Załącznik nr 1a do SWZ

OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA

Przedmiotem zamówienia jest: **„Świadczenie usług specjalistycznych z zakresu aktywizacji społecznej, terapii zajęciowej, reakcji ruchowej, treningu kompetencji społecznych, wsparcia edukacyjnego oraz doradczego dla 30 uczestników Dziennego Dom Pomocy „Ciepliczanka""**

1. **Uwagi ogólne do zadań – dotyczy obu części zamówienia**
   a) Miejsce realizacji zamówienia: Siedziba DDP „Ciepliczanka" - Cieplice 126a, 37-534 Adamówka;
   b) Pojęcie godzina dydaktyczna oznacza jednostkę czasu równą **45 minut**;
   c) Pojęcie godzina zegarowa oznacza jednostkę czasu równą **60 minut;**
   d) Wykonawca oznakuje pomieszczenia, w których będą odbywały się zajęcia zgodnie z aktualnymi wytycznymi dostępnymi na stronie internetowej: https://www.funduszeeuropejskie.gov.pl/strony/o-unduszach/promocja/zasady-promocji-i-oznakowania-projektow-1/zasady-promocji-i-oznakowania-projektow-wersja-aktualna-od-1-stycznia-2018-roku/
   e) Wszystkie materiały szkoleniowe, karty doradztwa, konspekty zajęć, ankiety ewaluacyjne, miesięczne karty czasu pracy doradców, listy poświadczające obecność i korzystanie ze świadczeń, dzienniki zajęć, pozostała dokumentacja rozliczeniowa każdego z zadań zostanie oznakowana przez Wykonawcę zgodnie z aktualnymi zasadami promocji i oznakowania projektów dla umów podpisanych od 1 stycznia 2018 dostępnymi na stronie internetowej: https://www.funduszeeuropejskie.gov.pl/strony/o-funduszach/promocja/zasady-promocji-i-oznakowania-projektow-1/zasady-promocji-i-oznakowania-projektow-wersja-aktualna-od-1-stycznia-2018-roku/
   f) **Dokumentacja każdego z zadań musi być prowadzona rzetelnie i na bieżąco.** Dokumentacja przekazywana będzie Zamawiającemu przez Wykonawcę w sposób i w terminach wskazanych we wzorze umowy stanowiącym Załącznik nr 9 do Ogłoszenia oraz w niniejszym opisie przedmiotu zamówienia. Zamawiający zastrzega sobie w każdym czasie w okresie realizacji danego zadania prawo do wglądu w dokumentację zadania oraz prawo do żądania kserokopii dowolnej części dokumentacji danego zadania;
   g) Wykonawca przeprowadza ewaluację zajęć – dokonuje oceny szkolenia przed jego rozpoczęciem (ankieta ex ante) i po zakończeniu (ankieta ex post) za pomocą ankiet ewaluacyjnych opracowanych zgodnie z ustaleniami przekazanymi przez Zamawiającego;
   h) Łączna liczba uczestników objętych wsparciem wynosi 30 osób w podziale na grupy, w zależności od rodzaju wsparcia;
   i) **Zamawiający we własnym zakresie zapewnia salę do prowadzenia zajęć (nie dotyczy usług realizowanych na wyjeździe);**
   j) Sposób i terminy rozliczenia zadań opisane zostały we Wzorze umowy stanowiącym **załącznik nr 9** do Ogłoszenia.

2. **Obowiązki Wykonawcy: Koordynator usług**
   a) Wykonawca zobowiązany jest zapewnić obsługę usług szkoleniowych i doradczych realizowanych na rzecz Zamawiającego w postaci Koordynatora usług zatrudnionego w strukturze Wykonawcy w ramach dowolnej umowy. Funkcję koordynatora może pełnić osoba prowadząca jednoosobową działalność gospodarczą (właściciel firmy).
   b) Koordynator usług w imieniu Wykonawcy koordynuje realizację umowy w sprawie zamówienia publicznego. W szczególności odpowiada za terminową realizację usług, terminowy przepływ dokumentacji do Zamawiającego, realizację innych postanowień niniejszego opisu przedmiotu zamówienia.

c) Koordynator usług w terminie 14 dni po podpisaniu umowy w sprawie zamówienia publicznego przedstawi zamawiającemu harmonogram realizacji zamówienia ze wskazaniem godzin, miejsca i osoby prowadzącej dane szkolenie/warsztaty/zajęcia/doradztwo.
d) Wykonawca w dniu zawarcia umowy w sprawie zamówienia publicznego wskaże imiennie koordynatora usług i zapewni Zamawiającemu możliwość kontaktu z koordynatorem usług drogą telefoniczną, mailową przez co najmniej 2 godziny dziennie w godzinach pracy Zamawiającego tj. w dni robocze w przedziale godzin między 8.00 a 15.00.

3. Zadania wspólne Wykonawcy dla części 1 Zamówienia:

a) W terminie 14 dni od dnia zawarcia umowy Wykonawca opracuje i przedstawi Zamawiającemu do zatwierdzenia harmonogram realizacji zadań uwzględniający zasady i terminy realizacji zadań zawartych w niniejszym Opisie przedmiotu zamówienia. Zamawiający w terminie 7 dni od jego otrzymania zatwierdzi harmonogram lub przedstawi do niego uwagi wyznaczając Wykonawcy dodatkowy termin poprawy harmonogramu nie krótszy niż 7 dni.
b) Zamawiający dopuszcza możliwość korekt i zmian w harmonogramie w drodze pisemnych uzgodnień stron.
c) Wykonawca zapewnia trenerów/specjalistów z kompetencjami do prowadzenia zajęć/warsztatów/konsultacji właściwych dla danej tematyki zajęć.
d) Wykonawca wystawia uczestnikom szkolenia zaświadczenia/certyfikaty o ukończeniu szkolenia zawierających informację o jego temacie oraz wymiarze godzin.
e) Wykonawca zapewnia materiały pomocnicze niezbędne do przeprowadzenia terapii zajęciowej (Zadanie 1) dla 30 uczestników DDP - min. 40 zł / 8 godz. zajęć / 1 uczestnika.
f) Wykonawca zapewnia uczestnikom materiały biurowe (co najmniej segregator / notes lub papier do notowania / długopis) na potrzeby realizacji zajęć: Trening kompetencji społecznych (Zadanie - 3) oraz Zajęcia edukacyjne Bezpieczna jesień życia" (Zadanie 4) - min. 9 zł - zestaw / 1 uczestnika.
g) Wykonawca po uzgodnieniu z Zamawiającym, zapewni produkty (artykuły spożywcze wraz z niezbędnym asortymentem kuchennym) na potrzeby realizacji spotkań z dietetykiem w formie warsztatów kulinarnych - (Zadanie nr 5) oraz produkty (zastaw na 1 uczestnika - krem na dzień, krem na noc, krem do rąk, krem do stóp, szampon i odzywka do włosów) na warsztaty pielęgnacyjno – kosmetyczne (Zadanie nr 6).

4. Zadania wspólne Wykonawcy dla Część 2 Zamówienia

a) W terminie 14 dni od dnia zawarcia umowy Wykonawca opracuje i przedstawi Zamawiającemu do zatwierdzenia harmonogram realizacji zadań uwzględniający zasady i terminy realizacji zadań zawartych w niniejszym Opisie przedmiotu zamówienia. Zamawiający w terminie 7 dni od jego otrzymania zatwierdzi harmonogram lub przedstawi do niego uwagi wyznaczając Wykonawcy dodatkowy termin poprawy harmonogramu nie krótszy niż 7 dni.
b) Zamawiający dopuszcza możliwość korekt i zmian w harmonogramie w drodze pisemnych uzgodnień stron.
c) Wykonawca zapewni transport uczestników na miejsce realizacji zadania i z powrotem autokarem lub autokarami posiadającymi wszystkie wymagane przepisami prawa dokumenty, zgody i dopuszczenia do ruchu, posiadającymi aktualne ubezpieczenie OC, AC, NNW
d) Dla każdego z zadań Wykonawca zapewni ubezpieczenie od następstw nieszczęśliwych wypadków (polisa NNW) obejmujące pobyt na miejscu realizacji zadania oraz przejazd tam i z powrotem.
e) Zamawiający zastrzega sobie prawo dokonywania kontroli realizacji zamówienia, a Wykonawca zobowiązany jest do zapewnienia cateringu i udziału w szkoleniach/wyjazdach osobom wskazanym przez Zamawiającego do przeprowadzenia kontroli realizacji przedmiotu zamówienia. Koszty z tego tytułu Wykonawca musi uwzględnić w cenie złożonej oferty (maksymalnie dla dwóch osób).

5. **Termin realizacji zamówienia: do 30.09.2023 r.**

6. **REALIZACJA ŚCIEŻKI WSPARCIA**

Część 1 - Kompleksowy program zajęć w zakresie aktywizacji społecznej, edukacyjnej i zdrowotnej uczestników projektu.

a. **Zadanie nr 1 – Terapia zajęciowa**

1) Cel realizacji wsparcia: Usprawnienie w zakresie psychicznym i fizycznym osób starszych/ potrzebujących wsparcia w codziennym funkcjonowaniu, pobudzenie zaradności życiowej, nauka współżycia/ współdziałania w grupie, nawiązywania kontaktów interpersonalnych, pobudzenie wiary w sens życia oraz rozwój zainteresowań i pasji.
2) Zakres wsparcia/ szczegółowe zagadnienia tematyczne: Zajęcia z zakresu terapii zajęciowej poprzez wykonywaną czynność usprawniają uszkodzoną czynność organizmu lub pozytywnie oddziałują na stan psychiczny UP. Szczegółowy program terapii zajęciowej zostanie opracowany na podstawie diagnozy sytuacji problemowej UP i dostosowany do ich problemów, potrzeb, predyspozycji i zainteresowań. Podczas zajęć uczestnicy otrzymają materiały pomocnicze do terapii w zależności od rodzaju terapii.
3) W programie zajęć będą wykorzystywane różnorodne metody i techniki pracy, w tym między innymi:
   - ergoterapia – terapia poprzez pracę, polega na wykonywaniu czynności manualnych (np. malarstwo, rzeźbienie, tkactwo, krawiectwo, ogrodnictwo);
   - arteterapia (biblioterapia, teatroterapia, muzykoterapia) – terapia poprzez szeroko pojętą sztukę – muzykę, książki, teatr, taniec;
   - estetoterapia – terapia poprzez kontakt z pięknym otoczeniem i przedmiotami (np. wyjścia do muzeum, spacery po lesie);
   - kinezyterapia – terapia poprzez ruch (np. gimnastyka, gry zespołowe, taniec i spacery);
   - socjoterapia – terapia poprzez gry i zabawy w gronie innych uczestników oraz zajęcia mające na celu rozwój umiejętności interpersonalnych;
   - zajęcia relaksacyjne – terapia wykorzystująca techniki relaksacyjne. Jej celem jest obniżenie napięcia nerwowego, złagodzenie objawów stresu, depresji, likwidacja stanów lękowych.
4) Usługa realizowana dla 1 grupy szkoleniowej. 152 godziny dydaktyczne dla 1 grupy szkoleniowej w formie 38 spotkań po 4 godz./grupa) Łącznie: 152 godziny dydaktyczne zajęć.
5) Forma przeprowadzonych szkoleń – warsztaty/ćwiczenia.
6) Łączna liczba osób – 30 osób.
7) Łączna maksymalna liczba godzin dydaktycznych – 152 godz. Minimalna liczba godzin dydaktycznych: 120.
8) Realizacja zadania: w terminie od zawarcia umowy w sprawie zamówienia publicznego do 30.09.2023 r.

b. **Zadanie nr 2 – Wsparcie instruktora rekreacji ruchowej**

1) Cel realizacji wsparcia: Poprawa kondycji fizycznej i psychicznej osób starszych/ potrzebujących wsparcia w codziennym funkcjonowaniu.
2) Zakres wsparcia/ szczegółowe zagadnienia tematyczne: Zajęcia rekreacji ruchowej nastawione na umiarkowany wysiłek przy jednoczesnym wydatkowaniu energii przyczyniający się do poprawy wytrzymałości, zwiększenia siły i masy mięśniowej, zwiększenia gibkości i poprawy koordynacji ruchowej UP. Szczegółowy program zajęć rekreacji ruchowej będzie uwzględniał potrzeby, możliwości i zainteresowania UP. Ze względu na specyfikę grupy docelowej pod uwagę będą brane formy ćwiczeń zalecane dla osób starszych tj. marsz, nordic walking, elementy tańca, ćwiczenia pilates, równoważne i koordynacyjne, gibkościowe, ćwiczenia sensomotoryczne. W programie zostaną ujęte również formy ruchu, które są zalecane dla osób

z osteoporozą, cukrzycą, nadwagą, chorobami układu krążenia i chorobami zwyrodnieniowymi.

3) Usługa realizowana dla 4 grup szkoleniowych. Łącznie 608 godzin dydaktycznych dla 4 grup szkoleniowych w formie 152 spotkań po 2 godz./grupa) Łącznie: 608 godzin dydaktycznych zajęć dla 4 grup.
4) Zamawiający w kooperacji z Wykonawcą dokona podziału UP na grupy w zależności od ich sprawności ruchowej.
5) Forma przeprowadzonych szkoleń – warsztaty/ćwiczenia.
6) Łączna liczba osób – 30 osób.
7) Łączna maksymalna liczba godzin dydaktycznych – 608 godz. Łączna minimalna liczba godzin dydaktycznych 400 godz.
8) Realizacja zadania: w terminie od zawarcia umowy w sprawie publicznego do 30.09.2023r.

c. Zadanie nr 3 – Trening kompetencji społecznych

1) Cel realizacji wsparcia: Optymalizacja zachowań społecznych, korygowanie nieprawidłowych nawyków i zastąpienie ich nawykami adekwatnymi do sytuacji, nabycie kompetencji społecznych i umiejętności przełożenia wyuczonych i wyćwiczonych zachowań na życie codzienne.
2) Zakres wsparcia/ szczegółowe zagadnienia tematyczne: Trening kompetencji społecznych dostarczy UP niezbędnej wiedzy i umiejętności w zakresie komunikacji intra i interpersonalnej, zmiany postawy życiowej z biernej na aktywną, zmiany ograniczających przekonań, budowania zasobów, współpracy grupowej, radzenia sobie ze stresem, radzenia sobie w sytuacjach trudnych i konfliktowych.
3) Program treningu kompetencji społecznych:
   - Komunikacja intra i interpersonalna (specyfika środowiska, „kanony" postępowania, kodeks etyczny komunikacji interpersonalnej),
   - Asertywne zachowania,
   - Umiejętne komplementowanie oraz wyrażanie osobistych przekonań i opinii,
   - Zasady formułowania zrozumiałych i skutecznych komunikatów zwrotnych,
   - Wyrażanie uczuć pozytywnych,
   - Konstruktywna krytyka,
   - Rozpoznawanie i zmiana postawy życiowej, zmiana ograniczających przekonań,
   - Budowanie zasobów, określanie wartości i celów,
   - Sposoby radzenie sobie ze stresem,
   - Mechanizm powstawania konfliktów i sposoby ich rozwiązywania, radzenie sobie w sytuacjach trudnych i konfliktowych,.
4) Usługa realizowana dla 3 grup szkoleniowych. 30 godzin dydaktycznych dla 1 grupy szkoleniowej w formie 4-5 spotkań po 6-8 godz./grupa. Łącznie: 3 grupy x 30 godzin dydaktycznych = 90 godzin dydaktycznych zajęć.
5) Forma przeprowadzonych szkoleń – warsztaty/ćwiczenia.
6) Łączna liczba osób – 30 osób.
7) Łączna liczba certyfikatów – 30.
8) Łączna liczba godzin dydaktycznych – 90 godz.
9) Realizacja zadania: w terminie od dnia zawarcia umowy w sprawie zamówienia publicznego do 30.09.2022 r.

d. Zadanie nr 4 – Zajęcia edukacyjne: Bezpieczna jesień życia

1) Cel realizacji wsparcia: Wzrost poczucia bezpieczeństwa osób starszych/ potrzebujących wsparcia w codziennym funkcjonowaniu poprzez nabycie wiedzy z zakresu niebezpieczeństw, na które narażone są osoby starsze.

2) Zakres wsparcia/ szczegółowe zagadnienia tematyczne: Zajęcia obejmują zagadnienia zagrożenia bezpieczeństwa seniorów, profilaktyki kryminalnej, wyłudzeń, radzenia sobie z oszustami, rozważnego podpisywania umów. Dzięki realizacji zajęć UP nabędą wiedzę o metodach i technikach najczęściej spotykanych wyłudzeń. Dodatkowo zajęcia odniosą się również do bezpieczeństwa seniorów w ruchu drogowym, w tym wpływu leków na zdolność prowadzenia pojazdów.
3) Program zajęć edukacyjnych „Bezpieczna jesień życia":
   - Dlaczego seniorzy stają się łatwym celem oszustów?
   - Najczęstsze formy wymuszeń na seniorach – studium przypadku: „Na montera lub pracownika administracji", „Na operatora telekomunikacji", „Na wnuczka", „Na policjanta", „Na pomoc społeczną", „Na gazownię", „Na handlarza", „Na kominiarza, na opłatek", „Na zepsuty samochód", „Na rurę", „Na kuferek"
   - Oszustwa firm pożyczkowych, egzekucja należnych zobowiązań, oszustwa w zakresie sprzedaży usług, np. tańszej energii elektrycznej - Jak czytać umowy, aby nie dać się oszukać?
   - Gdzie zwracać się o pomoc w przypadku zostania ofiarą oszustwa?
   - Co zrobić, aby nie stać się ofiarą oszustwa?
   - Bezpieczeństwo seniorów w ruchu drogowym (min. znaczenie odpowiedniego oznakowania, zasada ograniczonego zaufania, wpływ medykamentów na zdolność prowadzenia pojazdów).
4) **Usługa realizowana dla 3 grup szkoleniowych. 30 godzin dydaktycznych dla 1 grupy szkoleniowej w formie 4-5 spotkań po 6-8 godz./grupa. Łącznie: 3 grupy x 30 godzin dydaktycznych = 90 godzin dydaktycznych zajęć.**
5) Forma przeprowadzonych szkoleń – warsztaty/ćwiczenia.
6) Łączna liczba osób – 30 osób.
7) Łączna liczba certyfikatów – 30.
8) Łączna liczba godzin dydaktycznych – 90 godz.
9) Realizacja zadania: w terminie od dnia zawarcia umowy w sprawie zamówienia publicznego do 30.09.2023 r.

e. **Zadanie nr 5 – Spotkania z dietetykiem w formie warsztatów kulinarnych -** Cel realizacji wsparcia: nabycie zdrowych nawyków żywieniowych, przeciwdziałanie samotności osób starszych, integracja, wymiana doświadczeń.
   1) Zakres wsparcia/szczegółowe zagadnienia tematyczne: nabycie przez UP wiedzy nt. zasad zdrowego odżywiania, komponowania codziennego jadłospisu z uwzględnieniem występujących często u osób starszych schorzeń, pokazanie praktycznej i smacznej strony zmiany nawyków żywien. Ponadto UP nauczą się przygotowywać proste, zdrowe i niedrogie potrawy.
   2) Usługa realizowana dla 2 grup szkoleniowych po ok. 15 osób każda grupa. 76 godzin dydaktycznych dla 1 grupy szkoleniowej w formie 19 spotkań po 4 godz./grupa) Łącznie: 2 grupy x 76 godzin dydaktycznych = 152 godziny dydaktyczne zajęć.
   3) Forma przeprowadzonych szkoleń – warsztaty/ćwiczenia.
   4) Łączna liczba osób – 30 osób.
   5) Łączna maksymalna liczba godzin dydaktycznych – 152 godz. Łączna minimalna liczba godzin dydaktycznych – 120 godz.
   6) Realizacja zadania: w terminie od zawarcia umowy w sprawie zamówienia publicznego do 30.09.2023 r.

f. Zadanie nr 6 – Warsztaty pielęgnacyjno – kosmetyczne
   1) Zakres wsparcia/szczegółowe zagadnienia tematyczne: udział w warsztatach pielegnacyjno-kosmetycznych pozwoli Seniorom nabyć praktyczną wiedzę nt. pielęgnacji skóry dojrzałej:

twarzy, szyi, dekoltu, dłoni i nóg. UP dowiedzą się jak należy pielęgnować skórę dojrzałą, jak poprawnie wykonać automasaż twarzy (który pobudzi pracę mięśni, poprawi krążenie i przyniesie efekt wypoczętej i odprężonej skóry) i dekoltu, jak powinno się dbać o skórę na dłoniach oraz jakie warto używać kremy pielęgnacyjne Seniorzy dowiedzą się jak o siebie dbać w warunkach domowych używając przy tym naturalnych produktów (jak przygotowywać maseczki z produktów dostępnych w domu), poznają zasady doboru kosmetyków. Seniorzy wykonają podstawowe zabiegi pielęgnacyjne na twarz, dłonie i nogi. Podczas warsztatów UP otrzymają zestawy kosmetyków.

2) Usługa realizowana dla 2 grup szkoleniowych po ok. 15 osób każda grupa. 48 godzin dydaktycznych dla 1 grupy szkoleniowej w formie 6 spotkań po 4 godz./grupa) Łącznie: 2 grupy x 24 godziny dydaktyczne = 48 godzin dydaktycznych zajęć.
3) Forma przeprowadzonych szkoleń – warsztaty/ćwiczenia.
4) Łączna liczba osób – 30 osób.
5) Łączna liczba godzin dydaktycznych – 48 godz.
6) Realizacja zadania: w terminie od zawarcia umowy w sprawie zamówienia publicznego do 30.09.2022 r.

<u>Część 2 - Zajęcia o charakterze kulturalno – integracyjnym</u>

g. Zadanie nr 7 – Działalność kulturalna – jednodniowe wyjazdy

1) Cel realizacji wsparcia: Zwiększenie aktywności i uczestnictwa w życiu społecznym i kulturowym osób starszych/ potrzebujących wsparcia w codziennym funkcjonowaniu
2) Zakres wsparcia/ szczegółowe zagadnienia tematyczne: Wyjazdy m.in. do placówek kulturalnych, na przeglądy artystyczne, do kina/teatru (ok.400km/obie strony), mające na celu aktywizację i integrację osób starszych z otoczeniem, zwiększenie udziału UP w kulturze. Zgodnie z koncepcją empowerment lokalizacja wyjazdów, terminy oraz szczegółowych program wyjazdów będą ustalane z uczestnikami DDP.
3) Wyjazdy wg zapotrzebowania uczestników w tym do wyboru:
   a) wyjazdy do kina w Rzeszowie lub Przeworsku lub Jarosławiu,
   b) wyjazdy do teatru w Rzeszowie na spektakle,
   c) wyjazdy na koncerty na terenie województwa podkarpackiego,
   d) wyjazdy do muzeów na terenie województwa podkarpackiego,
   e) wyjazdy na imprezy kulturalne, ludowe, pikniki, imprezy gminne i powiatowe na terenie województwa podkarpackiego.
4) Usługa obejmuje: 30 osób x 6 wyjazdów.
5) W ramach każdego z wyjazdów Wykonawca zapewni co najmniej 1 ciepły posiłek dla każdego uczestnika lub obiad lub suchy prowiant w zależności od charakteru wyjazdu i miejsca pobytu uczestników.
6) Forma przeprowadzonych zajęć – wyjazdy jednodniowe.
7) Łączna liczba osób – 30 osób.
8) Łączna liczba godzin – bez wskazania.
9) Realizacja zadania: w terminie od dnia zawarcia umowy w sprawie zamówienia publicznego do 30.09.2023 r.