

PROJETO DE LEI Nº

Câmara Municipal de Telêmaco Borba	
Estado do Paraná	
Recebido em:	25 / 02 / 21
Horário:	16 : 49
	
Secretaria de Administração	

"Institui o Dia Municipal do Ciclismo e dá outras providências".

Art. 1º Fica instituído o "Dia Municipal do Ciclismo" a ser realizada anualmente, celebrado no Segundo Domingo de Agosto.

Art. 2º O "Dia Municipal do Ciclismo", será incluída no Calendário Oficial do Município.

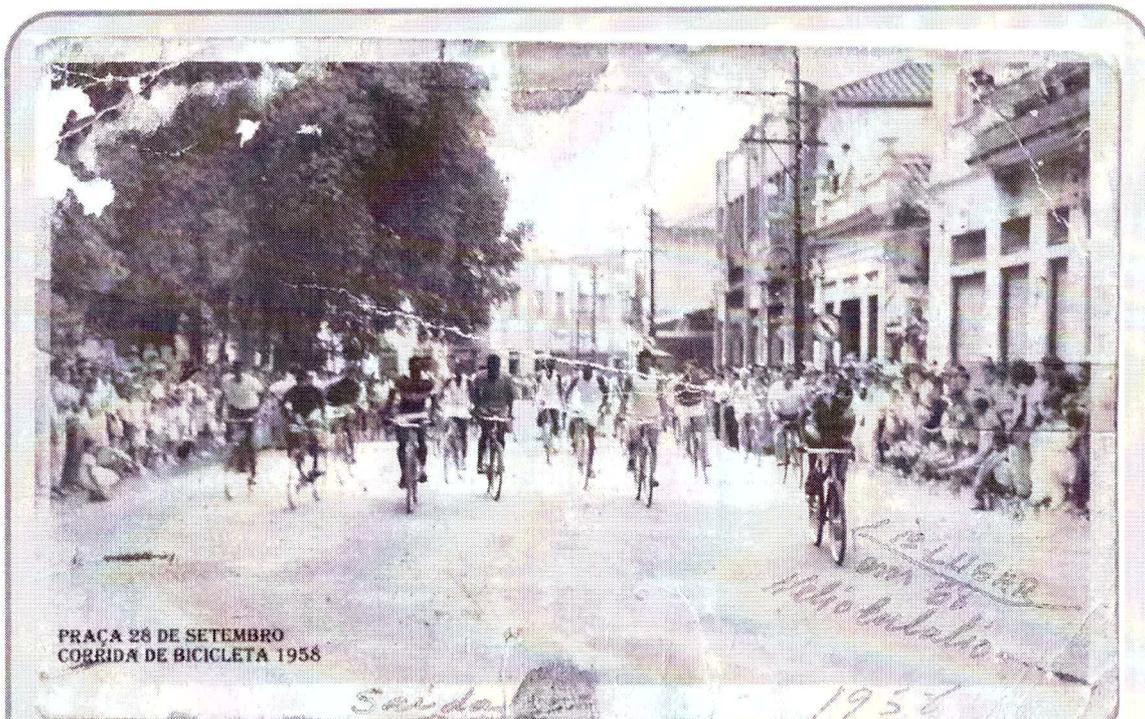
Art. 3º Esta Lei entrará em vigor na data de sua publicação, revogadas as disposições em contrário.

Telêmaco Borba 23 de Fevereiro de 2021.


Anderson Antunes
Vereador

Justificativa

Este projeto visa difundir o uso da bicicleta, tanto na forma de exercício físico, quanto como meio de transporte; promover a conscientização da importância do ciclismo e da prática de esportes como instrumentos de qualidade de vida; buscar soluções para a viabilização de vias exclusivas para os ciclistas, trazendo assim melhorias para o trânsito; e desenvolver o mútuo respeito entre ciclistas, motoristas e pedestres. mobilizar e sensibilizar a sociedade civil, através de políticas públicas que levem a massificação do uso da bicicleta em benefício do trânsito, do meio ambiente e da saúde pública. Este projeto é mais uma forma de reforçar as ações de entidades que já desenvolvem trabalhos voltados para a prática do ciclismo como meio de transporte e lazer em Telêmaco Borba. histórias de 1958 já demonstrava o gosto pela "magrela" em uma disputa de corrida na cidade. As fotos é do Jornal Consciência da Mata e mostra a saída e chegada da, provavelmente, emocionante disputa para a época.



As imagens retratam a paixão antiga pela magrela
Fotos: Nelsinho de Oliveira - Jornal Consciência da Mata



A prática do ciclismo é indicada para pessoas de todas as idades, andar de bike melhora o condicionamento físico, faz bem à saúde mental, não requer grandes investimentos e colabora com a natureza. Abaixo, 7 benefícios do uso da bicicleta:

- 1 - Esporte indicado para todas as idades

Podendo ser visto como hobby, atividade física ou meio de transporte, o costume de pedalar elimina os problemas relacionados ao sedentarismo, melhora a contração cardíaca, aumentando a

imunidade, reduz a glicemia, o que ajuda no controle de diabetes, evita infartos e combate a hipertensão. Com tantos benefícios, a atividade não exige muito esforço físico e, por isso, é recomendada para todas as idades.

2 – Melhora o condicionamento físico

O uso das bikes tonifica os músculos das pernas, possibilita a perda de peso, estimula a contração do abdômen, incentiva a manutenção de uma postura ereta, precavendo os usuários de dores na coluna, melhora a respiração, auxiliando na prevenção de crises de asma e bronquites, além de aumentar o desempenho aeróbico e cardiovascular.

3 – Aumenta a qualidade de vida

O ciclismo também propicia a liberação de endorfina e serotonina, substâncias que dão a sensação de bem-estar e felicidade, isto é, fatores que contribuem para um sono saudável. O hábito de pedalar também tem a importante função de desintoxicar o organismo, uma vez que aumenta a circulação sanguínea nos rins, eliminando substâncias prejudiciais à saúde e excessos. Além disso, andar de bicicleta ajuda a tonificar os vasos sanguíneos das pernas e favorece a irrigação sanguínea dos órgãos genitais, melhorando o desempenho sexual.

4 – Beneficia a saúde mental

Andar de bicicleta faz com que as contrações cardíacas se tornem mais eficazes, ação que permite que o sangue chegue ao cérebro mais rapidamente, diminuindo os casos de ansiedade e depressão. Do mesmo modo, a atividade física proporciona sensações de liberdade e independência, tão essenciais para cada indivíduo.

5 – Alternativa de transporte

À medida que o número de habitantes das grandes cidades aumentou, os meios de transporte público passaram a atender altos números de usuários, atingindo volumes de passageiros que excedem a infraestrutura disponibilizada pela maioria dos centros urbanos. Enquanto isso, a comercialização de veículos de locomoção individual a preços populares multiplicou os números de automóveis circulando por ruas, estradas e avenidas. Portanto, a utilização de uma bicicleta como forma de movimentação pode ser a solução mais rápida, eficiente e menos estressante, já que evita congestionamentos, rodízios, falhas mecânicas e imensos índices de passageiros, fatores a que carros, ônibus, trens e metrô estão expostos diariamente.

6 – Ótima escolha quando o assunto é custo e benefício

Obviamente as bikes não consomem qualquer tipo de combustível, não necessitam de vagas em estacionamentos ou descartam peças de reposição muito caras, ou seja, não é preciso de muito dinheiro para manter uma “magrela” funcionando. Com gastos máximos de aproximadamente R\$ 50 por mês com manutenção, as bicicletas apresentam custos 30 vezes mais baratos do que um carro.

7 – Amiga do meio ambiente

Ecologicamente corretas, as bicicletas não emitem substâncias tóxicas, como os Gases de Efeito Estufa (GEE) e material particulado, o PM_{2,5}, e também não provocam poluição sonora. As bikes, obviamente, não precisam ser abastecidas por combustíveis fósseis, só demandam a movimentação humana para se locomoverem, portanto, são veículos sustentáveis. Mesmo com tantos benefícios, o uso da bicicleta requer cuidado e atenção, principalmente no uso compartilhado com veículos, que são maiores e mais pesados.

O uso de capacetes e roupas chamativas é comum para quem pratica o ciclismo como meio de esporte, mas no dia a dia, as pessoas não utilizam de nenhum meio de proteção, então, a cautela e cuidado são essenciais para a boa condução de uma bicicleta no trânsito.



Anderson Antunes

Vereador