



Sfinansowano w ramach reakcji Unii na pandemię Covid-19

Załącznik nr 1
do Zapytania ofertowego
nr 19/10/2022/KIF/7.1

Szczegółowy Opis Przedmiotu Zamówienia

dotyczy zamówienia przez Krajową Izbę Fizjoterapeutów usługi polegającej na organizacji szkoleń wraz z zapewnieniem trenerów przeprowadzających szkolenia, sali szkoleniowej i cateringu dla uczestników projektu w ramach realizacji projektu pn. „FIZJO-LEARNING – większe kompetencje fizjoterapeutów w pracy z pacjentem chorującym na choroby zakaźne, w tym COVID-19”.

I. INFORMACJE OGÓLNE

1) Przedmiotem zamówienia jest świadczenie usługi polegającej na organizacji i przeprowadzeniu w języku polskim specjalistycznych szkoleń jednodniowych w latach 2022-2023 na terenie województw i miast:

- a) dolnośląskie, miasta: Wrocław i/lub Wałbrzych i/lub Legnica i/lub Jelenia Góra i/lub Bolesławiec
- b) opolskie, miasta: Opole i/lub Nysa i/lub Kluczbork i/lub Kędzierzyn-Koźle
- c) śląskie, miasta: Katowice i/lub Bielsko Biała i/lub Częstochowa i/lub Gliwice i/lub Rybnik i/lub Sosnowiec,
- d) łódzkie, miasta: Łódź i/lub Piotrków Trybunalski i/lub Sieradz,
- e) małopolskie, miasta: Kraków i/lub Wadowice i/lub Nowy Targ i/lub Nowy Sącz i/lub Tarnów,
- f) podkarpackie, miasta: Rzeszów i/lub Sanok i/lub Jarosław,
- g) podlaskie, miasta: Białystok i/lub Augustów i/lub Łomża,
- h) mazowieckie, miasta: Warszawa i/lub Radom i/lub Siedlce i/lub Płock,
- i) lubelskie, miasta: Lublin i/lub Biała Podlaska i/lub Zamość,
- j) zachodniopomorskie, miasta: Szczecin i/lub i/lub Kołobrzeg i/lub Stargard i/lub Koszalin,
- k) wielkopolskie, miasta: Poznań i/lub Piła i/lub Konin i/lub Kościan i/lub Ostrów Wielkopolski,

dla fizjoterapeutów będących uczestnikami projektu „FIZJO-LEARNING – większe kompetencje fizjoterapeutów w pracy z pacjentem chorującym na choroby zakaźne, w tym COVID-19”.

Celem szkolenia jest podniesienie kompetencji zawodowych fizjoterapeutów w zakresie prowadzenia fizjoterapii pacjentów chorujących na choroby zakaźne, w tym w szczególności na COVID-19, rehabilitacji pochorobowej oraz fizjoprofilaktyki w **fizjoterapii uroginekologicznej**.

Zamawiający zastrzega, że wskazany powyżej katalog miast może ulec zmianie.

2) W zakres planowanej usługi organizacji i przeprowadzenia szkoleń wchodzi zapewnienie:

- a. Trenera Prowadzącego oraz Trenera Wspomagającego,
- b. sali szkoleniowej,
- c. usługi cateringowej (obiady oraz całonocne przerwy kawowe dla uczestników szkolenia).

3) Wykonawca do prawidłowej realizacji zamówienia zapewni do współpracy z Zamawiającym dedykowanego koordynatora. Do zadań koordynatora należeć będzie:

- a. nadzorowanie realizacji zamówienia po stronie Wykonawcy;
- b. współpracy z Zamawiającym w zakresie ustalania miejsc sal szkoleniowych, cateringu, ewentualnych zmian harmonogramów szkoleń, przypisywania trenerów do konkretnych szkoleń.
- c. koordynacja pracy trenerów;
- d. kontrolowanie przekazywania dokumentacji ze szkoleń Zamawiającemu;
- e. bieżącego kontaktu z Zamawiającym.

4) Ogólne informacje dotyczące grup szkoleniowych

Liczba grup szkoleniowych	30
Liczba dni szkoleniowych	30



Sfinansowano w ramach reakcji Unii na pandemię Covid-19

Załącznik nr 1
do Zapytania ofertowego
nr 19/10/2022/KIF/7.1

Czas trwania 1 dnia szkoleniowego	8 godzin dydaktycznych, tj. 6 godzin zegarowych.
Liczba uczestników przypadająca na jedną grupę szkoleniową:	Średnio 20 osób
Usługa cateringowa	Szkolenie 1 dniowe: 1 obiad, 1 całodniowa przerwa kawowa Średnio łącznie 600 usług cateringowych, liczonych: 30 dni szkoleniowe x średnio 20 osób w każdej grupie szkoleniowej. Standard usługi opisany szczegółowo w pkt. IV SOPZ

5) Harmonogram i liczba szkoleń:

Lp.	Nr szkolenia	Temat szkolenia	województwo	Termin szkolenia	Liczba dni szkolenia	Liczba szkoleń	łącznie liczba dni szkoleniowych
1	45	Aktywność fizyczna kobiet w ciąży	dolnośląskie	16.06.2023 r.	1	1	10
			opolskie	13.01.2023 r.		1	
			śląskie	11.08.2023 r.		1	
			łódzkie	22-04.2023 r.		1	
			małopolskie	10.12.2022 r.		1	
			podkarpackie	21.07.2023 r.		1	
			podlaskie	15.09.2023 r.		1	
			mazowieckie	10.03.2023 r.		1	
			lubelskie	10.02.2023 r.		1	
			zachodniopomorskie	-		0	
2	46	Fizjoterapia okołoporodowa - przygotowanie do porodu i postępowanie w połogu	dolnośląskie	21.01.2023 r.	1	1	10
			opolskie	18.02.2023 r.		1	
			śląskie	23.06.2023 r.		1	
			łódzkie	17.12.2022 r.		1	
			małopolskie	17.03.2023 r.		1	
			podkarpackie	14.12.2022 r.		1	
			podlaskie	26.08.2023 r.		1	
			mazowieckie	14.04.2023 r.		1	
			lubelskie	25.02.2023 r.		1	
			zachodniopomorskie	-		0	
wielkopolskie	19.05.2023 r.	1					
3	47		dolnośląskie	14.10.2023 r.	1	0	10
			opolskie	23.09.2023 r.		1	



Sfinansowano w ramach reakcji Unii na pandemię Covid-19

Załącznik nr 1
do Zapytania ofertowego
nr 19/10/2022/KIF/7.1

Aktywność fizyczna pacjentów uroonkologicznych (teoria i praktyka)	śląskie	21.10.2023 r.	1	30
	łódzkie	-	0	
	małopolskie	24.03.2023 r.	1	
	podkarpackie	12.08.2023 r.	1	
	podlaskie	08.07.2023 r.	1	
	mazowieckie	02.06.2023 r.	1	
	lubelskie	12.05.2023 r.	1	
	zachodniopomorskie	02.12.2022 r.	1	
	wielkopolskie	18.11.2023 r.	1	
	SUMA		30	30

II. WYMAGANIA ZAMAWIAJĄCEGO DOTYCZĄCE REALIZACJI USŁUGI TRENERSKIEJ

- 1) Wykonawca zobowiązany jest do realizacji zamówienia przez trenerów posiadających niezbędne kwalifikacje, kompetencje i doświadczenie w zakresie prowadzenia szkoleń i/lub kształcenia jako wykładowca akademicki wskazane każdorazowo do poszczególnych tematów szkoleń.
- 2) Jeden dzień szkoleniowy to 8h dydaktycznych. Jedna godzina dydaktyczna trwa 45 minut.
- 3) Wykonawca zapewni łącznie **3 Trenerów Prowadzących** oraz **3 Trenerów Wspomagających** do wykonania przedmiotu zamówienia we wskazanych terminach i lokalizacjach.
- 4) Wykonawca zobowiązany jest do realizacji szkoleń zgodnie z przedstawionymi założeniami w zakresie celów i efektów kształcenia uczestników szkoleń zgodnie z przekazanym harmonogramem i użyciem przekazanych prezentacji i materiałów dydaktycznych.
- 5) Zamawiający zastrzega, iż przedstawiony w SOPZ harmonogram może ulec zmianie zarówno w kwestii terminów jak i liczby szkoleń i dni szkoleniowych. W przypadku zmiany Zamawiający niezwłocznie poinformuje Wykonawcę i przedstawi nowy harmonogram.
- 6) Wykonawca zobowiązany jest do zapewnienia dla każdej grupy szkoleniowej 2 trenerów (prowadzącego i wspomagającego).
- 7) Wykonawca zobowiązany jest do prowadzenia dokumentacji szkoleniowej w postaci: list obecności uczestników na szkoleniu, odbioru materiałów dydaktycznych, cateringu, kart egzaminacyjnych, protokołu z egzaminu, ankiet satysfakcji udziału w szkoleniu
- 8) Wykonawca zobowiązuje się do zwrotu uzupełnionej i kompletnej dokumentacji szkoleniowej w terminie 7 dni roboczych po zakończeniu szkolenia (liczy się data wpływu do siedziby Zamawiającego).
- 9) Wykonawca zobowiązuje się do przekazania Zamawiającemu skanów uzupełnionej i kompletnej dokumentacji szkoleniowej w ciągu 3 dni roboczych po zakończeniu szkolenia.
- 10) Zamawiający najpóźniej na 3 dni robocze przed datą rozpoczęcia szkolenia zobowiązuje się do przekazania Wykonawcy elektroniczne wersje następującej dokumentacji szkoleniowej:
 - a) listy obecności;
 - b) listy odbioru materiałów szkoleniowych i cateringu;
 - c) kart egzaminacyjnych;
 - d) protokołu z egzaminów;
 - e) raportu ze szkolenia;
 - f) plakatu informacyjnego o realizowanym projekcie (format A4),
 a Wykonawca zobowiązuje się do dostarczenia na miejsce szkolenia wydrukowanych ww. dokumentów w liczbie minimum równej liczbie uczestników danego szkolenia w przypadku dokumentu, o których mowa w lit. c oraz po jednym egzemplarzu pozostałych dokumentów.
- 11) Zamawiający przekazuje Wykonawcy materiały dydaktyczne oraz ankiety satysfakcji, a także materiały szkoleniowe (notes, podkładka, długopis), a Wykonawca ma obowiązek dostarczenia na miejsce szkolenia



Sfinansowano w ramach reakcji Unii na pandemię Covid-19

Załącznik nr 1
do Zapytania ofertowego
nr 19/10/2022/KIF/7.1

powyższych materiałów w liczbie odpowiadającej minimum liczbie uczestników szkolenia, uwzględniając temat szkolenia

- 12) Zamawiający zobowiązuje się do przekazania Wykonawcy co najmniej 5 dni przed rozpoczęciem każdego szkolenia informacji na temat:
 - a. liczby uczestników szkolenia;
 - b. liczbę uczestników z określonymi wymaganiami żywieniowymi.
- 13) Wykonawca w terminie 14 dni przed rozpoczęciem szkolenia przekaże Zamawiającemu nazwiska Trenera Prowadzącego oraz Trenera Wspomagającego dedykowanych do prowadzenia szkolenia.
- 14) Zamawiający dopuszcza możliwość przeprowadzenia szkolenia przez osoby inne, niż wskazane w Formularzu ofertowym, złożonym przez Wykonawcę, pod warunkiem, że osoby te posiadają kwalifikacje nie niższe niż osoby wskazane w ofercie oraz po akceptacji Zamawiającego.
- 15) Zamawiający przekaże Wykonawcy na czas realizacji całego zamówienia specjalistyczny sprzęt fizjoterapeutyczny, niezbędny do realizacji części praktycznej szkolenia. Za dostarczenie na miejsce szkolenia wymaganego sprzętu odpowiada Wykonawca. Wykaz sprzętu znajduje się w SOPZ w pkt. V.
- 16) Zamawiający przekaże Wykonawcy, po podpisaniu Umowy prezentacje multimedialne, materiały dydaktyczne do każdego tematu szkoleń oraz filmy instruktażowe, na podstawie których trenerzy będą przeprowadzać przeprowadzali szkolenia.

III. WYMAGANIA ZAMAWIAJĄCEGO DOTYCZĄCE SALI SZKOLENIOWEJ

W związku z aktualną sytuacją w kraju, związaną z epidemią koronawirusa (SARS-CoV-2), miejsce szkolenia zobowiązane jest do działania zgodnie z aktualnym stanem prawnym oraz wytycznymi Głównego Inspektora Sanitarnego.

- 1) Wykonawca zapewni salę posiadającą powierzchnię zgodną z wytycznymi Głównego Inspektora Sanitarnego, pozwalającą uczestnikom szkolenia na utrzymanie dystansu społecznego.
- 2) Wykonawca zapewni dostęp do sali szkoleniowej na min. 9h każdego dnia szkoleniowego;
- 3) Wykonawca zapewni płyny dezynfekujące (w formie spryskiwacza), ręczniki papierowe oraz rękawiczki jednorazowe (lateksowe) w ilości niezbędnej do bezpiecznego prowadzenia zajęć praktycznych (co najmniej 2 pary rękawiczek na uczestnika na każdy dzień szkoleniowy).
- 4) Sala szkoleniowa może być oddalony od hotelu, w którym nocują uczestnicy szkolenia maksymalnie o 25 km. Odległość mierzona za pomocą portali umożliwiających pomiar odległości tj. www.targeo.pl, www.maps.google.pl lub podobnych, w sposób odzwierciedlający faktyczną drogę jaką należy pokonać z hotelu do zaproponowanej sali szkoleniowej, a nie odległość mierzona w linii prostej.
- 5) Sala szkoleniowa winna znajdować się w centrum konferencyjnym, szkoleniowym lub obiekcie hotelarskim o standardzie minimum 3 gwiazdek według kategoryzacji opisanej w art. 38 ustawy o usługach turystycznych (lub standardzie równoważnym), albo w innym obiekcie użyteczności publicznej, przy czym Zamawiający zastrzega sobie prawo do weryfikacji i braku akceptacji miejsca wskazanego przez Wykonawcę, jeśli jego standard okaże się niewystarczający. Wykonawca przedstawi Zamawiającemu lokalizację i standard sali szkoleniowej 10 dni przed rozpoczęciem szkolenia.
- 6) Sala szkoleniowa oraz dostęp do niej od wejścia do budynku, winna być przystosowana do osób z niepełnosprawnościami.
- 7) Sala szkoleniowa winna być umiejscowiona w budynku w sposób umożliwiający bezproblemową dostawę przez Zamawiającego stołów do terapii oraz innego sprzętu wykorzystywanego w trakcie szkolenia.
- 8) Sala szkoleniowa winna spełniać odpowiednie warunki sanitarne, bezpieczeństwa, akustyczne i jakościowe, posiadać bezpłatny dostęp do Internetu.



Sfinansowano w ramach reakcji Unii na pandemię Covid-19

Załącznik nr 1
do Zapytania ofertowego
nr 19/10/2022/KIF/7.1

- 9) W sali winna być możliwość dowolnej aranżacji ustawienia stołów, krzeseł.
- 10) W sali winna być możliwość dostawienia stołów do terapii do zajęć praktycznych (warsztaty, warunki symulowane).
- 11) Sala winna być na tyle przestronna by umożliwić swobodne poruszanie się uczestników, ustawienie stołów do terapii, ustawienie stołów i krzeseł dla uczestników szkoleń i trenerów oraz pozostałego sprzętu wykorzystywanego w trakcie szkolenia.
- 12) Sala w czasie przerw winna być zamykana w sposób uniemożliwiający dostęp osobom spoza szkolenia;
- 13) Sala winna być wyposażona w klimatyzację lub wentylację mechaniczną umożliwiającą regulację temperatury podczas użytkowania pomieszczenia.
- 14) Zaplecze sanitarne (toalety) winny znajdować się w pobliżu sali szkoleniowej.
- 15) Szatnia na okrycia wierzchnie winna znajdować się w pobliżu sali szkoleniowej.
- 16) Ze względu na konieczność przygotowania sali do zajęć szkoleniowych Zamawiający musi mieć możliwość dostępu do sali min. 60 minut przed i po szkoleniu.
- 17) W sali powinny znajdować się okna dające światło dzienne oraz być zapewnione oświetlenie sztuczne.
- 18) Zamawiający przekazuje Wykonawcy materiały w formie elektronicznej, którymi Wykonawca zobowiązany jest oznakować salę szkoleniową (np. plakaty, wydruki informacyjne) o wizualizacji zgodnej z wymogami POWER¹.
- 19) **Minimalne wyposażenie sali szkoleniowej:**
 - a) stoły i krzesła - liczba miejsc siedzących oraz stołów musi odpowiadać liczbie uczestników szkolenia oraz liczbie trenerów prowadzących szkolenie;
 - b) flipchart z papierem oraz pisaki w czterech kolorach (czarny, niebieski, czerwony, zielony);
 - c) projektor multimedialny (sprawny, umożliwiający podłączenie do laptopa);
 - d) ekran umożliwiający projekcję wyraźnego obrazu z projektora multimedialnego, widocznego dla wszystkich uczestników;
 - e) nagłośnienie – według wymagań trenerów;
 - f) minimum 2 bezprzewodowe mikrofony – według wymagań trenerów;
 - g) możliwość zaciemnienia pomieszczenia.

IV. WYMAGANIA ZAMAWIAJĄCEGO DOTYCZĄCE USŁUGI CATERINGOWEJ

W związku z aktualną sytuacją w kraju, związaną z epidemią koronawirusa (SARS-CoV-2), podmiot odpowiedzialny za usługę, zobowiązany jest do działania zgodnie z aktualnym stanem prawnym oraz wytycznymi Głównego Inspektora Sanitarnego.

- 1) W zakresie wyżywienia uczestników szkolenia Wykonawca zapewni: obiad oraz całodniową przerwę kawową dla każdego uczestnika, na każdy dzień szkoleniowy.
- 2) Wyżywienie winno być zapewnione w miejscu odbywania szkoleń.
- 3) Wykonawca jest zobowiązany zapewnić obsługę pozwalającą na szybkie i sprawne wydanie posiłków, zarówno obiadu jak i przerwy kawowej.
- 4) Wykonawca jest zobowiązany do używania wyłącznie produktów spełniających normy jakościowe produktów spożywczych, bezpiecznego przechowywania i przygotowywania artykułów spożywczych zgodnie z ustawą z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Dz. U. z 2019, poz. 1252 ze zm.), dbania o to, by wszystkie posiłki były bezwzględnie świeże oraz charakteryzowały się wysoką jakością w odniesieniu do

¹ <https://www.power.gov.pl/strony/o-programie/promocja/zasady-promocji-i-oznakowania-projektow-w-programie/zasady-promocji-i-oznakowania-projektow-w-programie-umowy-podpisane-od-1-stycznia-2018-roku/>



Sfinansowano w ramach reakcji Unii na pandemię Covid-19

Załącznik nr 1
do Zapytania ofertowego
nr 19/10/2022/KIF/7.1

użytych składników oraz do kontroli aktualnych badań sanitarno-epidemiologicznych pracowników mających kontakt z przygotowaniem i wydawaniem posiłków.

- 5) Wykonawca zobowiązany jest do zapewnienia wyżywienia, posiadającego odpowiednio wysoką kaloryczność z możliwością indywidualnej diety.
- 6) Wykonawca jest zobowiązany do zapewnienia pełnego serwisu gastronomicznego związanego z wyżywieniem,
- 7) Wykonawca zobowiązany jest dostarczyć produkty przerwy kawowej na miejsce spożycia cateringu najpóźniej 30 min. przed planowanym rozpoczęciem szkolenia oraz obiad najpóźniej 10 min. przed rozpoczęciem przerwy obiadowej.
- 8) Wykonawca zobowiązany jest do przygotowania posiłków w dniu świadczenia usług cateringowych. Podane posiłki nie mogą być wykonywane z produktów typu instant, np. zupy w proszku. Ryby podawane w zestawach powinny być świeże i pozbawione ości - filetowane, dania i napoje gorące powinny posiadać odpowiednią temperaturę w momencie podania, owoce powinny być czyste i dojrzałe.
- 9) Wykonawca zobowiązany jest do umieszczenia informacji o alergenach w dostępnym widocznym miejscu dla osób korzystających z posiłków. Informacje należy umieścić w menu lub na dodatkowej kartce na przykład w formie graficznych znaczków w menu, czy w tabeli na osobnej kartce.
- 10) Wykonawca zobowiązany jest dostarczyć produkty pierwszej klasy jakości, świeże, odpowiadające normom jakościowym właściwym dla danego rodzaju produktów, spełniających normy jakościowe produktów spożywczych, bezpiecznego przechowywania i przygotowywania artykułów spożywczych zgodnie z ustawą z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (Dz. U. z 2019, poz. 1252 ze zm.), które obowiązują na terenie Polski, oraz o aktualnych terminach przydatności do spożycia. Wykonawca musi ustalić z Zamawiającym menu na 3 dni przed terminem realizacji szkolenia, w szczególności składniki dania obiadowego (uzyskanie akceptacji Zamawiającego dla propozycji menu).
- 11) Wykonawca zobowiązany jest uprzątnąć naczynia i sprzęt gastronomiczny oraz wywieźć śmieci pozostałe po posiłkach po zakończeniu spożywania posiłków.
- 12) Specyfikacja wyżywienia:
 - a. Obiad (opis i gramatura dotyczy jednego obiadu dla jednego uczestnika) - jeden na każdy dzień szkoleniowy:
 - i. Pierwsze danie: zupa (min.200 ml/osobę);
 - ii. Drugie danie: mięso lub ryba do wyboru, (min. 130 g./os), dodatki tj. ziemniaki lub kasza lub makaron lub ryż, (min. 100 g./os.), surówka lub warzywa gotowane (min. 140 g./os),
Wykonawca zobowiązany jest zapewnić możliwość zamówienia dania bezmięsnego lub bezglutenowego na życzenie uczestnika szkolenia (informacja zostanie przekazana na co najmniej 3 dni przed rozpoczęciem szkolenia).
 - iii. Napoje podane do obiadu: woda mineralna niegazowana – jedna butelka 0,5 l wody niegazowanej na osobę i/lub woda mineralna gazowana – jedna butelka 0,5 l wody gazowanej na osobę, kawa (parzona i rozpuszczalna dostępna bez ograniczeń), dodatki do kawy: mleko/śmietanka do kawy, herbata (parzona wrzątkiem dostępna bez ograniczeń, do wyboru: czarna, owocowa i zielona), dodatki do kawy i herbaty: cukier, słodzik, cytryna.
 - b. Przerwa kawowa: całodzienna przerwa kawowa (dostępna na 30 minut przed rozpoczęciem szkolenia plus 2 x przerwy po 15 min. w ciągu dnia) na uczestnika, na każdy dzień szkoleniowy składająca się z: woda mineralna niegazowana – jedna butelka 0,5 l wody niegazowanej na osobę, woda mineralna gazowana – jedna butelka 0,5 l wody gazowanej na osobę, kawa (parzona i rozpuszczalna dostępna bez ograniczeń), dodatki do kawy: mleko/śmietanka do kawy, herbata (parzona wrzątkiem dostępna bez



Sfinansowano w ramach reakcji Unii na pandemię Covid-19

Załącznik nr 1
do Zapytania ofertowego
nr 19/10/2022/KIF/7.1

ograniczeń, do wyboru: czarna, owocowa i zielona), dodatki do kawy i herbaty: cukier, słodzik, cytryna, dwa rodzaje ciast do wyboru – min. 150 g/os., ciasteczka kruche różne rodzaje – min. 100 g/os., sezonowe owoce obrane i wyfiletowane - co najmniej 100 g na osobę,

V. SPECYFIKACJA MERYTORYCZNA ZAKRESU SZKOLEŃ Z FIZJOTERAPII UROGINEKOLOGICZNEJ

- 1) Poniżej Zamawiający przedstawia podstawowe zagadnienia merytoryczne realizowane w trakcie planowanych szkoleń zgodnie z harmonogramem ujętym w **pkt. I ppkt 4) SOPZ** wraz ze sprzętem niezbędnym do przeprowadzenia części praktycznej szkolenia.

Nr szkolenia	Tytuł szkolenia:	Aktywność fizyczna kobiet w ciąży
45	Podstawowe zagadnienia merytoryczne wymagane do realizacji w czasie szkolenia	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wprowadzenie. Aktywność fizyczna kobiet w ciąży. Międzynarodowe wytyczne i rekomendacje: <ol style="list-style-type: none"> a. Omówienie Międzynarodowych wytycznych. 2. Fizjoprofilaktyka przed zajściem w ciążę: reedukacja posturalna, aktywność fizyczna: <ol style="list-style-type: none"> a. Reedukacja posturalna przed zajściem w ciążę, b. Aktywność fizyczna przed zajściem w ciążę. 3. Fizjologia zmian w organizmie kobiety w trakcie ciąży: <ol style="list-style-type: none"> a. Główne modyfikacje/zmiany fizjologiczne u matki w odpowiedzi na ciążę. 4. Teoria: Wpływ aktywności fizycznej/ćwiczeń w trakcie ciąży (wraz z oceną dowodów) na organizm kobiety i płodu. 5. Praktyka: Rola fizjoterapeuty w przepisywaniu/zalecaniu ruchu podczas ciąży. 6. Ćwiczenia ogólnousprawniające: joga i pilates. 7. Rolowanie. 8. Trening HIIT. 9. Ćwiczenia siłowe. 10. Ćwiczenia mięśni dna miednicy i oddechowe. 11. Test sprawdzający.
	Sprzęt potrzebny do realizacji części praktycznej szkolenia (przekazany przez Zamawiającego na czas realizacji projektu):	<p>Piłka gimnastyczna średnia gumowa, dmuchana – 65 cm Piłka gimnastyczna duża gumowa, dmuchana – 85 cm Guma oporowa thera band lub równoważny - 2,5 m; opór średni-czerwona hantle zestaw w skrzyni lub walizce (łącznie 8 sztuk w zestawie -2x 0,5 kg, 2x1 kg, 2x1,5 kg, 2x2 kg) Pulsoksymetr</p> <p>Powyższy wykaz sprzętu może podlegać modyfikacji</p>
46.	Tytuł szkolenia:	Fizjoterapia okołoporodowa – przygotowanie do porodu i postępowanie w połogu
	Podstawowe zagadnienia merytoryczne wymagane do realizacji w czasie szkolenia	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wprowadzenie – ciąża: <ol style="list-style-type: none"> a. Ciąża. 2. Zmiany fizjologiczne u kobiet w ciąży: <ol style="list-style-type: none"> a. układ oddechowy, b. układ sercowo-naczyniowy, c. układ moczowy,

Sfinansowano w ramach reakcji Unii na pandemię Covid-19

Załącznik nr 1
do Zapytania ofertowego
nr 19/10/2022/KIF/7.1

		<ul style="list-style-type: none"> d. układ kostno-szkieletowy, e. układ metaboliczny, f. układ rozrodczy, g. zmiany zachodzące na tle psychologicznym. <p>3. Przygotowanie krocza do porodu:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. ćw. mięśni dna miednicy, b. masaż krocza, c. regularne współżycie. <p>4. Masaż krocza na fantomach:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. techniki masażu krocza na fantomach. <p>5. Poród naturalny:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. fazy porodu, b. pozycje wertykalne, c. parcie spontaniczne, d. oddech, e. niefarmakologiczne metody łagodzenia bólu, f. Epizjotomia. <p>6. Postępowanie fizjoterapeutyczne w połogu:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. spadek masy ciała, b. obkurczanie macicy, c. skurcze podbrzusza, d. gojenie się krocza. <p>7. Powikłania po porodzie:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. powikłania po nacięciu krocza, b. fizjoterapia po nacięciu krocza, c. nietrzymanie moczu, d. obniżenie narządów miednicy mniejszej.
	<p>Sprzęt potrzebny do realizacji części praktycznej szkolenia (przekazany przez Zamawiającego na czas realizacji projektu):</p>	<p>Mata do ćwiczeń piankowa z gumką około 170-180x50-60 cm</p> <p>Taśmy do kinesiotapingu 5 cm x 5 m</p> <p>Miednica anatomiczna - Model miednicy z mięśniami dna miednicy kobiety</p> <p>Podstawowy symulator porodowy (odpinane nakrycie brzucha z podstawową wkładką do porodu z cesarskim cięciem; wkładka do cesarskiego cięcia; kanał porodowy (srom, szyjka macicy); środek smarujący; płyn owodniowy i 100 wkładek; płód; pępowina; łóżysko)</p> <p>Powyższy wykaz sprzętu może podlegać modyfikacji</p>
<p>47.</p>	<p>Tytuł szkolenia:</p> <p>Podstawowe zagadnienia merytoryczne wymagane do realizacji w czasie szkolenia</p>	<p>Aktywność fizyczna pacjentów uroonkologicznych (teoria i praktyka)</p> <ul style="list-style-type: none"> 1. Aktywność fizyczna pacjentów uroonkologicznych (teoria i praktyka). 2. Aktywność fizyczna ludzi dorosłych /korzyści: <ul style="list-style-type: none"> a. Aktywność fizyczna a parametry zdrowia. 3. Aktywność fizyczna u pacjentów uroonkologicznych: <ul style="list-style-type: none"> a. Rak a problemy zdrowotne (charakterystyka i rodzaj zaburzeń). 4. Rehabilitacja onkologiczna problemy: <ul style="list-style-type: none"> a. Problemy fizyczne w przebiegu raka Co należy uwzględnić w programowaniu ćw pacjenta onkologicznego? Wiedza i umiejętność modyfikacji



Sfinansowano w ramach reakcji Unii na pandemię Covid-19

Załącznik nr 1
do Zapytania ofertowego
nr 19/10/2022/KIF/7.1

		<p>zaleceń/programu ćwiczeń w oparciu o wskazania i p/ wskazania do aktywności.</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Ograniczenia do aktywności ruchowej w chorobie nowotworowej: <ol style="list-style-type: none"> a. Należy przestrzegać zasad dotyczących podejmowanych aktywności, np. zakazu pływania podczas naświetlania, zachowania ostrożności przy wkluciu centralnym, ochrony przed silnym nasłonecznieniem. 6. Wytyczne do aktywności w chorobie onkologicznej: <ol style="list-style-type: none"> a. Regularna aktywność fizyczna, w tym aktywność aerobowa i trening siłowy, może pomóc przejść przez zabiegi i zmniejszyć skutki uboczne leczenia. 7. Wydolność pacjenta a kwalifikacja do aktywności fizycznej: <ol style="list-style-type: none"> a. Aktywność fizyczna- definicja PST-Teoria stresu fizycznego Mierzalne parametry zmęczenia podczas wysiłku fizycznego Wydolność pacjenta a kwalifikacja do treningu Parametry obciążenia treningowego Metody do pomiaru i monitorowania intensywności obciążenia podczas aktywności codziennej i podczas wysiłku (ćwiczeń aerobowych). 8. Oddychanie – ważny element usprawniania pacjenta onkologicznego: <ol style="list-style-type: none"> a. Dusznosc może mieć znaczący wpływ na jakość życia osób chorych na raka. Proces oddechowy Tory oddechowe Oddychanie a praca mięśni. 9. Rodzaje aktywności fizycznej pacjenta onkologicznego- rekomendacje towarzystw naukowych: <ol style="list-style-type: none"> a. Wytyczne towarzystw naukowych- wnikliwie analizy rodzaju aktywności ruchowej i jej wpływu na zdrowie. 10. Czerwone flagi Ostrożność w podczas aktywności fizyczne: <ol style="list-style-type: none"> a. p/wskazania i zalecane ostrożności podczas podejmowanych aktywności fizycznych. 11. linki stron internetowych przydatne w pracy z pacjentem onkologicznym: <ol style="list-style-type: none"> a. Linki do stron towarzystw naukowych i wytycznych do aktywności fizycznej w onkologii.
	<p>Sprzęt potrzebny do realizacji części praktycznej szkolenia (przekazany przez Zamawiającego na czas realizacji projektu):</p>	<p>Piłka gimnastyczna średnia gumowa, dmuchana – 65 cm</p> <p>Guma oporowa thera band lub równoważny - 2,5 m; opór średni-czerwona</p> <p>hantle zestaw w skrzyni lub walizce (łącznie 8 sztuk w zestawie -2x 0,5 kg, 2x1 kg, 2x1,5 kg, 2x2 kg)</p> <p>Pulsoksymetr</p> <p>Powyższy wykaz sprzętu może podlegać modyfikacji</p>