

VELOFORMACIÓN:

FORMACIÓN EN MECÁNICA BÁSICA DE LA BICICLETA



ASOCIACIÓN VELORECICLA

Somos una asociación sin ánimo de lucro que nos dedicamos principalmente a recoger bicicletas usadas, para repararlas, ponerlas en funcionamiento y donarlas a entidades que trabajan con personas sin recursos y/o en riesgo de exclusión social.

De esta forma, Velorecicla contribuye a la disminución de residuos, dando una segunda vida a las bicicletas que están destinadas a convertirse en residuos, recogiénolas, arreglándolas, reformándolas, reutilizándolas y donándolas a personas que las necesitan.

"VELOFORMACIÓN" FORMACIÓN EN MECÁNICA BÁSICA DE LA BICICLETA

Mejorar la inserción sociolaboral de personas en situación de vulnerabilidad socioeconómica y/o riesgo de exclusión social a través de una acción formativa en mecánica de bicicletas

OBJETIVOS:

- Empoderar a personas en situación de vulnerabilidad socioeconómica y/o riesgo de exclusión social a través de la adquisición de competencias laborales específicas.
- Formar a personas, en situación de vulnerabilidad socioeconómica y/o riesgo de exclusión social, en el oficio de mecánica de bicicletas, en la que los y las participantes aprenderán a reparar, arreglar y mantener de forma autónoma la bicicleta.
- Mejorar la adaptación social de las personas en situación de vulnerabilidad socioeconómica y/o riesgo de exclusión social para conseguir una ciudadanía plena, activa y participativa.
- Fomentar el uso de la bicicleta como medio de transporte sostenible y que puede ayudar a mantener una vida saludable para las personas y el medio ambiente.

VELOFORMACIÓN:

FORMACIÓN EN MECÁNICA BÁSICA DE LA BICICLETA



CONTENIDOS DE LA FORMACIÓN:

1. Frenos: cantilever, V-Brake.
 - a) Sustitución cables.
 - b) Regulación manetas de freno.
 - c) Regulación zapatas.
2. Cambio:
 - a) Instalación.
 - b) Sustitución cables.
 - c) Ajustes y regulación.
3. Movimiento central:
 - a) Mantenimiento.
 - b) Sustitución.
 - c) Sustitución cadena.
4. Ruedas:
 - a) Sustitución y reparación cámara aire.
 - b) Ajuste centrado y salto.
5. Conclusiones:
 - a) Cuidado y mantenimiento básico.
 - b) Test
 - c) Evaluación.

METODOLOGÍA:

Cada Veloformación consta de 5 sesiones formativas de 3 horas de duración aproximada cada sesión, en la que se seguirá una dinámica participativa y práctica por parte de las personas participantes. Se utilizarán las bicicletas propias del taller de reparación y reforma de Velorecicla, para que los y las participantes puedan, con sus propias manos, aprender cada uno de los contenidos que se desarrollan

UBICACIÓN Y COSTE DE LA ACTIVIDAD:

Los formadores de Velorecicla se desplazarán a las instalaciones de las distintas entidades que soliciten la realización de la actividad.

La Veloformación tiene un coste de 600€, destinados a cubrir los gastos de los formadores, materiales, herramientas, e IVA (desplazamiento no incluido).

Grupos de máximo 6 personas. Las bicicletas reparadas durante la formación serán donadas a la misma entidad si cumple con los requisitos del Estatuto de Velorecicla.

Contacto:

Paolo Tedesco, Presidente de Velorecicla



696238656



www.velorecicla.com

info@velorecicla.com