

PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNIQUES QUE HA DE REGIR L'ADJUDICACIÓ PER PROCEDIMENT OBERT, TRÀMIT ORDINARI, DEL CONTRACTE DE SERVEIS DE MONITORATGE DE DIVERSES ACTIVITATS PORTADES A TERME AL CASAL D'AVIS MUNICIPAL DE L'AJUNTAMENT DE CUBELLES

Clàusula 1. Objecte

L'objecte del present contracte és el servei de monitoratge de diverses activitats per al casal d'avis municipal, adreçades a la gent gran, d'acord amb les condicions i especificacions tècniques que s'estableixen al Plec de Prescripcions Tècniques, i que, juntament amb el que disposa el Plec de Clàusules Administratives Particulars, han de regir la contractació, i que a efectes d'adjudicació es divideix als següents lots:

- Lot núm. 1 TALLER DE LA MEMÒRIA
- Lot núm. 2 GIMNÀSTICA / IOGA/ COUNTRY I ZUMBA GOLD
- Lot núm. 3 MANUALITATS / PINTURA

Els licitadors podran presentar oferta per un o més lots.

Clàusula 2. Descripció de l'objecte i característiques tècniques

Lot núm. 1 Taller de la Memòria

Objectius:

- Incidir en la memòria a partir d'activitats cognitives i activitats motrius.
- Fomentar la prevenció i el manteniment de la salut entre la gent gran, en especial de la memòria.
- Portar a terme un projecte innovador i que impliqui a diferents entitats que vetllen per la salut de la gent gran.

Grups i horaris

ACTIVITAT	GRUP	HORARI
TALLER DE LA MEMÒRIA	A Max. 15 pers.	Dijous de 10:00 a 11:30 h
	B Max. 20 Pers.	Dijous de 11:30 a 13:00 h
	C Max. 20 Pers.	Divendres de 17:00 a 18:30 h

L'Ajuntament es reserva el dret d'anul·lar o modificar qualsevol activitat, si no hi han els participants suficients per a poder organitzar-la (10 alumnes mínims)

Les inscripcions i cobrament de les activitats se'n farà càrrec el propi Ajuntament, així com de publicitar les activitats

El curs es distribueix en tres trimestres:

- 1^a trimestre: mitjans de setembre fins a mitjans de desembre (coincidint amb calendari escolar)
- 2^o Trimestre: De gener a Març
- 3^o Trimestre: D'abril a juny

L'empresa adjudicària haurà d'assumir la coordinació i cobrir la suplència en el cas que sigui necessària.

Per l'empresa adjudicatària, serà responsable de portar a terme:

- La gestió, la planificació i l'execució de les activitats programades, d'acord amb els objectius.
- Seguiment i control de l'assistència a cadascuna de les activitats realitzades. Mensualment emetran un informe de l'assistència dels usuaris a l'activitat.

Concretament i per períodes, l'empresa adjudicatària haurà de respondre als següents requeriments:

- Desenvoluparan les sessions en funció de les programacions tècniques.
- Mantindran un contacte permanent amb el servei gestor del Casal d'Avis de l'Ajuntament, comunicaran i gestionaran les incidències que es produeixin.
- Realitzaran un seguiment diari de l'assistència dels usuaris/es
- Abans de cada període vacacional (Nadal, setmana santa i estiu) editaran un full recordatori de l'inici del curs.
- A la finalització de cada trimestre es farà una enquesta de satisfacció dels usuaris que serà facilitada per la regidora

L'adjudicatari cobrirà immediatament les baixes o vacants del seu personal, per qualsevol contingència. En cada cas l'adjudicatari ho comunicarà al/ a la responsable municipal, verbalment en el termini màxim de 24 hores, i per escrit en el de tres dies.

Lot núm. 2 Gimnàstica / loga / Country / Zumba Gold

Objectius

GIMNASTICA

La Gimnàstica per la Gent Gran és una activitat física dissenyada específicament per persones més grans de 60 anys començant a treballar progressivament les qualitats físiques bàsiques i que aporten infinitats de beneficis als qui la practiquen.

En les persones grans sol haver-hi una pèrdua de la força muscular i desgast del teixit ossi provocant dolor a les articulacions, degut als anys o a la inactivitat en períodes prolongats.

També solen tenir una tendència a la tristesa amb un estat d'ànim baix.

Els exercicis que volem que es portin a terme al casal d'Avis son exercicis senzills, alternant diferents tècniques, i amb diferents elements com ara les bandes elàstiques, pilotes o bastons, així com també exercicis de psicomotricitat i equilibri, jocs, o balls, on poden jugar i riure i millorar aquest estat d'ànim.

El nostre objectiu és doncs el d'enfortir la musculatura, endarrerir l'aparició de la osteoporosi, o si més no frenar-la, millorar la coordinació i la memòria, mantenir o perdre pes, prevenir l'arteriosclerosi, i millorar el son entre altres.

IOGA

El que pretenem es moure el cos per augmentar la flexibilitat muscular i articular. Unir el cos i la ment a través d'exercicis de coordinació, respiració, relaxació i meditació guiada. Millorar la qualitat de vida a través de pràctiques suaus i relaxants per aplicar al dia a dia.

COUNTRY

Aprenentatge pràctic dels balls i coreografies de la música Country nord-americana. L'alumne experimentarà amb la coordinació de mans, peus, braços i cap i exercitarà la memòria i la capacitat de concentració.

ZUMBA GOLD

L'objectiu d'aquest taller és aprendre coreografies de Zumba. Aquesta pràctica fa treballar el nostre cervell, tot practicant la memòria recent. A més de ballar, estimulareu els vostres sentits passant una estona d'allò més divertida!

Grups i horaris

ACTIVITAT	GRUP	HORARI
GIMNÀSTICA	A 30 Max	Dimarts i dijous de 10:00 a 11:00 h
	B 30 Max	Dimarts i dijous de 11:00 a 12:00 h

IOGA	25Max.	Dilluns i divendres, de 10:00 a 11:00 h
COUNTRY	30Max.	Divendres de 18:30 a 19:30 h
ZUMBA GOLD	30Max	Dimecres de 10:00 a 11:00 h

L'Ajuntament es reserva el dret d'anul·lar o modificar qualsevol activitat, si no hi han els participants suficients per a poder organitzar-la (10 alumnes mínims grup de loga i 15 alumnes min. per la resta)

Les inscripcions i cobrament de les activitats se'n farà càrrec el propi Ajuntament, així com de publicitar les activitats

El curs es distribueix en tres trimestres:

- 1^a trimestre: mitjans de setembre fins a mitjans de desembre (coincidint amb calendari escolar)
- 2^o Trimestre: De gener a Març
- 3^o Trimestre: D'abril a juny

L'empresa adjudicaria haurà d'assumir la coordinació i cobrir la suplència en el cas que sigui necessària.

Per l'empresa adjudicatària, serà responsable de portar a terme:

- La gestió, la planificació i l'execució de les activitats programades, d'acord amb els objectius.
- Seguiment i control de l'assistència a cadascuna de les activitats realitzades. Mensualment emetran un informe de l'assistència dels usuaris a l'activitat.

Concretament i per períodes, l'empresa adjudicatària haurà de respondre als següents requeriments:

- Desenvoluparan les sessions en funció de les programacions tècniques.
- Mantindran un contacte permanent amb el servei gestor del Casal d'Avis de l'Ajuntament, comunicaran i gestionaran les incidències que es produeixin.
- Realitzaran un seguiment diari de l'assistència dels usuaris/es
- Abans de cada període vacacional (Nadal, setmana santa i estiu) editaran un full recordatori de l'inici del curs.
- A la finalització de cada trimestres es farà una enquesta de satisfacció dels usuaris que serà facilitada per la regidora

L'adjudicatari cobrirà immediatament les baixes o vacants del seu personal, per qualsevol contingència. En cada cas l'adjudicatari ho comunicarà al/ a la responsable municipal, verbalment en el termini màxim de 24 hores, i per escrit en el de tres dies.

Quant es porti a Terme la Diada o Setmana de la Gent Gran: inclourà la programació, organització i execució de les activitats a proposta dels tècnics municipals i de les entitats de gent gran durant la setmana.

Lot núm. 3 Manualitats / Pintura

Objectius

Els Tallers de manualitats i pintura han de tenir com a objectius generals entre d'altres:

- Potenciar la capacitat màxima de cada usuari en quant a destreses, actituds i competències, especialment manipulatives.
- Aprendre a treballar en equip com factor socialitzador, potenciant també els hàbits de ordre, netedat i responsabilitat.
- Desenvolupament de la motricitat fina i gruixuda.
- Motivació que provoqui una implicació activa en la tasca.
- Fomentar la iniciativa i la creativitat.
- Desenvolupar l'atenció i la concentració.

Grups i horaris

ACTIVITAT	GRUP	HORARI
MANUALITATS	A 15 Max.	Dijous de 16:00 a 18:00 h
	B 15 Max.	Dijous de 18:00 a 20:00 h
PINTURA	10 Max.	Dimarts de 16:00 a 18:00 h

L'Ajuntament es reserva el dret d'anul·lar o modificar qualsevol activitat, si no hi han els participants suficients per a poder organitzar-la (8 alumnes mínims manualitats i pintura 6 persones min.)

Les inscripcions i cobrament de les activitats se'n farà càrrec el propi Ajuntament, així com de publicitar les activitats

El curs es distribueix en tres trimestres:

- 1^a trimestre: mitjans de setembre fins a mitjans de desembre (coincidint amb calendari escolar)

- 2º Trimestre: De gener a Març
- 3º Trimestre: D'abril a juny

L'empresa adjudicària haurà d'assumir la coordinació i cobrir la suplència en el cas que sigui necessària.

Per l'empresa adjudicatària, serà responsable de portar a terme:

- La gestió, la planificació i l'execució de les activitats programades, d'acord amb els objectius.
- Seguiment i control de l'assistència a cadascuna de les activitats realitzades. Mensualment emetran un informe de l'assistència dels usuaris a l'activitat.

Concretament i per períodes, l'empresa adjudicatària haurà de respondre als següents requeriments:

- Desenvoluparan les sessions en funció de les programacions tècniques.
- Mantindran un contacte permanent amb el servei gestor del Casal d'Avis de l'Ajuntament, comunicaran i gestionaran les incidències que es produeixin.
- Realitzaran un seguiment diari de l'assistència dels usuaris/es
- Abans de cada període vacacional (Nadal, setmana santa i estiu) editaran un full recordatori de l'inici del curs.
- A la finalització de cada trimestre es farà una enquesta de satisfacció dels usuaris que serà facilitada per la regidora

L'adjudicatari cobrirà immediatament les baixes o vacants del seu personal, per qualsevol contingència. En cada cas l'adjudicatari ho comunicarà al/ a la responsable municipal, verbalment en el termini màxim de 24 hores, i per escrit en el de tres dies.

Diligència per fer constar que aquest Plec de Prescripcions Tècniques que ha de regir l'adjudicació del contracte de serveis de monitoratge de diverses activitats portades a terme al casal d'avis municipal de l'Ajuntament de Cubelles, ha estat aprovat mitjançant Junta de Govern Local, de data 26 de juliol de 2017, i consta de 2 clàusules i 6 pàgines.

La Secretària General