

Załącznik nr 4 do specyfikacji

Opis przedmiotu zamówienia

Zamawiający:

Miasto i Gmina Wysoka/Miejsko - Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wysokiej

1. Informacje podstawowe:

Opis Projektu	Przedmiot zapytania ma zostać wykonany w ramach i w celu realizacji projektu Wsparcie dla osób starszych, niesamodzielnych, w tym niepełnosprawnych z terenu powiatu pilskiego, dofinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Wielkopolskiego Regionalnego Programu Operacyjnego na lata 2014-2020
Zwięzłe określenie przedmiotu	Przedmiotem zapytania jest prowadzenie zajęć w Klubie Seniora oraz zakup materiałów do zajęć w Klubie Seniora dla uczestników w projekcie Wsparcie dla osób starszych, niesamodzielnych, w tym niepełnosprawnych z terenu powiatu pilskiego, dofinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Wielkopolskiego Regionalnego Programu Operacyjnego na lata 2014-2020
Opis ogólny zadania i cele	<p>Wsparciem zadania zostanie objętych min. 20 osób starszych i zależnych, którym zostanie zagospodarowany czas wolny, w szczególności poprzez stworzenie warunków do wszechstronnej aktywności oraz umożliwienie rozwijania zainteresowań. Realizacja zadania winna integrować oraz pobudzać aktywność obywatelską seniorów poprzez działania na rzecz społeczności lokalnej.</p> <p>Istotą przedsięwzięcia jest stworzenie miejsca stacjonarnego oraz ogólnodostępnego, funkcjonującego w myśl idei „drugiego domu”, charakteryzującego się przyjazną atmosferą, sprzyjającą nawiązywaniu przyjaźni.</p> <p>Podmiot realizujący zadanie zobowiązany będzie do przedstawienia koncepcji działań, uwzględniając zróżnicowane potrzeby seniorów - uczestników zajęć. Realizacja zadania powinna zapewnić urozmaicone zajęcia, które mogą przybrać formę, np. zajęć poprawiających sprawność fizyczną i intelektualną seniorów, zajęć kulturalnych, edukacyjnych, warsztatów rozwojowych, kulinarnych, tanecznych itp., cyklicznych spotkań ze specjalistami z różnych dziedzin. Rodzaj zajęć powinien wynikać z potrzeb seniorów i zapewniać wysoki poziom atrakcyjności dla ich odbiorców. Wszystkie osoby prowadzące zajęcia powinny dostosowywać je do potrzeb i możliwości zdrowotnych seniorów. Podmiot</p>



	<p>realizujący zadanie powinien przedstawić w jaki sposób seniorzy będą włączeni w działalność Klubu i na rzecz innych seniorów lub społeczności lokalnej.</p> <p>Klub Seniora funkcjonować będzie 3 razy w tygodniu w godzinach od 7:00 do 15:00. Częstotliwość zajęć: 3 raz w tygodniu (13 godzin tygodniowo) przez okres trwania projektu, tj. od dnia podpisania umowy do dnia 31.12.2020 r.</p> <p>Podmiot realizujący zamówienie sporządza ewidencję godzin odbywających się zajęć, prowadzi dziennik zajęć uwzględniającą tematykę oraz listę obecności.</p> <p>Sposób zapłaty: faktura dotycząca zakupionych kompletów materiałów do zajęć oraz faktura dotycząca przeprowadzonych godzin zajęć w Klubie Seniora</p>
Wymagania	Wykonawca powinien posiadać uprawnienia i zasoby niezbędne do niezakłóconej realizacji przedmiotu zamówienia, w szczególności niezbędne środki techniczno-organizacyjne, niezbędne doświadczenie, kwalifikacje, kompetencje oraz potencjał osobowy i finansowy.

2 Szczegółowy opis przedmiotu zapytania:

Część zamówienia	Nazwa zadania	Szczegółowy Opis zadania
Bieżące funkcjonowanie KLUBU SENIORA		
1.	Zajęcia podtrzymujące sprawność intelektualną	<p>Zajęcia pozwalające utrzymać/zwiększyć sprawność intelektualną, rozwinąć umiejętności i indywidualne zainteresowania – 8 godzin w miesiącu przez cały okres realizacji projektu.</p> <p>Miejszem realizacji będą sale udostępnione przez Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wysokiej.</p> <p>Wykonawca przeprowadzi zajęcia o następującej tematyce:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ćwiczenia poprawiające pamięć i koncentrację - poprowadzenie zajęć nt. porządkowania spraw życia codziennego tj. jak wyrobić dokumenty, gdzie się zgłosić w celu wyrobienia między innymi: dowodu osobistego, paszportu, karty dużej rodziny, orzeczenia o stopniu niepełnosprawności, etc. - warsztaty fotografii - spotkanie dla posiadaczy smartfonów i tabletów - szukanie podstawowej pomocy medycznej: kiedy dzwonić po karetkę, placówki medyczne, prawa pacjenta, nagłe przypadki – pomoc ambulatoryjna, pielęgniarska opieka długoterminowa - informacja o szczepieniach dla seniorów - Seniorze czuj się bezpiecznie

		<ul style="list-style-type: none"> - inicjatywy lokalne z udziałem seniorów - podtrzymywanie i upowszechnianie tradycji narodowej - pielęgnowanie języka regionalnego - cykl zajęć pn. spotkanie z kulturą - warsztaty psychologiczne (zajęcia w formie rozmowy, pogadank, dyskusji i wyrażania swoich myśli, zajęcia z zakresu pozytywnego myślenia, komunikacji międzyludzkiej, asertywności, radzenia sobie ze stresem, rozwiązywania problemów w życiu codziennym) - Warsztaty biograficzne ("Grupa przy biesiadnym stole-wspomnień czar"-zajęcia mają na celu uaktywnienie seniorów poprzez różne gry i zabawy podczas których mogliby dzielić się swoją wiedzą, doświadczeniami, wspomnieniami) - wykłady pn: w moim ogrodzie, bliżej natury, zdrowa i bezpieczna żywność - umiejętność współżycia – zachowania zorientowane na nawiązywanie nowych oraz kontynuowanie starych relacji międzyludzkich i kontakty społeczne
2.	Zajęcia podtrzymujące sprawność manualną	<p>Zajęcia stymulujące sprawność manualną – 8 godzin w miesiącu przez cały okres realizacji projektu.</p> <p><u>W ramach tego zadania Wykonawca ma obowiązek dostarczyć niezbędne materiały do prowadzenia zajęć, tj.1 kpl na osobę na 2 miesiące, w skład których wchodzić będą:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - materiały niezbędne do malowania na szkle, - kolorowe papiery, - zestaw do scroobingu, - zestaw podstawowy do filcowania, - kleje, - zestaw pasmanteryjny. <p>Miejszem realizacji będą sale udostępnione – Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wysokiej.</p> <p>Wykonawca przeprowadzi zajęcia o następującej tematyce:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rękodzieło artystyczne - filcowanie - decoupage - wykonywanie kartek okolicznościowych - warsztaty pasji i twórczości (zajęcia manualne, gry i zabawy m.in. klanza, prezentowanie swoich talentów/zainteresowań) - warsztaty pn. szydełkiem i drutami - haftowanie makatki

3.	Zajęcia dotyczące profilaktyki zdrowotnej	<p>Zajęcia grupowe prowadzone przez specjalistów m.in: psychologa, diabetologa, geriatrę, ratownika medycznego, dietetyka, lekarza rodzinnego i innych według wskazywanych na bieżąco potrzeb uczestników – 24 godziny w miesiącu przez cały okres realizacji projektu.</p> <p>Miejscem realizacji będą sale udostępnione – Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wysokiej.</p> <p>Wykonawca przeprowadzi zajęcia o następującej tematyce:</p> <ul style="list-style-type: none"> - profilaktyka zdrowotna: choroba wieńcowa, nadciśnienie tętnicze, otyłość, cukrzyca, osteoporoza - zmniejszanie ryzyka niepełnosprawności - zdrowie psychiczne – znaczenie dla ogólnego stanu zdrowia - ergoterapia - leczenie bólu -profilaktyka przeciwzkrzepową i kompresjoterapia -kompendium wiedzy dla rodzin po udarze - higiena – nawyk służący starości ale wypracowany w okresach ją poprzedzających - depresja w wieku podeszłym - profilaktyka nowotworowa - Wzmacnianie organizmu – wykłady z dietetyki <p>Wykonawca zapewni specjalistów (osoby posiadające odpowiednie wykształcenie) z danej dziedziny, której będzie dotyczyła tematyka zajęć, np. geriatra, pielęgniarka, rehabilitant, diabetolog, ortopeda.</p>
4.	Zajęcia podtrzymujące sprawność fizyczną	<p>Zajęcia z zakresu kultury fizycznej, pozwalających utrzymać/poprawić sprawność fizyczną tj. joga, pilates, zajęcia taneczne, zajęcia z samoobrony – 8 godzin w miesiącu przez cały okres realizacji projektu.</p> <p>Miejscem realizacji będą sale udostępnione przez – Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Wysokiej.</p> <p>Wykonawca przeprowadzi zajęcia o następującej tematyce:</p> <ul style="list-style-type: none"> - marsz po zdrowie – organizacja spacerów połączonych z drobnymi aktywnościami sportowo – ruchowymi - zumba dla seniorów - latino solo dla seniorów - pilates dla seniorów - gimnastyka korekcyjna i ogólnousprawniająca (ćwiczenia ruchowe) - odechowe) - samoobrona dla seniorów