

Jelenia Góra 04.12.2020r.

Znak sprawy: **DAT-2601-29/20**

ZAPYTANIE OFERTOWE

Karkonoska Państwowa Szkoła Wyższa w Jeleniej Górze z siedzibą przy ul. Lwóweckiej 18 w Jeleniej Górze zaprasza do złożenia oferty cenowej na zadanie pn.

„Przeprowadzenie szkolenia: Dietetyka i suplementacja w sporcie”

w ramach projektu „Podwyższenie jakości kształcenia i zarządzania w Uczelni” współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, w ramach osi III Szkolnictwo Wyższe dla gospodarki i rozwoju, Działanie 3.5 – Kompleksowe programy szkół wyższych Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój na lata 2014-2020.

1. ZAMAWIAJĄCY

Karkonoska Państwowa Szkoła Wyższa w Jeleniej Górze
ul. Lwówecka 18, 58-503 Jelenia Góra
NIP: 611-21-72-838, REGON: 230480619
tel. 075 6453300, fax: 075 6453310
strona internetowa: www.kpswjg.pl
adres e-mail: rektorat@kpswjg.pl

Niniejsze zapytanie zostało upublicznione poprzez zamieszczenie na stronie:
bip.kpswjg.pl

2. TRYB UDZIELENIA ZAMÓWIENIA I RODZAJ ZAMÓWIENIA

2.1. Tryb udzielenia zamówienia:

Postępowanie prowadzone jest w trybie rozeznania rynku dla zamówień o wartości powyżej 20.000 PLN i poniżej 50.000 PLN. Do niniejszego zapytania ofertowego nie stosuje się ustawy z dnia 29 stycznia 2004 r. Prawo Zamówień Publicznych (tekst jednolity Dz. U. z 2017 r., poz. 1579 z późn. zm.). Niniejsze postępowanie prowadzone jest zgodnie z zasadą rozeznania rynku określoną w Wytycznych w zakresie kwalifikowalności wydatków w ramach Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego, Europejskiego Funduszu Społecznego oraz Funduszu Spójności na lata 2014-2020 z dnia 19 lipca 2017 roku (MR/H 2014-2020/123(3)07/2017).

2.2. Rodzaj zamówienia: usługa

3. FINANSOWANIE

Zamówienie jest współfinansowane ze środków Unii Europejskiej, w ramach projektu „Podwyższenie jakości kształcenia i zarządzania w Uczelni” współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, w ramach osi III Szkolnictwo Wyższe dla gospodarki

i rozwoju, Działanie 3.5 – Kompleksowe programy szkół wyższych Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój na lata 2014-2020.

4. OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA.

Przedmiotem zamówienia jest „Przeprowadzenie szkolenia: Dietetyka i suplementacja w sporcie” .

Szkolenie 1 dniowe w systemie szkolenia zdalnego (10 godzin dydaktycznych zajęć) dla 38 osób .

Głównym celem szkolenia jest przygotowanie studentów do pracy w charakterze specjalisty w zakresie żywienia oraz suplementacji w treningu sportowym.

ZAKRES TEMATYCZNY SZKOLENIA:

1. Czym jest dieta i jakie ma znaczenie dla osób aktywnych fizycznie
 - Definicja diety
 - Dieta jako niezbędny element wspomagania wysiłku
 - Piramida żywieniowa – krótka charakterystyka poszczególnych kategorii
2. Zapotrzebowanie na energię oraz składniki odżywcze i nieodżywcze wywołujące efekt fizjologiczny
 - Wprowadzenie do tematu
 - Podstawowa i całkowita przemiana materii
 - Węglowodany
 - Błonnik
 - Białko
 - Tłuszcz
 - Witaminy
 - Składniki mineralne
 - Płyny
 - Anyksydanty
 - Polifenole
 - Alkohol
 - Poliole
3. Omówienie wybranych pojęć i terminów
 - Gęstość energetyczna i gęstość odżywcza
 - Indeks glikemiczny
 - Ładunek glikemiczny
 - Indeks insulinowy
 - Wrażliwość insulinowa
4. Nadwaga i otyłość
 - Definicja nadwagi i otyłości
 - Dlaczego tyjemy? Próba wyjaśnienia przyczyny zjawiska
 - rola uwarunkowań ewolucyjnych
 - geny a czynniki środowiskowe
 - pułapka bilansu energetycznego
 - Co “tuczy” bardziej, cukier czy tłuszcz?
5. Manipulowanie masą i składem ciała za pomocą diety

- Wprowadzenie do tematu
- Typy budowy ciała
- Budowanie masy mięśniowej
 - podstawy diety ukierunkowanej na budowę masy mięśniowej
 - najczęściej popełniane błędy
- Redukcja tkanki tłuszczowej
 - podstawy diety ukierunkowanej na redukcję tkanki tłuszczowej
 - najczęściej popełniane błędy
- Rekompozycja sylwetki
 - podstawy diety ukierunkowanej na poprawę składu ciała
 - najczęściej popełniane błędy

6. Suplementy i odżywki dla sportowców

- Znaczenie prawidłowo dobranej suplementacji
- Jak czytać etykiety produktów
- Suplementacja w okresie budowania masy
- Suplementacja w okresie redukcji tłuszczu
- Suplementacja w okresie rekompozycji sylwetki
- Suplementacja w czasie pracy nad rozwojem zdolności wysiłkowych
- Promowanie regeneracji
- Wzmacniacze testosteronu
- Suplementy diety – przeciwwskazania i interakcje z lekami

7. Elementy poradnictwa żywieniowego

- Wywiad żywieniowy
- Indywidualizacja zaleceń
- Rozwiązywanie problemów

8. Okres okołowysiłkowy – żywienie i suplementacja

- Okres przedwysiłkowy
 - Posiłek przedtreningowy
 - Co pić przed treningiem
 - Suplementacja przedtreningowa
 - Trening na czczo
- W trakcie trwania wysiłku
 - Co pić w trakcie treningu
 - Odwodnienie i przewodnienie
 - Suplementy intra-workout
 - Czy węglowodany są konieczne?
- Okres powysiłkowy – żywienie i suplementacja
 - Posiłek potreningowy
 - Suplementacja powysiłkowa
 - Uzupełnienie płynów
 - Kwestia glikogenu

9. Żywieniowe wspomaganie wysiłku fizycznego

- wymagania stawiane specjalistom ds. żywienia w sporcie
- współczesne trendy w dietetyce sportowej
- dieta prawidłowo zbilansowana

10. Żywienie i suplementacja w wybranych dyscyplinach sportowych

- Dyscypliny wytrzymałościowe
 - żywienie
 - suplementacja

- Dyscypliny siłowo-wytrzymałościowe
 - żywienie
 - suplementacja
- Dyscypliny siłowe
 - żywienie
 - suplementacja
- Dyscypliny sylwetkowe
 - żywienie
 - suplementacja
- Dyscypliny walki
 - żywienie
 - suplementacja

11. Strategie żywieniowe i suplementacyjne w specjalnych przypadkach

- przetrenowanie
- hemoliza wysiłkowa
- zaburzenia cyklu miesiączkowego

12. Elementy poradnictwa żywieniowego w dietetyce sportowej

- wywiad żywieniowy
- indywidualizacja zaleceń
- rozwiązywanie problemów

13. Zwyczaje żywieniowe sportowców i edukacja żywieniowa

- Jak jedzą sportowcy?
- “robienie wagi”
- sportowiec-wegetarianin

14. Doping w sporcie – wybrane zagadnienia

- johimbina
- efedryna
- geranamina
- prohormony
- SAA

4.1. Miejsce szkolenia:

w systemie szkolenia zdalnego online na platformie szkoleniowej zaproponowanej przez prowadzącego szkolenie.

4.2. Wymagania w stosunku do Wykonawcy

- a) zapewnienie trenera – wykształcenie wyższe minimum magister dietetyk, posiadający min 2-letnie doświadczenie w prowadzeniu szkoleń w zakresie dietetyki.
- b) przygotowanie i przekazanie materiałów szkoleniowych dla każdego uczestnika;
- c) wydanie po szkoleniu dla każdego uczestnika certyfikatu ukończenia szkolenia;

5. Kody Wspólnego Słownika Zamówień

Wspólny Słownik Zamówień (CPV): 80500000-9 Usługi szkoleniowe

6. TERMIN WYKONANIA ZAMÓWIENIA.

Termin szkolenia: 16.12.2020r. (środa) lub 08.01.2021r. (piątek)

7. WARUNKI UDZIAŁU W POSTĘPOWANIU, OPIS SPOSOBU DOKONYWANIA OCENY ICH SPEŁNIENIA. PODSTAWY WYKLUCZENIA Z UDZIAŁU W POSTĘPOWANIU.

7.1 O udzielenie zamówienia mogą ubiegać się Wykonawcy, którzy:

- a) dysponują odpowiednim potencjałem kadrowym - zapewnienie trenera z wykształceniem wyższym minimum magister dietetyki, posiadającego min 2-letnie doświadczenie w prowadzeniu szkoleń o tematyce w zakresie dietetyki, który **w ciągu ostatnich 2 lat** przeprowadził z należytą starannością **minimum 2 szkolenia** z zakresu przedmiotu niniejszego zamówienia;
- b) nie są powiązani z Zamawiającym osobowo lub kapitałowo.

Przez powiązania osobowe lub kapitałowe rozumie się wzajemne powiązania pomiędzy Zamawiającym lub osobami upoważnionymi do zaciągania zobowiązań w imieniu Zamawiającego lub osobami wykonującymi w imieniu Zamawiającego czynności związanych z przygotowaniem i przeprowadzeniem procedury wyboru Wykonawcy a Wykonawcą, polegające w szczególności na:

- uczestniczeniu w spółce jako wspólnik spółki cywilnej lub spółki osobowej;
- posiadaniu co najmniej 10% udziałów lub akcji;
- pełnieniu funkcji członka organu nadzorczego lub zarządzającego, prokurenta, pełnomocnika;
- pozostawaniu w związku małżeńskim, w stosunku pokrewieństwa drugiego stopnia lub powinowactwa drugiego stopnia w linii bocznej lub w stosunku przysposobienia, opieki lub kurateli;
- pozostawaniu z wykonawcą w takim stosunku prawnym lub faktycznym, że może to budzić uzasadnione wątpliwości co do bezstronności tych osób.

W sytuacji wystąpienia powiązania, o którym mowa w pkt. 7.1b Wykonawca będzie podlegał wykluczeniu z postępowania.

7.2. Oferty wykonawców, którzy wykażą spełnianie wymaganych warunków i brak podstaw wykluczenia zostaną dopuszczone do badania i oceny. Ocena spełniania przedstawionych powyżej warunków zostanie dokonana wg formuły: „spełnia – nie spełnia”.

8. DOKUMENTY WYMAGANE W CELU POTWIERDZENIA SPEŁNIANIA WARUNKÓW

W celu potwierdzenia spełnienia warunków udziału w postępowaniu Wykonawca złoży oświadczenia będące częścią Formularza ofertowego – załącznik do zapytania ofertowego oraz przedstawi informację dotyczącą przebiegu ścieżki zawodowej trenera (krótką informację o wykształceniu i doświadczeniu w realizacji szkoleń – wymagane wykazanie minimum 2 realizacji szkoleń z zakresu przedmiotu niniejszego zamówienia w ciągu ostatnich 2 lat).

9. SPOSÓB PRZYGOTOWANIA OFERTY I OBLICZENIA CENY

1. Wykonawca podaje na załączonym formularzu ofertowym łączną cenę brutto za wykonanie całej usługi.

2. Cenę należy podać w złotych polskich (PLN) – cena brutto w tym wyodrębniony podatek VAT, na załączonym formularzu ofertowym - załącznik nr 1 do zapytania ofertowego.
3. Cena musi obejmować wszelkie koszty związane z wykonaniem zamówienia, zgodnie z przedmiotem zamówienia.

Ze względu na fakt, iż przedmiotem zamówienia jest usługa kształcenia zawodowego finansowana w całości ze środków publicznych, usługa podlega zwolnieniu z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c) ustawy o podatku od towarów i usług (Dz. U. nr 54, poz. 535 ze zm.).

10. MIEJSCE ORAZ TERMIN SKŁADANIA OFERT

1. Ofertę należy złożyć w siedzibie Zamawiającego przy ul. Lwóweckiej 18 w Jeleniej Górze budynek Rektoratu pok. nr 115 (w kopercie z numerem postępowania) lub przesłać w wersji elektronicznej na adres mailowy: joanna.sztando@kpswjg.pl do dnia 11.12.2020r. do godziny 10:00. Decyduje termin wpływu oferty. Oferty niekompletne, przesłane po terminie lub pod inny niż wskazany adres nie będą rozpatrywane przez Zamawiającego.
2. Termin związania ofertą: 30 dni od daty złożenia oferty.

11. OCENA OFERT

1. Zamawiający dokona oceny i porównania ważnych ofert oraz wyboru oferty najkorzystniejszej w oparciu o następujące kryteria: 100 % cena
2. Punkty przyznawane w tym kryterium będą liczone według następujących zasad: Cena - całość wynagrodzenia brutto Wykonawcy z tytułu realizacji dostawy. W ramach tego kryterium najwyższą liczbę punktów otrzyma oferta zawierająca najniższą wysokość wynagrodzenia brutto.

Skala punktów: 0-100 pkt

X – liczba punktów uzyskanych

$$X = \frac{\text{cena oferty najniżej}}{\text{cena oferty badanej}} \times 100 \text{ pkt}$$

12. ZAWIADOMIENIE O WYBORZE OFERTY

1. Informacja o wyborze najkorzystniejszej oferty zostanie zamieszczona na stronie internetowej Karkonoskiej Państwowej Szkoły Wyższej w Jeleniej Górze: www.kpswjg.pl.
2. Wykonawcy zostaną poinformowani o wyborze najkorzystniejszej oferty mailowo.

13. DODATKOWE INFORMACJE

1. Zamawiający zastrzega sobie możliwość negocjowania ceny z Wykonawcą, który złoży najkorzystniejszą ofertę, w przypadku, gdy wartość oferty przewyższa kwotę środków przeznaczonych na zamówienie.
2. W przypadku złożenia przez dwóch lub więcej Wykonawców oferty z taką samą ceną zostaną oni wezwani do złożenia ofert dodatkowych.
3. Osobą do kontaktu jest Pani Joanna Sztando nr telefonu +48 75 6453 318, adres e- mail: joanna.sztando@kpswjg.pl.

4. Wynagrodzenie zostanie wypłacone po wykonaniu przedmiotu zamówienia przelewem na rachunek bankowy wskazany przez Wykonawcę po otrzymaniu przez Zamawiającego faktury.
5. Zamawiający zastrzega sobie możliwość unieważnienia postępowania bez podania przyczyny. W przypadku unieważnienia postępowania, Zamawiający nie ponosi kosztów postępowania.

Do zapytania ofertowego dołączono:

Załącznik – Formularz ofertowy

K W E S T O
mgr Joanna Babczu

Obowiązek informacyjny wynikający z art. 13 RODO w przypadku zbierania danych osobowych bezpośrednio od osoby fizycznej, której dane dotyczą, w celu związanym z postępowaniem o udzielenie zamówienia publicznego

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016, str. 1), dalej „RODO”, Zamawiający informuje, że:

- administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Karkonoska Państwowa Szkoła Wyższa w Jeleniej Górze ul. Lwówecka 18, 58-506 Jelenia Góra
- inspektorem ochrony danych osobowych w Karkonoskiej Państwowej Szkole Wyższej w Jeleniej Górze - kontakt: iod@kpswig.pl, tel: 75 64 53 321
- Pani/Pana dane osobowe przetwarzane będą na podstawie art. 6 ust. 1 lit. c RODO w celu związanym z postępowaniem o udzielenie zamówienia publicznego na **„Przeprowadzenie szkolenia: Dietetyka i suplementacja w sporcie”**
- odbiorcami Pani/Pana danych osobowych będą osoby lub podmioty, którym udostępniona zostanie dokumentacja postępowania w oparciu o art. 8 oraz art. 96 ust. 3 ustawy Pzp;
- Pani/Pana dane osobowe będą przechowywane, zgodnie z art. 97 ust. 1 ustawy Pzp, przez okres 4 lat od dnia zakończenia postępowania o udzielenie zamówienia, a jeżeli czas trwania umowy przekracza 4 lata, okres przechowywania obejmuje cały czas trwania umowy;
- obowiązek podania przez Panią/Pana danych osobowych bezpośrednio Pani/Pana dotyczących jest wymogiem ustawowym określonym w przepisach ustawy Pzp, związanym z udziałem w postępowaniu o udzielenie zamówienia publicznego; konsekwencje niepodania określonych danych wynikają z ustawy Pzp;
- w odniesieniu do Pani/Pana danych osobowych decyzje nie będą podejmowane w sposób zautomatyzowany, stosowanie do art. 22 RODO;
- posiada Pani/Pan:
 - na podstawie art. 15 RODO prawo dostępu do danych osobowych Pani/Pana dotyczących;
 - na podstawie art. 16 RODO prawo do sprostowania Pani/Pana danych osobowych¹;

¹ skorzystanie z prawa do sprostowania nie może skutkować zmianą wyniku postępowania o udzielenie zamówienia publicznego ani zmianą postanowień umowy w zakresie niezgodnym z ustawą Pzp oraz nie może naruszać integralności protokołu oraz jego załączników.

- na podstawie art. 18 RODO prawo żądania od administratora ograniczenia przetwarzania danych osobowych z zastrzeżeniem przypadków, o których mowa w art. 18 ust. 2 RODO ²;
- prawo do wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, gdy uzna Pani/Pan, że przetwarzanie danych osobowych Pani/Pana dotyczących narusza przepisy RODO;
- nie przysługuje Pani/Panu:
 - w związku z art. 17 ust. 3 lit. b, d lub e RODO prawo do usunięcia danych osobowych;
 - prawo do przenoszenia danych osobowych, o którym mowa w art. 20 RODO;
 - **na podstawie art. 21 RODO prawo sprzeciwu, wobec przetwarzania danych osobowych, gdyż podstawą prawną przetwarzania Pani/Pana danych osobowych jest art. 6 ust. 1 lit. c RODO.**

² prawo do ograniczenia przetwarzania nie ma zastosowania w odniesieniu do przechowywania, w celu zapewnienia korzystania ze środków ochrony prawnej lub w celu ochrony praw innej osoby fizycznej lub prawnej, lub z uwagi na ważne względy interesu publicznego Unii Europejskiej lub państwa członkowskiego.