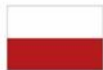




Fundusze Europejskie
dla Lubelskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Krzczonów, dnia 09.01.2026 r.

Znak sprawy: OPS.26.1.2026

ZAPYTANIE OFERTOWE OBEJMUJĄCE SZACOWANIE WARTOŚCI ZAMÓWIENIA

Gmina Krzczonów /Ośrodek Pomocy Społecznej w Krzczonowie zwraca się z prośbą o dokonanie wyceny Warsztatów relaksacyjno - ruchowych w ramach projektu pt. „Zwiększanie spójności społecznej w Gminie Krzczonów” nr FELU.08.09-IZ.00-0044/24 w ramach Regionalnego Programu Fundusze Europejskie dla Lubelskiego 2021-2027, na terenie Gminy Krzczonów w okresie od 01.07.2025r. do 30.06.2027 r.

I. DANE ZAMAWIAJĄCEGO:

Gmina Krzczonów /Ośrodek Pomocy Społecznej w Krzczonowie
z siedzibą w Krzczonowie
ul. Spokojna 7, 23-110 Krzczonów
NIP 7132879949

II. WARUNKI UDZIAŁU W POSTĘPOWANIU - KWALIFIKACJE WYMAGANE

Wykonawca musi wskazać, że dysponuje lub będzie dysponował osobami zdolnymi do wykonania zamówienia, to znaczy Wykonawca musi mieć do dyspozycji odpowiednio wykwalifikowany personel w postaci co najmniej 1 specjalisty, który będzie posiadał:

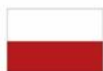
- a) Wykształcenie kierunkowe/ certyfikaty/ uprawnienia itp. do przeprowadzenia warsztatów relaksacyjno - ruchowych dla seniorów tj posiadającymi kwalifikacje zawodowe w postaci dyplom/certyfikat instruktora rekreacji ruchowej i/lub fizjoterapia i/lub rehabilitacja i/lub wychowanie fizyczne i/lub terapia zajęciowa
- b) Minimum 1 rok doświadczenia zawodowego w prowadzeniu warsztatów zajęć ruchowych lub prozdrowotnych lub terapeutycznych z osobami dorosłymi i/lub seniorami (np. stretching, pilates, gimnastyka senioralna, kinezyterapia, relaksacja).

III. PRZEDMIOT ZAMÓWIENIA:

1. Przedmiotem zamówienia jest realizacja warsztatów relaksacyjno–ruchowych dla 30 uczestników, prowadzonych w formie aktywnej pracy grupowej. Zajęcia będą realizowane w 3 grupach po 10 osób każda. Na jedną grupę przypada 176 godzin zajęć (44 dni × 4 godziny), co łącznie daje 528 godzin warsztatowych.
2. Celem warsztatów jest poprawa sprawności fizycznej uczestników, zwiększenie mobilności ciała, redukcja napięcia mięśniowego, wsparcie psycho–fizycznej równowagi oraz podniesienie ogólnego dobrostanu zdrowotnego i jakości życia seniorów.
3. Zakres merytoryczny warsztatów obejmować będzie w szczególności:
 - ćwiczenia oddechowe i relaksacyjne wspierające redukcję stresu,
 - łagodne formy ruchu dopasowane do możliwości seniorów,
 - ćwiczenia poprawiające koordynację, równowagę i świadomość ciała,
 - ćwiczenia wzmacniające ogólną sprawność oraz elastyczność mięśni,
 - elementy stretchingu, pilatesu, gimnastyki rehabilitacyjnej lub kinezyterapii,
 - rytmiczne formy aktywności wspierające samopoczucie,
 - wprowadzenie elementów pracy z oddechem, wyciszeniem i relaksacją mentalną,
 - budowanie nawyków aktywności prozdrowotnej i profilaktyki ruchowej.



Fundusze Europejskie
dla Lubelskiego



Rzeczpospolita
Polska

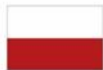
Dofinansowane przez
Unię Europejską



4. Warsztaty mają także funkcję społeczną i integracyjną — pozwalają na utrzymanie aktywności społecznej, zapobieganie izolacji i budowanie więzi grupowych. Zajęcia będą prowadzone z uwzględnieniem indywidualnych możliwości fizycznych uczestników i ich stanu zdrowia, w bezpieczny i dostosowany sposób.
5. Za godzinę pracy trenera przyjmuje się godzinę zegarową - 60 minut, zajęcia mogą odbywać się w dni robocze oraz ewentualnie w soboty i niedziele, w zależności od potrzeb uczestnika projektu.
6. Termin realizacji zamówienia: od momentu podpisania umowy do 30.06.2027 r.
 - a. dokładny harmonogram zawierający dni oraz godziny warsztatów uzależniony jest od preferencji Uczestników Projektu. Wskazane przez Zamawiającego uzgodnione terminy nie będą mogły zostać odrzucone przez Wykonawcę.
 - b. Zamawiający wymaga od Wykonawcy pozostawania w okresie realizacji przedmiotu zapytania ofertowego w pełnej dyspozycyjności Zamawiającego: realizacja przedmiotu zamówienia w miejscu i czasie ściśle określonym przez Zamawiającego, w oparciu o przedstawiany na bieżąco przez Zamawiającego harmonogram, uaktualniany w odniesieniu do możliwości i potrzeb Uczestników/Uczestniczek projektu.
7. Wspólny słownik zamówień (CPV):
 - 80500000-9: Usługi szkoleniowe
 - 80400000-8 - Usługi edukacji osób dorosłych oraz inne
8. W ramach zamówienia przewiduje się następujące czynności:
 - Opracowanie autorskiego programu warsztatów,
 - Realizacja warsztatów przez trenera, przeprowadzenie warsztatów w formule aktywnej, angażującej seniorów, zapewnienie obsługi merytorycznej zajęć, monitorowanie frekwencji i wsparcie indywidualne dla uczestników.
 - Prowadzenie dokumentacji i sprawozdawczości, dzienniki zajęć, listy obecności, harmonogram realizacji usługi na każdy miesiąc z obowiązkiem aktualizacji danych minimum 5 dni przed planowaną zmianą terminu, protokół za każdy miesiąc realizacji usługi.
9. Miejsce realizacji: Warsztaty będą realizowane na terenie województwa lubelskiego, powiatu lubelskiego, na terenie gminy Krzczonów. Zamawiający udostępni sale na potrzeby świadczenia warsztatów.
10. Wszelkie rozliczenia między Zamawiającym a Wykonawcą dokonywane będą w złotych polskich. Wykonawca ponosi koszty związane z realizacją przedmiotu zamówienia (dojazd na spotkanie z uczestnikami, ewentualne zakwaterowanie i wyżywienie specjalisty). Wynagrodzenie należne Wykonawcy uzależnione jest od faktycznie zrealizowanych godzin warsztatów. Zapłata za zrealizowaną usługę nastąpi w okresach miesięcznych z dołu. Zapłata za zrealizowaną usługę za dany miesiąc nastąpi na podstawie prawidłowo wystawionego przez Wykonawcę rachunku / faktury VAT, po podpisaniu protokołu odbioru oraz po przekazaniu Zlecniodawcy wymaganej dokumentacji.
11. Opis Uczestników Projektu: 30 osób, najbardziej zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym z terenu Gminy Krzczonów, są to w szczególności:
 - osoby w trudnej sytuacji, w tym osoby doświadczające ubóstwa, wykluczenia społecznego lub dyskryminacji w wielu wymiarach lub zagrożone takimi zjawiskami,
 - osoby starsze w rozumieniu ustawy z dnia 11 września 2015 r. o osobach starszych (Dz.U. z 2015 r. poz. 1705) , które ukończyły 60. rok życia,
 - osoby z niepełnosprawnościami: 21 osób.



Fundusze Europejskie
dla Lubelskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



12. Podstawą rozliczenia finansowego Zamawiającego z Wykonawcą będzie faktura/rachunek wystawiony przez Wykonawcę nie częściej niż jeden raz na miesiąc wraz z dziennikiem realizowanych zajęć i protokołem zdawczo-odbiorczym.

13. Zamówienie musi być realizowane osobiście przez Wykonawcę lub osobę skierowaną przez Wykonawcę do realizacji zamówienia wskazaną w załączniku nr Wykonawcy przysługuje prawo zmiany osoby realizującej przedmiot umowy pod warunkiem wskazania przez Wykonawcę specjalisty o kompetencjach, wykształceniu i doświadczeniu nie mniejszych niż osoby wskazanej w ofercie. Zmiana musi zostać zaakceptowana przez Zamawiającego na piśmie.

14. Zajęcia mogą odbywać się w dni robocze oraz ewentualnie w weekendy, w zależności od potrzeb uczestnika projektu.

15. Zamawiający zapewni rekrutację uczestników.

16. Wykonawca będzie miał obowiązek oddania dokumentacji prowadzonej na wzorach Zamawiającego do 5 dnia następnego m-ca po zrealizowaniu działania: a) dziennik realizowanych zajęć, b) protokół odbioru wykonania usługi

17. Wykonawca ma obowiązek realizować działania zgodnie z zatwierdzonym przez Zamawiającego harmonogramem i przestrzegać czasu trwania działań.

18. Wykonawcy zabrania się odwoływania jakichkolwiek działań bez zgody Zamawiającego.

19. Wykonawca ma obowiązek zapewnić realizację usługi z uwzględnieniem poszanowania polityk horyzontalnych tj. dostępności dla osób z niepełnosprawnościami i szczególnymi potrzebami (np. materiały głosowe jak i do odczytu), równości szans kobiet i mężczyzn (materiały nie nacechowane płciowo), zrównoważonego rozwoju (np. segregacja śmieci, brak materiałów jednorazowych podczas cateringu).

20. W ramach realizacji przedmiotowej usługi Wykonawca, w zakresie go dotyczącym lub w zakresie dotyczącym samego sposobu realizacji usługi objętej niniejszym SWZ, ma obowiązek uwzględnić stosowanie Wytycznych aktualnych na dzień realizacji przedmiotu zamówienia w zakresie:

a) Wytycznych dotyczących kwalifikowalności wydatków na lata 2021-2027 (skrót: wytyczne dot. kwalifikowalności wydatków);

b) Wytycznych dotyczących realizacji zasad równościowych w ramach funduszy unijnych na lata 2021-2027 (skrót: wytyczne równościowe) z uwzględnieniem w szczególności Załącznik nr 2. Standardy dostępności dla polityki spójności 2021-2027

Wytycznych dotyczących informacji i promocji Funduszy Europejskich na lata 2021-2027 (skrót: wytyczne dot. informacji i promocji);

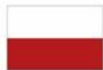
Wytycznych monitorowania postępu rzeczowego realizacji programów na lata 2021-2027 (skrót: wytyczne dot. monitorowania);

Wytyczne dotyczące realizacji projektów z udziałem środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w regionalnych programach na lata 2021–2027;

21. Zamawiający w oparciu o treść wyżej wskazanych dokumentów, może w sposób wiążący wzywać Wykonawcę do należytego wykonania obowiązków umownych lub do zmiany sposobu ich wykonania.



Fundusze Europejskie
dla Lubelskiego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



IV. TERMIN I SPOSÓB SKŁADANIA WYCENY

1. Wycenę należy złożyć na formularzu stanowiącym Załącznik nr 1 do niniejszego zapytania ofertowego
2. Ofertę należy złożyć w terminie do dnia 16.01.2025 roku. do godz. 10.00
3. Forma złożenia wyceny:
 - w formie skanu pocztą elektroniczną na adres: ops@krzczonow.eu
 - w formie papierowej - ul. Spokojna 7, 23-110 Krzczonów

V. INFORMACJE DOTYCZĄCE WYBORU OFERTY/OPIS SPOSOBU WYBORU OFERTY

Niniejsza procedura ma na celu jedynie oszacowanie wartości zamówienia, w oparciu o które Zamawiający przeprowadzi odrębną procedurę wyboru Wykonawcy. Szacowanie wartości zamówienia ma charakter informacyjny i nie zobowiązuje Zamawiającego do zawarcia umowy na określonych warunkach i z określonym podmiotem oraz nie wywołuje żadnych innych skutków prawnych.

Załączniki zapytania ofertowego:

1. Załącznik formularz