I. OPIS PRZEMDIOTU ZAMÓWIENIA

1. **Wspólny Słownik Zamówień (CPV): 80400000-8 - Usługi edukacji osób dorosłych oraz inne.**
2. Przedmiotem zamówienia jest: **„Organizacja i przeprowadzenie zajęć warsztatowych dla uczestników Klubów Seniora w Gminie Rajcza”.**
3. Postępowanie prowadzone jest w związku z realizacją projektu pn. „Z Seniorami zawsze aktywnie w Gminie Rajcza”
4. Projekt dofinansowany jest przez Unię Europejską, w ramach Funduszy Europejskich dla Śląskiego 2021-2027 (Europejski Fundusz Społeczny+), Priorytet: FESL.07.00-Fundusze Europejskie dla społeczeństwa, Działania: FESL.07.04-Usługi społeczne.
5. Przedmiot zamówienia składa się z 3 części. Wykonawca może złożyć ofertę na dowolną liczbę części zamówienia. w tym na:

   Część I - Kreatywne warsztaty: Od sztuki po rękodzieło – 384 godziny. Zaplanowano po 16 4-godzinnych warsztatów w każdej z 6 lokalizacji. Wnioskodawca wymaga, aby program zawierał warsztaty o tematyce: decoupage, malowanie na szkle, makrami, ceramika, malarskie i inne o tożsamym zakresie.

   Minimalne założenia programowe:

   a) **Decoupage**: wprowadzenie do rękodzieła, potrzebne preparaty, przykładowe prace, wykonanie własnoręcznych przedmiotów, w tym np. zdobienie drewnianych przedmiotów: deseczki czy pudełka na drobiazgi, nauka przyklejania serwetek, nauka postarzania prac, nauka prawidłowego komponowania motywów, wykonywanie spękania jednoskładnikowego, stosowanie szablonów.

   b) **Malowanie na szkle:** wprowadzenie do tematu, przygotowanie samodzielnych prac farbami, nauka grawerowania na szkle kryształowym.

   c) **Makrama:** wprowadzenie do sztuki wiązania sznurków, jak wybierać sznurki, nauka najważniejszych splotów, tworzenie własnych projektów.

   d) **Ceramika:** praktyczne zastosowania form gipsowych w ceramice, omówienie przyrządów niezbędnych do wykonania formy jednoczęściowej, praca z gipsem (omówienie rodzajów gipsu, mieszanie gipsu), samodzielne wykonanie kafla oraz formy gipsowe, nauka toczenia kubków + uszy, nauka toczenia pojemników z pokrywką, retusz prac (obrabianie, formowanie stopki, dekoracja przez żłobienie).

   e) **Warsztaty malarskie:** zapoznanie z różnorodnymi materiałami potrzebnymi do pracy, takie jak farby, podobrazia, zdobienia i szpachelki, nauka tworzenia obrazu, malowanie tła, techniki przygotowania struktur, technika nadania koloru, doskonalenie umiejętności.

   Część II - Seniorzy w świecie nowoczesnych narzędzi – 96 godzin. Zaplanowano po 4 4-godzinne warsztaty w każdej z 6 lokalizacji.

   Minimalne założenia programowe:

   a) Wprowadzenie do korzystania z urządzeń cyfrowych: charakterystyka urządzeń cyfrowych z dostępem do Internetu,

   b) Cyberbezpieczeństwo: charakterystyka zagrożeń w Internecie wynikających z socjotechniki, czym jest cyberbezpieczeństwo, zasady bezpiecznego korzystania z

Internetu, wirusy, trojony, phishing, itp., aktualizacja systemów operacyjnych i programy antywirusów, umieszczanie i bezpieczeństwo.

c) Facebook/WhatsApp/ serwisy społecznościowe i komunikatory – wprowadzenie w zakresie tworzenia społeczności obywatelskiej: co to są serwisy społecznościowe i jakie są ich podstawowe funkcje? co to są komunikatory i jakie są ich podstawowe funkcje? jak zarejestrować konto na Facebooku/WhatsAppie? jak stworzyć swój profil? logowanie na konto; konfiguracja ustawień profilu osobistego, ustawienie prywatności, publikowanie podstawowych treści, Utworzenie grupy społecznościowej z uczestników szkolenia, korzyści seniorów z funkcjonowania w grupie społecznościowej,

d) Poczta elektroniczna (e-mail): co to jest poczta elektroniczna, skrzynka poczty elektronicznej, konto pocztowe, jego zakładanie i bezpieczeństwo, adres e-mail, elementy pojedynczej wiadomości e-mail.

Część III - Aktywność fizyczna i zdrowie: Znaczenie ruchu na emeryturze – 96 godzin. Zaplanowano po 4 4-godzinne warsztaty w każdej z 6 lokalizacji. Wnioskodawca wymaga, aby program zawierał warsztaty o tematyce: rola regularnych ćwiczeń, zdrowe nawyki, joga, lekcje tańca przy muzyce, itp.

Minimalne założenia programowe:

a) Część teoretyczna: Aktywność i sprawność fizyczna osób po 60 roku życia – podstawowe pojęcia, motywy podejmowania aktywności fizycznej przez seniorów, bariery w podejmowaniu aktywności, rola aktywności fizycznej w procesie pomyślnego starzenia się, korzyści systematycznej aktywności fizycznej, podstawowe rekomendacje dla seniorów, w tym rekomendacje WHO, rekomendacje ACSM, rekomendacje dotyczące podejmowania aktywności fizycznej u osób ze zdiagnozowanymi chorobami przewlekłymi, specyfika i bezpieczeństwo ćwiczeń dla seniorów, metody obliczania tętna treningowego, szczegółowe zasady powalające zachować bezpieczeństwo podczas ćwiczeń, przeciwskazania do podejmowania aktywności.

b) Część praktyczna: Metody oceny i diagnozowania sprawności funkcjonalnej, przykładowe formy aktywności fizycznej dla seniora – nauka prawidłowego wykonywania ćwiczeń + ćwiczenia praktyczne (np. marsz, nordic Walking, taniec, gimnastyka, jogam pilates.

UWAGA: warunkiem koniecznym dla dopuszczenia trenerów do prowadzenia zajęć/warsztatów jest przekazanie do dokumentacji projektu przez każdego trenera zaświadczenia o odbyciu szkolenia z równości płci i niedyskryminacji przed pierwszymi zajęciami.

6. Zakres przedmiotu zamówienia dla każdej części będzie obejmować:

1) Przygotowanie szczegółowego programu zajęć i przedstawienie zamawiającemu do akceptacji,
2) Zapewnienie trenera/trenerów posiadającego/posiadających wiedzę i doświadczenie w realizacji przedmiotu zamówienia,
3) Prowadzenie zajęć/warsztatów w 6 lokalizacjach na terenie Gminy Rajcza (6 punktów x 10 osób w każdym), zapewnienie sal leży po stronie Zamawiającego, tj.:
   Lokalizacja 1: Rajcza, zajęcia możliwe do realizacji w poniedziałki i środy
   Lokalizacja 2: Rycerka Dolna, zajęcia możliwe do realizacji w poniedziałki i środy
   Lokalizacja 3: Rycerka Górna, zajęcia możliwe do realizacji we wtorki i czwartki
   Lokalizacja - 4: Zwardoń, zajęcia możliwe do realizacji we wtorki i czwartki

Lokalizacja - 5: Sól-Kiczora, zajęcia możliwe do realizacji w poniedziałki i środy
Lokalizacja - 6: Sól, zajęcia możliwe do realizacji w poniedziałki i środy.

4) Warsztaty powadzone są w blokach 4 godzinnych, w godzinach od 15.00 – do 19.00, zgodnie z ustalonym harmonogramem,
5) Przez godzinę rozumie się 60 minut,
6) Prowadzenie na bieżąco dziennika zajęć,
7) Sporządzenie imiennej listy obecności osób uczestniczących w zajęciach zawierającej podpisy osób uczestniczących. Lista winna być podpisana również przez osobę/osoby prowadzącą/prowadzące zajęcia.
8) Sporządzanie w okresach miesięcznych harmonogramu zajęć i przedstawianie go Zamawiającemu do akceptacji, w okresach miesięcznych do 25 dnia każdego miesiąca na kolejny miesiąc. Zamawiający zastrzega sobie prawo do dysponowania terminem wykonania usługi.
9) Zapewnienie materiałów na zajęcia/warsztaty leży po stronie Wykonawcy.
10) Wykonawcę obowiązują zasady oznaczania projektów współfinansowanych z programu "Fundusze Europejskie dla Śląskiego 2021-2027" (https://funduszeue.slaskie.pl/czytaj/zasady_promocji_oznakowania).