

Zadanie 9

OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA – szkolenie 9

Przedmiotem zamówienia jest zorganizowanie i przeprowadzenie zamawianego szkolenia pt. „Zarządzanie emocjami w biznesie z elementami Work Life Balance” w ramach projektu Nowoczesne nauczanie oraz praktyczna współpraca z przedsiębiorcami- program rozwoju Uniwersytetu Zielonogórskiego”, nr POWR.03.05.00-00-Z014/18, Program Operacyjny Wiedza Edukacja Rozwój, Oś priorytetowa III Szkolnictwo wyższe dla gospodarki i rozwoju, Działanie 3.5. Kompleksowe programy szkół wyższych współfinansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego.

1. Dokładny opis tematyki.

Jak zachować równowagę pomiędzy zawodowymi wyzwaniami a radością realizowania swoich prywatnych pasji? Jak oddzielić pracę od sfery prywatnej i czy to w ogóle jest potrzebne? Jak zapanować nad swoimi emocjami i zachować przy tym zdrowe serce i rozum? Jak zadbać o dobre relacje z pracownikami i przełożonymi bez stresu i frustracji?

W odpowiedzi na te pytania pomoże szkolenie z zarządzania emocjami.

Szkolenie skierowane jest do:

- Menedżerów i liderów
- Osób zagrożonych wypaleniem zawodowym lub depresją
- Osób pracujących w stresującym środowisku
- Osób zainteresowanych rozwojem osobistym
- Osób, dla których ważne jest budowanie trwałych i świadomych relacji

2. Program:

- 1) ABC emocji
- 2) Zrozumieć siebie
- 3) Zarządzanie emocjami
- 4) Work Life Balance

3. Sposób realizacji:

- 1) Szkolenie zostanie przeprowadzone w języku polskim.
- 2) Wykonawca ponosi pełną odpowiedzialność za bezpieczeństwo Uczestników Projektu w czasie trwania zajęć, jakość i terminowość prowadzonych zajęć;
- 3) Czas trwania szkolenia:
 - a) Szkolenie 2 – dniowe, po 8 godzin dydaktycznych każdego dnia (2 dni x 8h = 16h) dla grupy A,
 - b) Szkolenie 2 – dniowe, po 8 godzin dydaktycznych każdego dnia (2 dni x 8h = 16h) dla grupy B.
 - c) Szkolenie 2 – dniowe, po 8 godzin dydaktycznych każdego dnia (2 dni x 8h = 16h) dla grupy C

Tytuł projektu	„Nowoczesne nauczanie oraz praktyczna współpraca z przedsiębiorcami- program rozwoju Uniwersytetu Zielonogórskiego”
Numer umowy	POWR.03.05.00-00-Z014/18-00
Program Operacyjny	Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020
Oś Priorytetowa	III Szkolnictwo wyższe dla gospodarki i rozwoju
Działanie 3.5	Kompleksowe programy szkół wyższych
Beneficjent	Uniwersytet Zielonogórski, ul. Licealna 9, 65-417 Zielona Góra

Zadanie 9

OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA – szkolenie 9

- 4) Jedna godzina dydaktyczna = 45 min.;
- 5) Jedna grupa szkoleniowa składa się z 10 Uczestników projektu;
- 6) Łącznie udział weźmie 30 Uczestników projektu;
- 7) Zamawiający zastrzega sobie prawo do zmniejszenia bądź zwiększenia liczby osób w poszczególnych grupach z zastrzeżeniem, że łączna liczba osób nie
- 8) przekroczy 30.
- 9) Zajęcia będą odbywały się w dni robocze.
- 10) Wykonawca zobowiązany jest przekazać Uczestnikowi Projektu imienne certyfikaty potwierdzające ukończone szkolenie. Wzór certyfikatu musi zostać zaakceptowany przez Zamawiającego i musi zawierać logotypy i informacje zgodne z „Wytycznymi dotyczącymi oznaczania projektów w Ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój”, które Zamawiający dostarczy Wykonawcy w odpowiedniej formie. Informacje o obowiązku zamieszczania tych oznaczeń będzie przekazywał Wykonawcy Zamawiający. Wzór certyfikatu wraz z logotypami zostanie przedstawiony Zamawiającemu do akceptacji najpóźniej do 2 dni przed rozpoczęciem szkolenia. Jeden dodatkowy egzemplarz w wersji papierowej i elektronicznej zostanie przekazany Zamawiającemu.
- 11) Wykonawca prześle Zamawiającemu po zakończeniu szkolenia kopie potwierdzone „za zgodność z oryginałem” przez Wykonawcę wydanych uczestnikowi szkolenia certyfikatów oraz pozostałych dokumentów związanych z realizacją szkolenia.
- 12) Wykonawca zobowiązany jest zapewnić i przekazać, w dniu rozpoczęcia szkolenia, dla każdego z Uczestników Projektu materiały szkoleniowe w języku polskim.
- 13) Wszelkie opracowania i/lub materiały szkoleniowe muszą zawierać logotypy i informacje zgodnie z „Wytycznymi dotyczącymi oznaczania projektów w Ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój”;
- 14) Wykonawca zobowiązany jest prowadzić listę obecności dokumentować prowadzenie każdego szkolenia w osobnym dzienniku szkolenia w sposób uzgodniony z Koordynatorem Jednostki Realizującej Projekt.
- 15) Wykonawca jest zobowiązany przygotować i przeprowadzić bilans kompetencji i/lub kwalifikacji posiadanych przez uczestników projektu przed rozpoczęciem szkolenia oraz podsumować analogicznym badaniem, pozwalającym określić stan kompetencji i/lub kwalifikacji po zakończeniu szkolenia.
- 16) Miejsce realizacji szkolenia: w siedzibie Zamawiającego, sale wykładowe Uniwersytetu Zielonogórskiego. Adres szkolenia określony zostanie przez Zamawiającego na co najmniej 5 dni przed datą szkolenia. W przypadku utrzymywania się stanu zagrożenia epidemiologicznego lub stanu epidemii w okresie przewidzianym na realizację umowy, Wykonawca zobowiązany jest, na wniosek Zamawiającego do zdalnej realizacji przedmiotu zamówienia w całości lub w części.

4. Catering:

Tytuł projektu	„Nowoczesne nauczanie oraz praktyczna współpraca z przedsiębiorcami- program rozwoju Uniwersytetu Zielonogórskiego”
Numer umowy	POWR.03.05.00-00-Z014/18-00
Program Operacyjny	Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020
Oś Priorytetowa	III Szkolnictwo wyższe dla gospodarki i rozwoju
Działanie 3.5	Kompleksowe programy szkół wyższych
Beneficjent	Uniwersytet Zielonogórski, ul. Licealna 9, 65-417 Zielona Góra

Zadanie 9

OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA – szkolenie 9

- 1) W harmonogramie muszą zostać ujęte dwie przerwy: jedna przerwa kawowa oraz przerwa na obiad dla każdej osoby na dzień szkolenia. W ramach szkolenia Wykonawca zobowiązany jest zapewnić uczestnikom szkolenia czas niezbędny do spożycia posiłku w postaci obiadu oraz poczęstunku w ramach przerwy kawowej. Koszty związane z cateringiem pokrywa Wykonawca.
- 2) Wykonawca zapewnia dowóz cateringu o ustalonej godzinie na miejsce realizacji szkoleń wskazane przez Zamawiającego.
- 3) Wykonawca zapewnia naczynia sztućce i opakowania jednorazowe, spełniające wymogi bezpieczeństwa dla zdrowia i środowiska. Porcje ciastek, obiad oraz napoje powinny być zapakowane w pojemniki dla każdej osoby oddzielnie, z dołączonymi sztućcami kubkami/filiżankami.
- 4) Wykonawca zobowiązuje się do:
 - a) świadczenia usługi cateringowej z wykorzystaniem świeżych produktów żywnościowych;
 - b) dania i napoje gorące powinny posiadać odpowiednią temperaturę w momencie podania.
 - c) dostarczania posiłków na miejsce wskazane przez Zamawiającego najpóźniej 10 min. przed planowaną przerwą kawową oraz 10 min. przed rozpoczęciem przerwy obiadowej;
 - d) Wykonawca zobowiązany jest do posprzątania miejsca świadczenia usługi i pozostawienia go w stanie, w jakim miejsce to zostało mu przekazane.
- 5) Przykładowe propozycje cateringu:
 - a) Przerwa kawowa: kawa, herbata, cukier, cytryna, ciastka, mleko, woda mineralna.
 - b) Przerwa obiadowa: obiad jednodaniowy - ziemniaki/kasza, mięso, surówka, woda mineralna.

Tytuł projektu	„Nowoczesne nauczanie oraz praktyczna współpraca z przedsiębiorcami- program rozwoju Uniwersytetu Zielonogórskiego”
Numer umowy	POWR.03.05.00-00-Z014/18-00
Program Operacyjny	Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020
Oś Priorytetowa	III Szkolnictwo wyższe dla gospodarki i rozwoju
Działanie 3.5	Kompleksowe programy szkół wyższych
Beneficjent	Uniwersytet Zielonogórski, ul. Licealna 9, 65-417 Zielona Góra