas à utilização da bicicleta, disseminando conhecimentos e experiências

c) Garantir a utilização dos recursos disponíveis no âmbito



	do projecto, nomeadamente a Oficina-Bicicleta e as Oficinas Sociais.
<i>Valor</i>	3850.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	150
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	2
<i>Actividade 5</i>	Cursos Profissionais de Mecânica de
<i>Descrição</i>	<p>Realização de cursos de formação profissional em mecânica da bicicleta, particularmente orientados para os residentes dos Bairros.</p> <p>Estes cursos constituirão uma oportunidade de formação profissional específica e com perspetivas de procura crescente no nosso mercado.</p> <p>Será implementado um modelo de curso segundo um modelo adequado aos potenciais interessados, prevendo-se uma carga horária de 80 horas e a realização de 2 cursos.</p> <p>O curso será devidamente certificado para os participantes com aproveitamento, e incluirá os seguintes módulos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- História e Cultura da Bicicleta</li> <li>- Ferramentas e Oficina</li> <li>- Diagnóstico, Manutenção e Reparação</li> <li>- Geometria e Ergonomia</li> <li>- Estética e Segurança</li> <li>- Gestão de Oficina</li> </ul> <p>Prevê-se que cada curso seja realizado com participantes dos diferentes Bairros, o que permitirá a troca de ideias, sugestões e experiências distintas, reforçando os objectivos do projecto.</p>
<i>Recursos humanos</i>	<p>A entidade promotora e a FPC, com o importante apoio da BikeRight!, desenvolverão e implementarão os cursos, promovendo a sua frequência junto dos potenciais interessados. A estrutura do curso contará com diferentes formadores especializados nas diferentes áreas. A participação é totalmente gratuita para os residentes nos bairros de intervenção do projeto, mediante inscrição, que garante bolsa de alimentação aos participantes, bem como um certificado de formação e cobertura de seguro de acidentes pessoais.</p>
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	a) Formar 12 mecânicos de bicicleta, devidamente preparados

para assegurar a prestação de serviços profissionais em oficina;  
 b) Constituir uma "bolsa" de potenciais interessados na dinamização e sustentabilidade das Oficinas Sociais  
 c) Facilitar a prestação, formal ou informal, de serviços de mecânica nos Bairros de intervenção do projecto

*Valor*  
*Cronograma*  
*Periodicidade*  
*Nº de destinatários*  
*Objectivos específicos para que concorre*

5250.00 EUR  
 Mês 7, Mês 8, Mês 11, Mês 12  
 Semanal

12  
 2

**Actividade 6**

"Táxi" Social e Mudanças a Pedal

**Descrição**

O "Riquexó" é um veículo a pedais (com assistência eléctrica) que funcionará como um serviço ocasional de transporte de passageiros porta-a-porta, ou em modo carga para pequenas mudanças e transporte de carga dentro ou entre os bairros de intervenção.  
 O serviço será gratuito, mediante marcação, para os utentes residentes nos bairros, sendo os custos associados a manutenção e consumíveis suportados por publicidade, recorrendo ao imenso potencial do veículo, devidamente caracterizado.  
 A sua utilização permitirá demonstrar a viabilidade dos modos suaves de transporte para utilizações específicas de proximidade, ainda que para transportar volumes maiores ou mais pesados, cujo seu transporte recorre normalmente a veículos motorizados, e garantir enorme visibilidade mediática, enquanto meio de transporte inovador, eficaz e eficiente.  
 Prevê-se uma disponibilidade diária, mediante marcação, que beneficiará uma faixa da população quanto à sua capacidade de mobilidade, de forma sustentável, rápida e segura.  
 O "Riquexó" permite o transporte de passageiros em condições de conforto e segurança, com ênfase nas deslocações de carácter prioritário (designadamente consultas e exames médicos, entre outros).  
 Será também possível prestar serviços personalizados de "estafeta", entregando ao domicílio produtos específicos junto de consumidores com mobilidade reduzida, quando não estão disponíveis perto das suas residências.

**Recursos humanos**

Os condutores seleccionados terão as aptidões e formação técnica necessária para o desempenho das funções, assegurando a segurança, eficiência e agradabilidade do transporte. Prevê-se o recrutamento de 6 motoristas.

*Local: morada(s)*

-





Serão particularmente monitorizados os aspectos identificados nos Objetivos Específicos do projeto. Os resultados serão apresentados a todas as entidades envolvidas até 3 meses após conclusão do projeto.

<i>Recursos humanos</i>	O processo de monitorização e avaliação será da responsabilidade da FPC, em conjunto com os restantes parceiros. Esta entidade garantirá todos os meios técnicos e humanos necessários para o desenvolvimento com sucesso das actividades inerentes à produção do relatório final de avaliação.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	<p>a) Produzir Relatório de Avaliação do projecto</p> <p>b) Criar condições para maximizar os recurso investidos no projecto, designadamente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- garantindo a adequação das opções a tomar ao longo do projecto, com vista à autosustentabilidade da Oficina-Bicicleta, serviço de transporte a pedal (passageiros e carga) e outras atividades</li> <li>- maximizando o impacto do projeto junto da população residente</li> <li>- assegurando transparência na apresentação de resultados junto de todas as entidades envolvidas e que se associem ao projecto (parceiros, mecenas e patrocinadores)</li> </ul>
<i>Valor</i>	1000.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Semanal
<i>Nº de destinatários</i>	250
<i>Objectivos especificos para que concorre</i>	2, 3
<i>Actividade 8</i>	Produção de Conteúdos
<i>Descrição</i>	<p>Produção de registo vídeo e fotográfico, acompanhando toda a implementação do projecto LISBOA DE BICICLETA/bike.POP. Os conteúdos serão produzidos segundo exigentes princípios ao nível do argumento, realização, meios técnicos e abordagem audiovisual, para viabilizar a exibição televisiva e a distribuição internacional do filme em festivais temáticos ligados à arte e à bicicleta. Prevê-se a finalização do filme até 3 meses após conclusão do projecto.</p> <p>Complementarmente, e a partir do trabalho realizado, serão produzidos diferentes spots vídeo ao longo do projecto, para assegurar a respectiva promoção e rentabilizar o</p>

investimento efectuado.

Ao longo do projecto, será também efectuado um registo fotográfico profissional.

O filme será apresentado à população dos Bairros, em evento especial a realizar em colaboração com as entidades parceiras locais.

**Recursos humanos**

A realização e produção do vídeo estará cargo de uma equipa com créditos firmados nesta área, sob coordenação da entidade promotora. A equipa de rodagem terá acesso a todas as actividades realizadas no âmbito do projecto, com vista ao aperfeiçoamento do guião.

Serão estabelecidas parcerias com entidades nacionais e internacionais ligadas ao documentário e ao tema da bicicleta e da cidade, apoiando a disseminação do produto final.

**Local: morada(s)**

-

**Local: entidade(s)**

-

**Resultados esperados**

- a) Produção de vídeo sobre o projecto, em formato digital, que permitirá o registo das actividades e modelo de implementação adoptado, com elevada qualidade
- b) Produção de um conjunto de spots vídeo acompanhando o projecto, promovendo o envolvimento da população enquanto o mesmo está em curso
- c) Produção de um registo fotográfico de qualidade, promovendo regularmente as actividades do projecto, e que ficará disponível para uso futuro

**Valor** 4000.00 EUR

**Cronograma** Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12

**Periodicidade** Mensal

**Nº de destinatários** 1000

**Objectivos específicos para que concorre** 3

**Actividade 9**

Divulgação e promoção do projecto

**Descrição**

A divulgação desta iniciativa é fundamental para assegurar o seu sucesso, fazendo chegar à população-alvo a informação necessária relativamente às actividades que serão realizadas.

Prevê-se a produção dos seguintes meios promocionais:

- cartazes e folhetos informativos/promocionais
- produção de spots vídeo
- site/blog
- comunicados de imprensa periódicos
- t-shirts e outros elementos promocionais





Serão usados os seguintes canais e iniciativas de divulgação:

- eventos de apresentação [nível local]
- meios de comunicação social tradicional (imprensa, rádio, tv)
- internet (site/blog; redes sociais; "mailing-lists" temáticas)
- entidades parceiras e canais oficiais de divulgação
- afixação de cartazes e distribuição de folhetos em locais estratégicos

Prevê-se também o recurso a assessoria de imprensa específica para o projecto, ao longo de todo o período de implementação do mesmo, maximizando a cobertura mediática, mas principalmente garantindo divulgação aprofundada da iniciativa, e coordenação com canais privilegiados (Jornal Pedal e Revista Freebike, entre outros).

**Recursos humanos** A coordenação da promoção do projecto estará a cargo da entidade promotora.  
Prevê-se o estabelecimento de parcerias ao nível da assessoria de imprensa e design de meios, garantindo uma elevada qualidade e impacto dos mesmos.  
A produção de vídeos promocionais estará a cargo da entidade que assegurará a produção do documentário sobre o projecto.

**Local: morada(s)** -

**Local: entidade(s)** -

**Resultados esperados**

- a) Assegurar a participação prevista no projecto por parte da população-alvo nos Bairros de inserção
- b) Divulgar a iniciativa junto do grande público, obtendo notoriedade para a mesma e para a questão dos BIP/ZIP em Lisboa

**Valor** 2500.00 EUR

**Cronograma** Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12

**Periodicidade** Semanal

**Nº de destinatários** 1500

**Objectivos específicos para que concorre** 3

**Actividade 10** Passeios/Encontros BIP/ZIP em bicie

**Descrição** Realização de 2 Passeios/Encontros BIP/ZIP em Bicicleta ao longo da implementação do projecto, envolvendo os Bairros do projecto.  
Cada passeio, aberto à participação de todos (residentes e não residentes), terá sempre um percurso diferente e



acessível, que passará por todos os Bairros de intervenção do projecto, e terminará com um Convívio / "Bike-Nic" em cada um dos Bairros, em local aprazível, onde também estarão disponíveis atividades e jogos em bicicleta (mini-bicicletas, "tall-bikes", batidos a pedal, competição "bikesprints". Cada passeio terá características diferentes e apelativas, devidamente publicitadas, para estimular a participação.

Estes passeios permitirão estimular o convívio entre utilizadores de bicicleta dos diferentes Bairros, que poderão experimentar zonas e percursos para circular pela cidade, devidamente acompanhados por utilizadores de bicicleta de outras zonas da cidade. Por outro lado, todos os participantes poderão assim conhecer como estão a ser implementadas as diferentes Oficinas Comunitárias. Estes Passeios serão uma celebração da bicicleta e do projeto, e uma excelente oportunidade para promover a iniciativa LISBOA DE BICICLETA/bike.POP junto da população em geral, tradicionalmente mais receptiva à participação em eventos lúdicos/recreativos. Será efectuado um esforço particular para envolver famílias e elementos de todas as idades.

**Recursos humanos**

A entidade promotora, em conjunto com parceiros e entidades apoiantes do projecto, definirão o percurso e locais de passagem para cada passeio, e assegurarão a equipa de "safety-riders". Os jogos e actividades do convívio / "Bike-Nic" serão implementados sob responsabilidade e coordenação da entidade promotora. Serão mobilizadas as diferentes Instituições Locais (Clubes, Escolas, etc.) para participarem e promoverem o envolvimento da população nas acções. Os passeios cumprirão todos os requisitos legais e técnicos necessários, incluindo informação prévia às autoridades e disponibilização de seguro aos participantes. A Oficina-Bicicleta dará o apoio mecânico necessário ao Passeio.

**Local: morada(s)**

-

**Local: entidade(s)**

-

**Resultados esperados**

- a) Realizar 2 Passeios/Encontros BIP/ZIP (Monsanto - Centro; Centro - Monsanto), seguidos de convívio c/ "Bike-Nic" e atividades/jogos em bicicleta
- b) Despertar o interesse da comunidade em relação ao projecto e às Oficinas Sociais
- c) Divulgar percursos cicláveis na cidade, ligando os Bairros de intervenção do projeto, de formas diferentes, e em segurança
- d) Criar um espaço/evento de convívio no seio da comunidade de utilizadores de bicicleta, ao nível intra e inter-Bairro

**Valor**

1500.00 EUR

**Cronograma**

Mês 10, Mês 12



<i>Periodicidade</i>	Mensal
<i>Nº de destinatários</i>	0
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	3
<i>Actividade 11</i>	Oficinas Sociais
<i>Descrição</i>	As duas Oficinas Sociais "bike.POP", no Intendente e Bairro da Boavista, constituem espaços-âncora de apoio ao Projecto. Estas Oficinas, equipadas com uma vasta diversidade de ferramentas e consumíveis para bicicletas, são fundamentais para ministrar os cursos na área da mecânica, ampliando a bolsa de mecânicos de bicicleta na cidade. São também espaços de encontro e partilha de informação sobre o projecto, para além de disponibilizarem um serviço de mecânica especializada, a preços acessíveis. A partir destas Oficinas serão desenvolvidas várias atividades com a comunidade, como empréstimo de bicicletas ou realização de campanhas de angariação de peças e bicicletas para recuperar e disponibilizar aos residentes.
<i>Recursos humanos</i>	Através do Curso de Formação Profissional de Mecânica de Bicicleta, particularmente orientados para os residentes dos bairros, pretende-se formar futuros mecânicos, sendo as Oficinas Sociais um bom local para formação em modo de estágio dos formandos, onde desenvolverão competências especializadas (ao nível da mecânica de bicicletas, mas também de gestão de loja, que ampliam as perspectivas de empregabilidade na área, num setor onde existe crescente procura de mão-de-obra especializada). Prevê-se a manutenção de dois postos de trabalho a tempo inteiro, e o recurso à contratação de um estagiário através da Medida Estágios-Emprego do IEFP.
<i>Local: morada(s)</i>	-
<i>Local: entidade(s)</i>	-
<i>Resultados esperados</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Acolher as aulas práticas dos Cursos Profissionais de Mecânica de Bicicleta</li> <li>2. Acolher as ações de formação em mecânica de Bicicleta</li> <li>3. Criar pontos de apoio e divulgação do Projecto</li> <li>4. Implementar um espaço de promoção da cultura da bicicleta, de encontro e troca de ideias e experiências;</li> <li>5. Criar uma plataforma para o desenvolvimento de oportunidades profissionais na área da mecânica</li> </ol>
<i>Valor</i>	3600.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12

*Periodicidade* Diário

*Nº de destinatários* 800

*Objectivos específicos para que concorre* 1, 2, 3

**MONITORIZAÇÃO DE PROJETO**

**Rede (resultados)**

*Nº de parceiros mobilizados* -----

**Constituição da equipa de projeto**

**Criação de emprego (Impacto)**

*Nº de novos postos de trabalho criados com a constituição da equipa de projeto (com uma afetação >= 75%)* -----

*Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto* -----

**Destinatários (Resultados)**

*Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas)* -----

*Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes* -----

*Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes* -----

**Equidade**

*Nº de destinatários com deficiência / doença mental* -----

*Nº de destinatários mulheres* -----

*Nº de destinatários desempregados* -----

*Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)* -----



Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	-----
Nº de destinatários imigrantes	-----
<b>Produtos/Elementos tangíveis da intervenção</b>	
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	-----
Nº de intervenções em edificado para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade	-----
Nº de intervenções no espaço público	-----
Nº de publicações criadas	-----
Nº de páginas de Internet criadas	-----
Nº de páginas de facebook criadas	-----
Nº de vídeos criados	-----
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	-----
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	-----

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO**

**Financiamento BIP/ZIP solicitado**

Encargos com pessoal interno	15200.00 EUR
Encargos com pessoal externo	6750.00 EUR
Deslocações e estadias	2000.00 EUR
Encargos com informação e publicidade	4300.00 EUR
Encargos gerais de funcionamento	4200.00 EUR
Equipamentos	16250.00 EUR
Obras	1300.00 EUR
<b>Total</b>	<b>50000 EUR</b>

**Montante de apoio financeiro por entidade promotora**

*Entidade* POST - COOPERATIVA DE AÇÃO E INTERVENÇÃO CULTURAL, CRL



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

*Valor* 50000.00 EUR

**Outras fontes de financiamento e respectivos montantes**

*Entidade* Associação Renovar a Mouraria

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 2500.00 EUR

*Descrição* Cedência de espaço "Mouradia" para a realização de acções de formação e outros eventos;  
Apoio à divulgação das actividades e mobilização junto da comunidade;  
Envolvimento nas acções desenvolvidas no âmbito do projecto, nomeadamente nos bairros de intervenção do projecto adjacentes à zona da Mouraria;  
Permuta de espaço promocional no Jornal "Rosa Maria" com o "Jornal Pedal".

*Entidade* ARMA - Associação Recreativa de Moradores e Amigos do Bairro da Boavista

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 5000.00 EUR

*Descrição* Cedência pelo período integral de duração do projeto, de uma sala localizada no espaço de Comunidade de Partilha para funcionamento de uma Oficina de bicicletas e ponto de apoio à promoção da "mobilidade suave" no Bairro;  
Apoio à divulgação das atividades e mobilização junto da comunidade;  
Envolvimento nas ações desenvolvidas no âmbito do projeto.

*Entidade* BICIWAY Soluções de Mobilidade em Bicicleta

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 3000.00 EUR

*Descrição* Consultoria técnica na instalação de estacionamento de bicicleta, e apoio na seleção dos respetivos locais;  
Apoio à divulgação do projeto.

*Entidade* BikeRight!

*Tipo de apoio* Não financeiro

*Valor* 25000.00 EUR

*Descrição* Consultadoria e apoio à Programação de conteúdos para o Curso de Formação Profissional de Mecânica de Bicicleta

*Entidade* CAFInvenções - Associação Artística Cultural e Educativa

*Tipo de apoio* Não financeiro



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

<i>Valor</i>	1500.00 EUR
<i>Descrição</i>	Apoio à divulgação e dinamização do projeto junto da comunidade; Apoio logístico na realização de ações de formação realizadas no Bairro, através da cedência do espaço do seu ateliê; Participação nos 2 Passeios previstos; Envolvimento noutras ações desenvolvidas no âmbito do projeto.
<i>Entidade</i>	Clube Social e Desportivo do Bairro da Boavista
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	2000.00 EUR
<i>Descrição</i>	Dinamização desportiva do projeto; Apoio à divulgação das atividades e mobilização junto da comunidade; Envolvimento nas ações desenvolvidas no âmbito do projeto.
<i>Entidade</i>	Estrada Viva
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	2000.00 EUR
<i>Descrição</i>	Apoio à divulgação e dinamização do projeto junto dos parceiros da Rede Estrada Viva; Consultoria nos conteúdos formativos e outras atividades relacionadas com a promoção da segurança rodoviária; Apoio na organização do colóquio/debate a realizar em Maio de 2015, sobre o impacto do projeto "LISBOA EM BICICLETA / bike.POP" nos BIP/ZIP e o potencial da bicicleta para o desenvolvimento social destas comunidades; Registo vídeo e áudio do colóquio/debate acima referido.
<i>Entidade</i>	Federação Portuguesa de Ciclismo
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	5000.00 EUR
<i>Descrição</i>	Apoio à dinamização desportiva do projeto; Apoio logístico e humano na realização de ações de formação; Apoio na monitorização e avaliação do projeto, na sua componente desportiva; Apoio ao envolvimento institucional de parceiros adicionais; Envolvimento nas ações desenvolvidas no âmbito do projeto; Apoio à divulgação.
<i>Entidade</i>	Grupo Desportivo da Pena
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

<i>Valor</i>	2000.00 EUR
<i>Descrição</i>	Dinamização desportiva do projeto; Apoio à divulgação das atividades e mobilização junto da comunidade; Envolvimento nas ações desenvolvidas no âmbito do projeto.
<i>Entidade</i>	Cooperativa Largo Residências
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	5000.00 EUR
<i>Descrição</i>	Cedência de espaço para a realização de ações de formação e outros eventos; Cedência de espaço e apoio à realização do Colóquio/Debate a realizar em Maio de 2015, sobre o impacto do projeto "bike.POP" nos BIP/ZIP e o potencial da bicicleta para o desenvolvimento social destas comunidades; Apoio à divulgação das atividades e mobilização junto da comunidade Envolvimento nas ações desenvolvidas no âmbito do projeto, nomeadamente nos bairros de intervenção do projeto adjacentes à zona do Intendente Apoio na avaliação e monitorização do impacto e resultados concretos do projeto.
<i>Entidade</i>	IEFP - Instituto de Emprego e Formação Profissional
<i>Tipo de apoio</i>	Financeiro
<i>Valor</i>	5257.00 EUR
<i>Descrição</i>	Apoio à contratação de um estagiário pelo período de 12 meses, no âmbito da Medida Estágios-Emprego, considerando um apoio mínimo de 80% para um estagiário com grau de qualificações de Nível 2, consoante o Quadro Nacional de Qualificações.
<i>Entidade</i>	Agrupamento de Escolas Quinta de Marrocos / Pedro Santarém
<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	5000.00 EUR
<i>Descrição</i>	Cedência de espaço para a realização de ações de formação em condução de bicicleta; Apoio à implementação de um plano de mobilidade em bicicleta para os alunos residentes nos Bairros de intervenção do projeto; Apoio à divulgação das atividades e mobilização junto da comunidade; Envolvimento nas ações desenvolvidas no âmbito do projeto; Apoio na avaliação e monitorização do impacto e resultados concretos do projeto.
<i>Entidade</i>	Junta de Freguesia de Carnide





<i>Tipo de apoio</i>	Não financeiro
<i>Valor</i>	5000.00 EUR
<i>Descrição</i>	<p>Coordenação das obras de colocação de estruturas de estacionamento de bicicletas (adquiridas no âmbito do projeto) nos bairros de intervenção do projeto localizados na Freguesia (Centro Histórico de Carnide e Bairro Padre Cruz), em articulação com a CM Lisboa;</p> <p>Apoio à divulgação das atividades e mobilização junto da comunidade;</p> <p>Envolvimento nas ações desenvolvidas no âmbito do projeto;</p> <p>Apoio na avaliação e monitorização do impacto e resultados concretos do projeto</p>

---

**TOTAIS**

<i>Total das Actividades</i>	50000 EUR
<i>Total de Outras Fontes de Financiamento</i>	50000 EUR
<i>Total do Projeto</i>	118257 EUR
<i>Total dos Destinatários</i>	6562