



ANEXO A
FUNDO DE APOIO AO ASSOCIATIVISMO PORTUENSE
Junta de Freguesia de Ramalde

Edição de 2022

Formulário de Candidatura

Candidatura ao Eixo: Eixo 2 - Cultura e Animação

Projeto: DIVERSOS

1. Identificação e caracterização da Entidade

Dados da Entidade

Denominação Social: Parábola Cidadina - Associação (Pedalar Sem Idade Porto)			
Morada: Rua do Heroísmo nº 285 R/C Traseiras		Código Postal: 4300-259 Porto	
Telefone: 916614056		Email: silvia@pedalarsemidade.pt	
Natureza Jurídica: Associação Sem Fins Lucrativos			
NISS: 25157250135	NIPC ou NIF: 515725013	Data 21-11-2019 Constituição:	

Contacto Telefónico de um Dirigente

Nome: Sílvia Maria dos Santos Freitas
Telefone: 916614056

Missão e Objectivos da Entidade

A nossa missão é fornecer atividades de animação para a seniores e/ou a qualquer pessoa com mobilidade especial, com base em passeios de bicicleta pela cidade. Metaforicamente, dizemos que pedalamos pelo **Direito ao Vento nos Cabelos, com o objectivo de reduzir o sentimento de isolamento das pessoas idosas ou com mobilidade reduzida**. Retiramos os cidadãos dos domicílios e dos lares de idosos para os levar a passear pelo município em bicicletas eléctricas adaptadas. Em sentido lato, trabalhamos



pelo **Direito à Relação, à Comunidade e à Cultura:**

- Relação com a natureza e com os elementos (passeios praia e parque);
- Relação com a comunidade de referência (passeios urbanos);
- Relação com a população mais jovem (ligação intergeracional com os pilotos da bicicleta)

Âmbito de Intervenção da Entidade - Total de áreas temáticas de intervenção da Entidade

Durante uma hora permitimos um **Passeio ao ar Livre na Comunidade Envolvente**, como a possibilidade de desenvolvimento de **Relações Intergeracionais** com os pilotos da bicicleta, através do **Voluntariado**. Esta é uma resposta individual e personalizada, cujo ponto de partida é uma pergunta: - **O que é que deseja visitar hoje?**, permitindo a continuidade das **Aprendizagens ao Longo da Vida** por parte da população mais idosa. Neste sentido, apostamos numa resposta inovadora de animação sociocultural, com base na **Mobilidade Suave e Sustentável** possibilitada pelas bicicletas eléctricas, mas também no **Envelhecimento Saudável** (mental e físico) dos residentes nesta União de Freguesias.

Destinatários (total da intervenção da entidade Tipo e número aproximado de pessoas abrangidas/utentes/beneficiários por área de actividade)

- Pessoas com mais de 65 anos e/ou com mobilidade reduzida em consequência da idade;
- Crianças, jovens e adultos com deficiência motora ou mental;
- Pessoas com mobilidade reduzida temporária;
- Instituições dedicadas a estas populações.



Incidência Territorial da Intervenção (total da intervenção da entidade , indicar Freguesia/Lugar/Equipamentos)

Atualmente partem passeios da União de Freguesias de Aldoar, Foz e Nevogilde, Freguesia de Bonfim e Freguesia de Campanhã, onde se situam os veículos. Os passageiros oriundos da Freguesia de Paranhos são encaminhados por esta freguesia ao Parque da Cidade do Porto.

A Entidade tem protocolos/acordos estabelecidos com entidades ou organismos do setor público?

Sim ☒

Não ☐

Se sim, quais?

- Protocolo ativo com a Junta de Freguesia do Bonfim - passeios que partem das suas instalações;
- Protocolo ativo com a UF Aldoar, Foz e Nevogilde - passeios que partem do Núcleo Rural do Parque da Cidade do Porto;
- Protocolo ativo com a Junta de Freguesia de Paranhos – que faz transportar os cidadãos até ao Parque da Cidade.
- Protocolo ativo com a Junta de Freguesia de Campanhã (em fase inicial de implementação).
- Protocolo ativo com CM Porto, por forma a possibilitar a atividade Geocaching Sénior em Bicicleta (aplicável com a implementação deste projeto).

2. Descrição do projeto a que se candidata

Designação:

Cultura com Vento nos Cabelos

Destinatários:

Estimadamente, podemos executar 400 a passeios/ano, com recurso a 8 pilotos e um veículo.



Serão nossos beneficiários:

- Pessoas com mais de 65 anos e/ou com mobilidade reduzida em consequência da idade, **residentes na Junta de Freguesia de Ramalde.**
- Crianças, jovens e adultos com deficiência motora ou mental **residentes no território de Ramalde.**
- Pessoas com mobilidade reduzida temporária, em consequência de problemas oncológicos, acidentes, fratura dos membros inferiores etc., **residentes na Freguesia de Ramalde.**
- Instituições dedicadas a estas populações, instaladas no território da **Junta de Freguesia de Ramalde.**
- Todas as pessoas referenciadas pela **Junta de Freguesia de Ramalde**, ao abrigo do documento 3 anexo a esta candidatura *Acordo de Parceria enviado e levado a reunião de executivo em 10 de Agosto 2022 (aguardamos aprovação).*

Incidência Territorial da Intervenção:

ORIGEM DOS PASSAGEIROS - Os nossos passageiros serão **exclusivamente** cidadãos e instituições afetos à **Junta de Freguesia de Ramalde**.

LOCALIZAÇÃO DO VEÍCULO - A bicicleta pode ficar instalada em local afeto à União de Freguesias ou em local referenciado por ela. Os passeios podem ter **partida e chegada das Instalações ou SEDE da Junta de Freguesia de Ramalde.**

GEOGRAFIA DOS PASSEIOS- Os passeios podem ocorrer partindo desta União de Freguesias porém podem alcançar outras geografias fora dos limites da mesma, se essa for a vontade do passageiro. Independentemente do local de circulação, a bicicleta circulará com a bandeira onde consta o logotipo da União de Freguesias.

Objetivos Gerais:

- Diminuir o sentimento de isolamento e de exclusão social da população sénior e/ ou com mobilidade reduzida;
- Divulgar o património municipal e da freguesia;
- Incrementar a reflexão sobre o velho e o novo;



- Fomentar a intergeracionalidade e o voluntariado.
- Promover a mobilidade sustentável.

Objetivos Específicos:

- Permitir que todas as idades acedam à cultura, aumentando o acesso aos estabelecimentos/entidades de interesse histórico, artístico e gastronómico;
- Melhorar o conhecimento do tecido urbano, no sentido da renovação e da preservação do património e das tradições;
- Promover a reflexão, o sentido crítico e a capacidade de participação dos cidadãos de todas as idades nas decisões sobre a sua cidade.
- Implementar as orientações da OMS sobre prevenção do Idadismo , pela via do aumento de interações entre gerações diferenciadas.
- Difundir a bicicleta como meio de transporte descarbonizado, desconfinado e seguro pós pandemia.

Atividades a Realizar:

- Mapeamento e validação de rotas em bicicleta que permitam a visita de pelo menos 1 elemento do património cultural + 1 elemento do património gastronómico;
- Formação de pilotos, com vista à instrução técnica e cultural, de acordo com a rota disponível.
- Construção de indicadores de avaliação da ação;
- Calendarização das rotas disponíveis, à razão de uma rota diferente por mês;
- Divulgação do calendário de visitas junto das organizações públicas e privadas;
- Divulgação das inscrições para as visitas;
- Agendamento dos passeios e comunicação aos inscritos;
- Realização de passeios de 60 minutos com os passageiros inscritos.
- Implementação dos questionários de avaliação, recolha e tratamento dos dados.

Recursos Necessários:

a. Recursos Materiais

- 1 Veículo Triobike Taxi para alojar nesta União de Freguesias o mais perto possível dos seus



beneficiários (anexo 1).

b. Recursos Humanos

Perfil Profissional	Função Desempenhada	% de Tempo Dedicado	Formação Específica
Gestão de projeto	Desenvolvimento do projecto, contactos com instituições, e com passageiros, formação de pilotos, divulgação da ação no município, tratamento dos dados para avaliação da acção.	40h semanais	- Empreendedorismo e inovação social - Metodologias de gestão e implementação de projetos sociais - Avaliação e medição de impacto; - Comunicação social e relações externas, aplicado à inovação social
Piloto(s) Voluntários	Validação das rotas, implementação dos passeios, recolha de dados para avaliação da ação.	28 h semanais	-Turismo - Voluntariado

Parcerias:

Parceiro	Contributo para o Projeto/Iniciativa/Resposta
Bicicletas Coelho	Mão de obra de manutenção dos veículos
Nex	Apoio informático – website (inclusão página desta União de Freguesias)
IRIS – Incubadora Regional de Inovação Social	Cowork, mentoria e formação em Inovação Social
Cycling Without Age	Parceiro dinamarquês, criador deste projeto Pedalar Sem Idade, que se espalhou por mais de 50 países.



Cronograma*:

Outubro 2022	Encomenda bicicleta
Novembro 2022	Divulgação parceiros e instituições e formação pilotos
Janeiro 2023	Início projeto
Março 2023	Reporting 1 - Junta de Freguesia de Ramalde
	Reporting 2 - Junta de Freguesia de Ramalde
Julho 2023	Reporting Final - Junta de Freguesia de Ramalde
	<i>*Duração estimada da duração da bicicleta/projeto – 10 anos</i>
Outubro 2023	

3. Fundamentação da solicitação de apoio

☐	Redução de fundos/receitas
☒	Aumento excecional de procura da resposta
☒	Implementação de nova iniciativa/projeto/atividade
☐	Outros

Fundamentação

O DIAGNÓSTICO À REALIDADE SOCIAL DA POPULAÇÃO SÉNIOR DO PORTO (Dezembro 2020), realizado com uma amostra de 400 residentes com mais de 65 anos, revela que:

1. Cerca de metade dos inquiridos é viúvo e 47,6% vive sozinho;
2. Cerca de 1/3 não terá alguém próximo em quem possa confiar totalmente, com quem possa falar de coisas pessoais ou com quem possa desabafar;
3. Quase metade (41.8%) dos/as participantes indica ter dificuldades motoras;
4. A maioria diz que não sai com outras pessoas tantas vezes quanto gostaria.



4. Apoio

O projeto apresentado tem o valor global de €10 000,00 (**€2250,00 Associação+€7750 Apoio Associativismo**).

Solicita-se à **Junta de Freguesia de Ramalde** através desta candidatura o valor de **€7750**, sendo que a Associação encarregar-se-á de obter e suportar a parte restante, no valor recorrendo a empresas, patronos e patrocinadores.

Em anexo juntam-se os orçamentos a seguir descritos, obrigatórios nos termos do n.º 6 do Artigo 6.º.

Descreva os orçamentos que junta (entidade e tipo de despesa)	Valor	Doc nº
Copenhagen Cycles - Triobike Taxi + transporte Dinamarca	€7750	1



5. Documentos anexos, obrigatórios

Tipo de documento	Sim / Não	Doc. n.º
a. Ato de constituição		4
b. Estatutos, com o comprovativo da respetiva publicação		5
c. Relatório de Atividade e Contas do exercício do ano transato, juntamente com a respetiva ata de aprovação em Assembleia Geral		6eg
d. Plano de Atividades e Orçamento para o ano em curso, juntamente com a ata de aprovação da Assembleia Geral ou do órgão estatutariamente competente		7eg
e. Lista nominal dos órgãos sociais em exercício de funções		8
f. Ata de eleição dos órgãos sociais em exercício de funções		9
g. Comprovativo do número de identificação bancária (IBAN)		10
h. Certidão de inexistência de dívidas à Segurança Social		11
i. Certidão de inexistência de dívidas à Autoridade Tributária e Aduaneira		12
j. Declaração de compromisso de garantia do financiamento remanescente (artigo 5.º, n.º 3, das Condições Gerais)		13
k. Declaração mencionada no artigo 8.º, n.º 1, alínea e), das Condições Gerais		14
l. Nos casos em que a implementação do projeto ocorra em local cuja propriedade não seja da entidade candidata esta deverá juntar comprovativo de que tem a posse (ex.: comodato ou arrendamento) do mesmo	não	
m. Nos casos em que a implementação do projeto ocorra em local cuja propriedade não seja da entidade candidata e seja necessária a autorização do legítimo proprietário deverá ser anexada a autorização deste;	não	
n. Nos casos em que a implementação do projeto seja de investimento estrutural (obras de beneficiação do espaço) e ocorra em local que não seja propriedade da entidade candidata (ou não seja propriedade do Município do Porto ou da União de Freguesias), deverá ser anexada uma garantia de que o prazo de arrendamento/cedência seja igual ou superior a 5 anos.	não	



Outros documentos que juntam, com respectivo nº de identificação:

Documento	Doc nº
Proposta de Acordo de Parceria com Junta de Freguesia de Ramalde (carece de aprovação, condicional à aprovação deste apoio)	3

6.Declaração de Compromisso e RGPD

Eu, abaixo assinado, Sílvia Maria Dos Santos Freitas, a exercer as funções de presidente do conselho diretor representante legal da PARÁBOLA CITADINA - ASSOCIAÇÃO declaro, para os devidos efeitos e sob compromisso de honra, e em nome da minha representada:

- a) que atesto a veracidade de todas as informações fornecidas e constantes na presente candidatura, e que aceito as condições previstas nas condições de atribuição do apoio financeiro do Fundo Municipal de Apoio ao Associativismo Portuense, obrigando-me por esta forma a respeitá-las integralmente;
- b) que presto o meu consentimento para que a Junta de Freguesia de Ramalde disponibilize e divulgue o projecto que apresenta no âmbito desta candidatura.

Porto, 26 de Agosto de 2022

A Instituição,



PARABOLA CITADINA ASSOCIAÇÃO
515725013

(assinatura de quem vincula a instituição, na qualidade e poderes para o ato, e carimbo da mesma)



PROPOSTA DE PARCERIA FREGUESIA DE RAMALDE

1. Âmbito

O projeto Pedalar Sem Idade Porto oferece passeios em bicicletas adaptadas para para idosos e crianças com mobilidade especial. Os nossos veículos já circularam mais de 6000 km (1200 passeios).

2. Descrição

Passeios de 60 minutos em bicicletas eléctricas adaptadas para pessoas com mobilidade especial. A condução dos veículos é levada a cabo por pilotos voluntários com formação técnica prévia e vocação para o desenvolvimento de relações intergeracionais.

3. Problema

Não existem veículos sediados no território da União de Freguesias de Lordelo do Ouro e Massarelos, factor que dificulta fortemente o atendimento à população desta geografia.

O nosso projeto carece de um espaço onde possa **centralizar operações em cada freguesia**, por forma a estar mais perto das pessoas, e para que o seu crescimento seja possível em outras localizações (vigoram actualmente protocolos e passeios em 4 freguesias: Paranhos, Bonfim, Aldoar Foz e Nevogilde e Campanhã).

4. Solução

Aquisição de um veículo Triobike Mid Drive (€7500+transporte desde a Dinamarca) para sediar neste território. O financiamento pode ser conseguido através da candidatura de Apoio ao Associativismo Portuense + colaboração de instituições aderentes + Patronos (empresas, filantropos) da Freguesias de Ramalde.

O nosso compromisso:

- a) Passeios gratuitos para todos os idosos em situação ou risco de isolamento social residentes na freguesia, e referenciados pela Freguesia de Ramalde.
- b) Passeios exclusivos para residentes e instituições da Freguesia de Ramalde.
- c) Sede da bicicleta no Edifício da Junta de Freguesia (se possível) ou em outro local da sua preferência.
- d) Divulgação do logotipo da Junta de Freguesia no veículo.
- e) Divulgação dos passeios afetos à Freguesia nas redes sociais do Pedalar Sem Idade Porto.
- f) Inclusão de um separador deste território em www.pedalarsemidade.pt

5. Contactos

Parábola Cidadina Associação

NIF 515725013

Sílvia Freitas | 916614056



ANEXO B

DECLARAÇÃO DE CAPACIDADE FINANCEIRA

PARÁBOLA CITADINA ASSOCIAÇÃO

Para os fins a que se destina a candidatura submetida no âmbito do Fundo Municipal de Apoio ao Associativismo 2022, o beneficiário Parábola Citadina Associação, portador do NIF 515725013 com sede em Rua do Heroísmo 285, 4300-259 Porto, declara de modo expreso e inequívoco, que:

Possui disponibilidade orçamental em níveis adequados à execução da operação, de acordo com a programação indicada, assegurando as fontes de financiamento da parcela, não cobertas pelo apoio do Fundo Municipal de Apoio ao Associativismo 2022, afeto à União de Freguesias do Centro Histórico do Porto, nomeadamente:

- a) *Valor remanescente da bicicleta, totalizando € 2250*

Porto, 26 Agosto 2022

(Sílvia Freitas, Presidente Conselho Diretor)



DECLARAÇÃO

Para efeitos de candidatura ao Fundo de Apoio ao Associativismo Portuense 2022, Parábola Cidadina, Associação gestora do projeto Pedalar Sem Idade Porto aqui representada por Sílvia Maria dos Santos Freitas, na qualidade de presidente do Conselho Diretor e com poderes para o acto, declara expressamente que não se apresentou à insolvência ou ao Processo Especial de Revitalização, não foi declarada insolvente, não estabeleceu um acordo com a generalidade dos seus credores, não lhe foi nomeado um administrador judicial para a totalidade ou parte de seus ativos ou obrigações, não foi apresentado um pedido, ou aprovada uma deliberação, para a dissolver ou liquidar de maneira compulsória ou voluntária, ou qualquer processo análogo foi intentado por ou contra si, por dívidas, em qualquer jurisdição.

Porto, 9 de Agosto de 2022

Sílvia Freitas