

EDUMOVE-TE: EDUCAR PARA A MOBILIDADE SUSTENTÁVEL**PROJETO: MOB.POIARES****MUNICÍPIO DE VILA NOVA DE POIARES****Memória descritiva****I) DESCRIÇÃO SUMÁRIA DO PROJETO**

Mobilidade sustentável é definida como sendo a capacidade de dar resposta às necessidades da sociedade em deslocar -se livremente aceder, comunicar, transacionar e estabelecer relações, sem sacrificar outros valores humanos e ecológicos hoje e no futuro. Os transportes representam cerca de 25% das emissões de Gases com Efeito de Estufa e, aproximadamente, 75% do consumo total de petróleo e produtos derivados de petróleo. Sendo imprescindível encorajar o desenvolvimento de comportamentos compatíveis com o desenvolvimento sustentável e consciencializar os cidadãos e empresas para os efeitos das suas escolhas de transporte.

O Projeto MOB.Poiares tem como focos principais a mobilidade suave e clicável e o uso da bicicleta, pretende promover o uso de energias limpas, despertar as crianças e jovens para uma maior sensibilidade e consciencialização face ao meio ambiente e inspirá-las para que construam um futuro mais ecológico.

Assim sendo, o presente projeto contribui de forma significativa para os objetivos do presente Aviso, sendo que uma mudança no modo de locomoção e no modo de olhar para o meio ambiente, a começar pelos mais novos, terá um grande impacto a nível ambiental, nomeadamente na descarbonização da sociedade.

OBJETIVOS PRINCIPAIS

O presente projeto tem os seguintes objetivos:

- Ensinar e motivar os mais novos na prática e uso da bicicleta, trabalhando as suas capacidades motoras, a destreza e formas cívicas de interagir com todos os intervenientes urbanos;
- Incentivar ao uso partilhado de veículos;
- Despertar uma maior sensibilidade e consciencialização face ao meio ambiente, ao uso de meios suaves de transporte e de energias limpas;
- Estimular a capacidade criativa das crianças tendo como mote a construção de uma cidade de futuro à sua imagem e o incentivo à reciclagem e reutilização;
- Inspirar as gerações mais novas para que construam um futuro mais ecológico e amigo;
- Capacitar para a cidadania ambiental, a segurança rodoviária e o uso de modos de transporte suave;
- Trabalhar colaborativamente e para o bem comum;
- Trabalhar em conjunto com educadores, auxiliares e encarregados de educação;



- Evolução das capacidades motoras dos alunos para uma futura vida ativa, plena e funcional, a pé ou no uso de veículos a pedais.

II) EQUIPA TÉCNICA

O desenvolvimento do projeto está a ser executado por uma equipa multidisciplinar constituída pelo seguinte técnicos

Artur Jorge Baptista Santos	Doutorado em Ciências do Desporto - Treino Desportivo Mestre em Treino Desportivo para Crianças e Jovens Licenciado em Ciências do Desporto e Educação Física Pós-graduado em Gestão Financeira Autárquica Pós-graduado em Parentalidade Positiva Docente Ensino Superior na Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra de 2011 a 2013 Professor de Educação Física de 2004 a 2011 Vice-presidente com os pelouros de Ação Social, Saúde, Educação, Desporto, Associativismo e Juventude desde 2013 até ao momento. Autor e revisor de vários artigos científicos internacionais na área do Desporto e Educação Física.
Ricardo Peneda	Licenciado em Professor de Ensino Básico, variante Educação Física, com Pós-graduação em Gestão de Desporto Municipal e Pós-graduação em Gestão de Recursos Humanos e Comportamentos organizacionais. Coordenador da Área de Desporto, juventude e associativismo. No âmbito das suas funções estão ainda a promoção e dinamização de ações desportivas e culturais junto da comunidade escolar, clubes e comunidade em geral.
Elizabete Paulo	Licenciada em Bióloga com Pós-graduação em Tratamento de Águas e Águas Residuais, afeta à Unidade de Apoio técnico – Proteção Ambiental, sendo ainda coordenadora da área de Higiene e Saúde Pública da Divisão de Obras, Urbanismo e Serviços Urbanos. No âmbito das suas funções estão ainda a promoção e dinamização de ações de educação ambiental quer junto da comunidade escolar, quer da comunidade em geral. Para além da sua formação base frequentou diversas formações e ações na área de gestão de resíduos.
Ricardo Cruz	Licenciado em Ciências da Informação, a desenvolver funções no Gabinete de Comunicação e Marketing da Câmara Municipal. Neste projeto irá colaborar na elaboração dos produtos de comunicação a divulgar nos meios de comunicação previstos (jornais e rádio)
Sónia Costa	Licenciada em Serviço Social, Coordenadora do Gabinete de Ação Social, Saúde e Educação, técnica do Município responsável pelo planeamento na área da Educação, Ação Social, Segurança entre outros processos educativos, funcionando neste projeto como ponto de ligação com o Agrupamento de Escolas e Associação de Pais do Agrupamento de escolas.



III) ABORDAGEM

O Projeto MOB.Poiares é composto de um conjunto de iniciativas, com elevada relevância cívica e ambiental, que irão permitir no seu todo contribuir para uma cidadania ativa e para a construção de uma sociedade capaz de se deslocar de forma sustentável.

Ciente da importância da temática da mobilidade sustentável e da promoção da utilização da bicicleta, o Município encontra-se a ultimar uma candidatura para um projeto de criação de ciclovias, e a elaborar o Regulamento de Partilha de Bicicletas Públicas, bem como as normas do Projeto Bike Poiares que visa a promoção da utilização da bicicleta no percurso casa-escola e casa-trabalho. Para além disso, o Município de Vila Nova de Poiares integra a Ciclovia do Mondego, estrutura de cariz Intermunicipal, estando nesta fase a finalização do projeto.

No âmbito da presente candidatura, as iniciativas propostas tiveram por base os objetivos nacionais e europeus, em matéria de Ambiente, de onde se destaca o Roteiro para a Neutralidade Carbónica 2050 e Plano Nacional Energia e Clima 2030, em especial no que concerne à promoção da mobilidade sustentável.

Salienta-se ainda o alinhamento com o Plano Estratégico de Desenvolvimento do Desporto e da Atividade Física do Concelho de Vila Nova de Poiares 2018-2021, a Estratégia Nacional de Educação Ambiental 2020 (ENEA 2020), enquadrando-se no Pilar Estratégico *Descarbonizar a Sociedade*, domínios Clima e Mobilidade Sustentável. Ainda no âmbito da ENEA2020, e de acordo com o definido no Aviso o projeto MOB.Poiares contribui para a prossecução das medidas #4: Envolvimento do cidadão no seu km 2 e #11: Dinamização de programas e atividades de educação ambiental.

A implementação deste projeto irá contribuir-se ainda para a prossecução dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável da Agenda 2030 (ODSA 2030), nomeadamente ODS 11: Cidades e Comunidades sustentáveis- Tornar as cidades e comunidades inclusivas, seguras, resilientes e sustentáveis e ODS 13 Ação Climática – Adotar medidas urgentes para combater as alterações climáticas e os seus impactos.

O projeto MOB.Poiares envolve a implementação das seguintes ações:

✓ AÇÃO PRÉ POP POIARES

A ação PréPOP, Programa Operacional Pedalar Pré Escolar de Poiares, é dirigida a crianças do Pré Escolar (dos 3 aos 6 anos), incluindo crianças com necessidades educativas especiais e visa promover a educação para a mobilidade sustentável, através de ações que exploram os princípios da mobilidade suave e ciclável, da sustentabilidade ambiental e da cidadania,

As abordagens pedagógicas assentam em metodologias colaborativas, com ênfase na experimentação e na promoção da aprendizagem por via da interação, do exemplo, do jogo e do lúdico.

O PréPOP é assim uma ação a brincar que tem que se levar a sério. Através do lúdico e da brincadeira pretende-se incutir nas crianças que o uso da bicicleta e a adoção de práticas amigas do ambiente no contexto social e urbano são atividades que ajudam o planeta e a sociedade. Para tal, serão promovidas ações capazes de: aumentar a destreza e capacidades motoras das crianças no uso da bicicleta, desenvolver as suas capacidades criativas para reciclar e reutilizar, educá-las para o respeito por todos, condutores, peões e utilizadores de



qualquer meio de transporte e estimulá-los para a adoção de práticas amigas do ambiente e comportamentos cívicos adequados.

Todo o contexto é criado e adaptado à sala de aula ou ao espaço exterior, onde as crianças podem andar mais livremente de bicicleta, não existindo por isso uma limitação para a prática das atividades.

A ação prevê a formação, acompanhamento e entrega mensal aos educadores de atividades a desenvolver nas escolas. Em sessões de 45 minutos, serão implementados exercícios que farão os alunos reagir conforme as suas capacidades e/ou destrezas (a pé, com o uso da bicicleta, aprendizagem motriz e destreza). Outros desafios serão lançados pelos próprios professores (acompanharão sempre as aulas), em articulação com os monitores, criando exercícios que se cruzem com os programas escolares definidos e se articulem com as temáticas e a metodologia a aplicar.

Todos os alunos serão avaliados e os seus dados guardados para relatório final, salvaguardado o anonimato dos dados. Os objetivos contemplam uma escala com o seu grau de evolução perante os desafios que lhes são propostos e/ou as variações dos seus resultados escolares.

O projeto prevê a disponibilização de equipamento de apoio e suporte a colocar nos três Centros Escolares existentes, consistindo em:

- 30 Bicicletas de equilíbrio Balance Bikes ;
- 3 Bicicletas especiais para alunos com NEE'S
- 33 Capacetes adaptados aos pequenos utilizadores;
- Desenvolvimento de manual de construção de cidade sustentável com caixas previamente desenhadas para que cada sala de aula as transforme na sua própria cidade.

Formação, acompanhamento e entrega semanal aos educadores, de atividades a desenvolver com as escolas, a formação inclui:

- Desenvolvimento de Kit de obstáculos e manobras, com vários suportes de chão para manobras de agilidade e destreza, construídos em madeira e de fácil transporte, para aprendizagem e treino de destreza e das formas básicas do uso da bicicleta.
- Desenvolvimento de Kit de suportes para pinturas no solo de uma cidade de Mobilidade e de jogos tradicionais, para aprendizagem das regras básicas nas vias e fora delas.
- Uso de jogos Populares para melhorar as suas capacidades motoras e de destreza.
- Suportes para a formação contínua (2H30min semanais de formação) e acompanhamento direto com 8 videoclips de formação online, com a introdução de novas ideias para evolução dos programas.

O programa tem como principais linhas de ação as seguintes:

Linha de Ação 1: Mobilizar as escolas e os educadores para colaborar no programa/projeto.

Linha de Ação 2: Implementação do Programa Pré-POP Poiares – Formação Contínua & Animação periódica nas escolas.



Linha de Ação 3: Comunicação e Divulgação do Projeto.

Linha de Ação 4: Avaliação do projeto e preparação da Fase 2 – replicação a outras instituições com pré-escolar.

✓ AÇÃO POP POIARES

A ação POP- Programa Operacional Pedalar de Poiares, é um programa direcionado para o ensino escolar, 1º e 2º ciclos, que visa promover a educação para a mobilidade sustentável em todas as suas vertentes, seja a pé ou de bicicleta, e a forma como os cidadãos se devem comportar perante a sua condição (peão ou ciclista), através de ações que exploram os princípios da mobilidade suave e ciclável, da sustentabilidade ambiental e da cidadania.

As abordagens pedagógicas assentam em metodologias colaborativas, com ênfase na experimentação e na promoção da aprendizagem por via da interação, do exemplo, do jogo e do lúdico. O POP Poiares consiste em jogos de aprendizagem que estimulam os participantes a compreender o conceito de mobilidade suave e ciclável e de cidadania.

Para além dos jogos, são também promovidas práticas de replicação do contexto social e urbano onde se vêm perante situações do dia-a-dia, numa “cidade” criada por linhas no chão e por onde as crianças podem circular com a devida precaução e sobe as normas de conduta de um espaço citadino real, especificamente, no que respeita à circulação de pessoas e bens, ou seja, condutores, peões ou utilizadores de qualquer meio de transporte.

Alicerçado no tema da mobilidade suave e a partir de alguns pontos de orientação e de boas práticas ligadas ao ambiente, as crianças são incentivadas a desenvolver e a promover competências na área da mobilidade suave, influenciado os seus familiares também para a temática. Com base na ferramenta «Faz-de-conta», propõem-se que encarnem várias personagens e assumam diferentes papéis na estrada: o peão e o ciclista.

Preferencialmente este contexto é recriado e adaptado ao espaço exterior, onde as crianças podem andar mais livremente de bicicleta ou recriar outras situações de vivência ou mobilidade, não existindo por isso uma limitação para a prática das atividades.

O cenário a criar, através de marcações no chão, contemplará a via pública desde estradas, passeadeiras, rotundas, pontas, tudo ao tamanho dos pequenos residentes, de modo a desempenharem os seus papéis.

O programa prevê a formação, acompanhamento e entrega mensal aos professores de atividades a desenvolver pelas escolas. A entrega será em suporte digital das ações e formação a realizar com os alunos.

Em sessões de 45 minutos, serão propostos vários exercícios que farão os alunos reagir conforme as suas capacidades e/ou destrezas (a pé, com o uso da bicicleta, aprendizagem motriz e destreza). Outros desafios serão lançados pelos próprios professores que acompanharão a aula, criando exercícios que se cruzem com os programas escolares definidos e se articulem com as temáticas e a metodologia a aplicar.

Todos os alunos serão avaliados e os seus dados guardados para relatório final. Os objetivos contemplam uma escala com o seu grau de evolução perante os desafios que lhes são propostos e/ou as variações dos seus resultados escolares.



O projeto prevê a disponibilização de equipamento de apoio e suporte a colocar nos três Centros escolares existente e na Escola Básica 2º, 3º Ciclo e Secundário , consistindo em:

- 28 Bicicletas roda 20" + 28 capacetes;
- 32 Bicicletas roda 24"+ 30 capacetes;
- 4 Bicicletas adaptadas para alunos NEE's + 4 capacetes;
- 2 Bicicletas elétricas + 2 capacetes
- 1 Cargo Bike elétrica + 1 capacete
- Transfêres para pintura no chão de uma cidade e jogos populares
- Jogos de obstáculos de madeira para destreza e aprendizagem amovíveis preparados para o interior e exterior

A Formação e acompanhamento da ação, inclui:

- Sessão inicial de formação presencial com todos os Centros escolares;
- Formação Contínua- 5 horas mensais de formação;
- Manual digital de formação e utilização dos jogos e respetivos exercícios
- Acompanhamento direto com vídeos de formação online com a introdução de novas ideias para evolução dos projetos
- Acompanhamento direto com vídeos de formação online com a introdução de novas ideias para evolução dos projetos;

O programa tem como principais linhas de ação as seguintes:

Linha de Ação 1: Mobilizar as escolas e os educadores para colaborar no programa/projeto.

Linha de Ação 2: Implementação do Programa POP Poiares+ entrega dos kits.

Linha de Ação 3: Formação Contínua & Animação periódica nas escolas.

Linha de Ação 4: Comunicação e Divulgação do Projeto.

Linha de Ação 5: Avaliação do projeto e preparação da Fase 2 – replicação a outros níveis de ensino (3º Ciclo e Secundário).

IV) POTENCIAIS IMPACTOS

Os potenciais impactos que se pretendem alcançar com a implementação deste projeto a curto prazo são de disponibilidade de materiais e equipamento desenvolvimento de atividades ligadas à mobilidade suave, aumento da sensibilidade e de competências na área do mobilidade suave, mais especificamente, na mobilidade ciclável. Pretende-se ainda a curto prazo, que os elementos da comunidade escolar (alunos, educadores, professores e funcionários) tenham maior consciência da mais-valia da mobilidade suave para a segurança nos espaços e na mobilidade (e.g., menor nº de carros), para a saúde (e.g., aumento da atividade física), para o território (e.g., redução degradação dos pisos e maior necessidade de investimento em obra) e para o ambiente (e.g., redução de CO2).

A médio prazo a disponibilidade com este equipamento e conhecimento as escolas continuarem a promover a utilização da bicicleta e a desconstruir mitos sobre a utilização da mesma (e.g., (in)segurança, equipamento (só) de lazer, custos), aumentar a nível de literacia motora e de atividade física das crianças.

A longo prazo aumentar o número de pessoas a recorrerem à mobilidade suave, designadamente, aumentar o número de pessoas a utilizarem a bicicleta na deslocação casa-



escola ou casa-trabalho, reduzir os níveis de CO2 no território, diminuir o fluxo de tráfego nas principais artérias rodoviárias do Município.

Cada uma das ações previstas prevê a elaboração de um Relatório Final, que irá contemplar um estudo de impacto social e ambiental realizado ao público-alvo, nas áreas cívicas, mobilidade suave e ciclável, e ambientais.

Neste sentido, foram definidos os seguintes indicadores para as ações a realizar:

Ação	Indicador	Quant
PRÉPOP POIARES	Adesão das escolas ao programa (%)	100
	Nº de alunos envolvidos	64
	Nº de encarregados de educação envolvidos	30
	Nº de dinâmicas realizadas por escola /mês	4
	Acréscimo de sensibilidade das crianças para as temáticas (%)	80
	Acréscimo de sensibilidade dos professores para a importância de integrar estas temáticas e dinâmicas no pré-escolar (%)	70
POP POIARES	Adesão das escolas ao programa (%)	100
	Nº de alunos envolvidos	450
	Nº de encarregados de educação envolvidos	100
	Nº de dinâmicas realizadas por escola /mês	10
	Acréscimo de sensibilidade das crianças para as temáticas (%)	80
	Acréscimo de sensibilidade dos professores para a importância de integrar estas temáticas e dinâmicas no 1º e 2º ciclo de ensino básico (%)	70

V) SUSTENTABILIDADE

As ações PréPOP Poiares e POP Poiares estão estruturadas em dois momentos principais. O primeiro momento corresponde à implementação do programa que aqui se descreve, nas escolas que manifestem interesse em colaborar. O segundo momento pressupõe o alargamento às instituições privadas e aos níveis de ensino 3º Ciclo e Secundário, cobrindo toda a área geográfica do Município.

Com efeito, o PréPOP Poiares inclui também um modelo de competição saudável entre escolas, durante todo o ano letivo com 3 parâmetros essenciais: melhor representação de uma cidade de futuro, melhor processo evolutivo ao nível motor dos utilizadores e melhor processo de aprendizagem ambiental.



A expectativa é de que experiências similares possam ser replicadas noutras escolas e territórios, com impactos positivos quer nas instituições quer nas pessoas envolvidas, com destaque para as crianças, mas também professores, educadores, auxiliares e encarregados de educação.

O papel da autarquia, no âmbito de outros projetos ligados à mobilidade ciclável, servirá como suporte à sustentabilidade do MOB.Poiares, contribuindo para a replicação das ações noutros patamares, a utilização do equipamento noutras ações e eventos, a respetiva responsabilidade de manutenção e formação nesta área, contribuindo assim para a sustentabilidade deste projeto, bem como, para a educação e formação das crianças e para o desenvolvimento local/regional sustentável.

VI) DISSEMINAÇÃO

A comunicação é um fator relevante para os resultados a atingir com o presente projeto. É fundamental possuir uma estratégia global de Comunicação eficaz e adaptada à realidade do projeto e do público a quem este se destina. Para além da divulgação do próprio projeto, é fundamental divulgar o seu cofinanciamento e assim cumprir a legislação comunitária vigente.

As ações de comunicação serão o mais abrangentes possível, para que a mensagem alcance o maior número de pessoas do concelho. Para esse efeito, serão utilizados canais de comunicação diferenciados de acordo com os grupos sociais a que se dirige.

Para concretizar os objetivos serão utilizados canais diversificados de comunicação multimédia, possibilitando uma adequada publicitação do projeto

Por um lado, pretende-se recorrer à utilização das novas tecnologias de informação e comunicação (ex. página web do Município), pelo seu potencial de troca de informação de forma rápida, eficaz e atualizável num curto intervalo de tempo. Por outro lado, e atendendo à nossa característica territorial mais dispersa, julgamos que as formas de divulgação locais e tradicionais serão o modo mais eficaz de garantir a proximidade e universalidade de acesso à informação.

Os meios de comunicação a utilizar serão os seguintes:

- Website : O website é responsabilidade da Câmara Municipal de Vila Nova de Poiares, sendo o principal objetivo melhorar o acesso dos seus munícipes, e do público em geral, à informação sobre as políticas municipais e sobre as iniciativas da Câmara Municipal de Vila Nova de Poiares. Neste endereço serão disponibilizadas informações gerais (relevantes) sobre o Projeto bem como serão disponibilizadas as Plataformas Digitais. O site será adaptado para as dimensões diversas de ecrãs, uma vez que, principalmente os jovens, há quem consulte a informação que circula através de tablets e telemóveis. Nesse sentido, permitirá que a informação disponibilizada tenha a melhor legibilidade possível dos vários conteúdos apresentados.
- Redes sociais O Executivo da Câmara Municipal de Vila Nova de Poiares desenvolve uma estratégia de presença nas redes sociais, nomeadamente Facebook, com duas páginas, uma mais institucional, outra para divulgação e eventos, atualizadas frequentemente, e que já possui uma boa influência na comunidade, de modo a garantir uma maior e mais abrangente divulgação do Projeto a realizar. O Facebook é um complemento da informação



divulgada no website e é um excelente meio para divulgar mensagens rápidas sobre fases determinantes do Projeto a desenvolver.

- Boletim Municipal: já existente, irá ser indispensável para comunicar com o público externo e mediático. Trata-se de uma publicação online e em formato papel, onde constarão notícias e explicações sobre os diversos aspetos do Projeto. Este meio de informação permite uma distribuição alargada de informação relevante, de modo a garantir o aumento da visibilidade e da transparência do Projeto junto do grande público e dos media.
- Anúncios na imprensa: a implementação do projeto será ainda publicitada e divulgada na imprensa regional (jornais e radio).
- Pretende-se ainda realizar uma conferência associada à temática.
- Apresentação em poster ou abstract em congresso científico da área e da publicação de um artigo científico de análise da intervenção efetuada em revista nacional (Boletim da Sociedade Portuguesa de Educação Física) (estes após a implementação do projeto, atendendo à necessidade de recolha de dados e dos timings de submissão e avaliação dos eventos e revistas).