



Szacowanie wartości zamówienia

Zamawiający:

Województwo Zachodniopomorskie
Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej
ul. Marszałka Józefa Piłsudskiego 40
70-421 Szczecin
NIP 851 287 14 98
email: epotok@wzp.pl; rp@wzp.pl

Cel zamówienia:

Przeprowadzenie sesji redukujących stres i przeciwdziałających wypaleniu rodzicielskiemu w formie warsztatów oddechowych z jogą. Zamówienie usługi jest odpowiedzią na zapotrzebowanie grupy docelowej (rodziców dzieci od urodzenia do 5 roku życia) i stanowi wsparcie uczestników realizowanego projektu partnerskiego FEPZ 2021-2027 pn. Rodzinny Prolog.

Opis przedmiotu zamówienia:

- przygotowanie i poprowadzenie zajęć ukierunkowanych na redukcję stresu, regulację emocji oraz wzmocnienie uważności w codziennym życiu rodzica,
- wprowadzenie uczestników w podstawowe techniki oddechowe wspierające równowagę psychiczną i fizyczną,
- prowadzenie łagodnych ćwiczeń jogi dostosowanych do poziomu początkującego,
- przekazanie praktycznych narzędzi do samodzielnego stosowania w domu,
- czas na krótką refleksję, pytania i odpowiedzi,
- zapewnienie bezpiecznej, wspierającej atmosfery sprzyjającej odpoczynkowi i regeneracji.

Specyfikacja:

- Miejscem świadczenia usługi są Lokalne Kluby Rodzinne położone na terenie Pomorza Zachodniego (**Chojna, Goleniów, Gryfino, Karlino, Międzyzdroje, Postomino, Resko, Stargard, Suchań, Złocieniec**).
Lokalne Kluby Rodzinne to przyjazne miejsca o ciepłym charakterze. Bezpieczne i uczące przestrzenie, w których przeszkolony personel odpowiada na potrzeby rodzin z dziećmi do 5. roku życia, w tym matek w ciąży. Działania prowadzone w LKR umożliwią świadczenie kompleksowego wsparcia dla rodziców, wspierania ich w rozpoznawaniu potrzeb dzieci, budowania bezpiecznych relacji w rodzinie, rozwijania wiedzy i umiejętności rodzicielskich, wzmocniając w pełniowanych rolach. Udział w LKR daje rodzicom większą pewność i skuteczność wychowawczą, zmniejsza poziom stresu rodzicielskiego (szczególnie u matek), przeciwdziała wypaleniu rodzicielskiemu. Ponadto wspiera dzieci na wczesnym etapie ich życia, gdy rozwija się ich potencjał życiowy oraz kształtują się kluczowe kompetencje emocjonalne, społeczne i poznawcze.
- Ilość uczestników grupy ustalane będą indywidualnie z koordynatorami Lokalnych Klubów Rodzinnych na terenie Pomorza Zachodniego (10 punktów).
- Wykonawca zapewnia przeprowadzenie sesji w każdym LKR
- Rekomendowany czas jednej sesji wynosi 90 minut.
- Zamawiający przewiduje **możliwość zwiększenia ilości sesji zgodnie z zapotrzebowaniem uczestników do 30% wartości umowy.**



Wymogi w stosunku do specjalisty świadczącego usługę:

- **Kwalifikacje formalne** (potwierdzone odpowiednim zaświadczeniem, certyfikatem lub innym dokumentem potwierdzającym zdobyte kwalifikacje). Specjalista kierowany do realizacji usługi powinien posiadać co najmniej jedno z poniższych:
 - ukończony kurs instruktora jogi (np. szkoły jogi, kursy RYT 200/300 lub równoważne);
 - szkolenia z technik oddechowych, relaksacyjnych lub pracy z ciałem;
 - szkolenia z zakresu mindfulness, uważności, redukcji stresu lub pracy z emocjami;
 - Minimum 2-letnie **doświadczenie praktyczne** lub 150 godzin przeprowadzonych zajęć lub 30 sesji/warsztatów o charakterze relaksacyjnych, zajęć oddechowych, jogi lub podobnych form pracy z ciałem wspierających dobrostan psychiczny, potwierdzające m.in.:
 - pracy z osobami dorosłymi lub rodzinami (rodzic-dziecko),
 - umiejętność prowadzenia zajęć dla grup o zróżnicowanym poziomie sprawności i doświadczeniu;
 - Braku karalności oraz niefigurowaniu w Rejestrze Sprawców Przestępstw na Tle Seksualnym, o którym mowa w ustawie z dnia 13 maja 2016 r. o przeciwdziałaniu zagrożeniom przestępczością na tle seksualnym
 - Realizowanie zamówienia
 - zachowując profesjonalność świadczonej usługi;
 - zgodnie z zasadami horyzontalnymi Funduszy Europejskich, w szczególności zasadą równości szans i niedyskryminacji, w tym dostępności dla osób ze szczególnymi potrzebami oraz zasadą równości kobiet i mężczyzn;
 - z poszanowaniem zasad zrównoważonego rozwoju oraz zasadą „nie czyn poważnych szkód” (DASH). Stosując rozwiązania proekologiczne, takie jak np.: segregację odpadów powstałych w trakcie realizacji usługi, powtórne wykorzystanie zasobów, efektywne wykorzystanie sprzętu w ramach wykonywanych zadań, ograniczenie zużycia papieru, prowadzenie korespondencji w wersji elektronicznej, korzystanie z urządzeń o wysokich standardach w zakresie ochrony środowiska.
1. Termin realizacji usługi: **kwiecień – listopad 2026 r.**
 2. Płatność:

Wynagrodzenie należne Wykonawcy, za wykonanie przedmiotu zamówienia, płatne będzie po wykonaniu usługi, na podstawie prawidłowo wystawionej przez Wykonawcę faktury VAT lub przedstawionego rachunku, po uprzednio podpisanych: „Protokołach odbioru sesji wsparcia”, przelewem na rachunek bankowy Wykonawcy wskazany na fakturze VAT/rachunku, w terminie 21 dni od dnia dostarczenia do siedziby Zamawiającego. Zamawiający przewiduje możliwość płatności cząstkowych (po każdej przeprowadzonej sesji).
 3. Załączniki:
 - Formularz szacowania ceny