



Załącznik Nr 4 do Zarządzenia Nr 51/21
Dyrektora Centrum Usług Społecznych Gminy Wiązowna
z dnia 23.08.2021 r.

I. TYTUŁ USŁUGI

Klub Zdrowego Stylu Życia

Usługa polegająca na prowadzeniu Klubu Zdrowego Stylu Życia, skierowana do pełnoletnich mieszkańców Gminy Wiązowna.

II. CEL USŁUGI

Celem usługi jest promowanie zdrowego stylu życia, poprawy stanu psychicznego, fizycznego oraz samopoczucia uczestników.

III. ZAKRES USŁUGI

Usługa będzie realizowana w 8 sześciotygodniowych turnusach, po 12 osób w każdym. Jedna osoba może uczestniczyć w jednym turnusie.

W ramach turnusu będą odbywały się:

1. 2 razy w tygodniu spotkania z motywatorem w łącznym wymiarze 5 godzin tygodniowo, który zapewni:
 - a) ćwiczenia (np. kijki nordic walking, ćwiczenia na macie);
 - b) materiały niezbędne do prowadzenia zajęć, w tym produkty żywnościowe niezbędne do wspólnego przygotowywania zdrowych posiłków: śniadań, napoi, surówek i sałatek, zup, dań głównych, deserów;
 - c) jedną integrację uczestników przy ognisku;
 - d) trzy 2 godzinne spotkania motywujące co dwa tygodnie po zakończeniu turnusu.
2. Spotkania z dietetykiem, który:
 - a) ułoży dla każdego uczestnika indywidualne 1 tygodniowe menu;
 - b) przeprowadzi godzinę indywidualnych konsultacji dla każdego uczestnika;
 - c) przeprowadzi jednogodzinny wykład otwarty na temat: „Zdrowego stylu życia i nietolerancji pokarmowych”;
 - d) przeprowadzi jednogodzinne spotkanie podsumowujące.



Usługi będą świadczone w Domu Społecznym w Radiówku 25, na I piętrze budynku, z dostępem do windy. Pomieszczenia są dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

IV. ORGANIZACJA USŁUGI

Zgłoszenie się mieszkańca gminy Wiązowna do Centrum Usług Społecznych Gminy Wiązowna (dalej: CUS).

Rozpoznanie przez Koordynatora Indywidualnych Planów Usług Społecznych (dalej: Koordynator) indywidualnych potrzeb wnioskodawcy w siedzibie CUS. Dopuszcza się możliwość rozmowy w miejscu zamieszkania (zgodnie z rozdz. 5 ustawy z dnia 19 lipca 2019 r. o realizowaniu usług społecznych przez centrum usług społecznych). Po rozpoznaniu potrzeb może zostać opracowany Indywidualny Plan Usług Społecznych (dalej: IPUS).

1. Decyzja o kwalifikacji zostaje podjęta na podstawie kryteriów:
 - a) Kolejność zgłoszeń (decyduje data wpływu);
 - b) Kompletności i poprawności formalnej złożonych dokumentów;
 - c) Analizy informacji zawartych w złożonych oświadczeniach.
2. Zgłoszenia przyjmowane są na bieżąco w Biurze Obsługi Mieszkańca (Radiówek 25, 05-426 Wiązowna, na parterze).
3. Zgłoszenie udziału będzie odbywać się poprzez osobiste dostarczenie niezbędnej dokumentacji tj.:
 - 1) Wyniki następujących badań:
 - a. Morfologia
 - b. Glukoza
 - c. Lipidogram
 - d. Kwas moczowy
 - e. Kreatynina
 - f. TSH,FT3,FT4
 - g. AST,ALT
 - 2) Wniosek o udzielenie usług społecznych;
 - 3) Formularz rekrutacyjny;
 - 4) Deklaracja uczestnictwa;



- 5) Oświadczenia uczestnika projektu o spełnianiu warunków kwalifikowania, określonych w Programie „Rynek Usług Społecznych Gminy Wiązowna”;
- 6) Oświadczenia o wyrażeniu zgody na rozpowszechnianie wizerunku.
4. Wnioskodawca zapoznaje się z Regulaminem Rekrutacji i Uczestnictwa w Projekcie.
5. Zgłoszenie zostaje potwierdzone poprzez wydanie Wnioskodawcy Karty zlecenia usługi.
6. Dokumenty zgłoszeniowe dostępne są w Centrum Usług Społecznych Gminy Wiązowna oraz na stronie internetowej CUS.
7. Kwalifikowanie następuje z uwzględnieniem ograniczeń i limitów wynikających z budżetu.
8. O terminie rozpoczęcia usługi decyduje kolejność zgłoszeń, oraz spełnienie warunków przez wnioskodawcę.

Termin rozpoczęcia turnusu ustala Koordynator.

Usługobiorca zapoznaje się z obowiązującymi zasadami Klubu Zdrowego Stylu Życia oraz wewnętrznym regulaminem.

Zakwalifikowanie się na turnus jest równoznaczne z akceptacją Regulaminu Rekrutacji i Uczestnictwa w Projekcie.

W przypadku nieobecności na zajęciach Klubu Zdrowego Stylu Życia nie ma możliwości nadrobienia ich w kolejnym turnusie.

Prowadzący zajęcia może odwołać zaplanowane spotkanie, bądź przenieść je na inny termin uzgodniony z uczestnikami turnusu.

W przypadku powtarzających się problemów lub braku współpracy ze strony usługobiorcy, usługi mogą zostać zawieszone lub uchylone.

Prowadzący zajęcia może poprosić uczestnika o opuszczenie zajęć w przypadku kiedy ten jest pod wpływem alkoholu i/lub środków odurzających.

Prowadzący zajęcia prowadzą dokumentację tj.: rejestr uczestników, dzienniki zajęć, harmonogram zajęć, karty czasu pracy.



Monitoring świadczonych usług jest procesem niezbędnym dla zapewnienia odpowiedniej jakości usług. Realizacja usługi jest monitorowana kompleksowo, a informacje są systematycznie i na bieżąco zbierane, gromadzone i analizowane, co pozwoli na modyfikację jakości usług, a także na dokonanie ewaluacji i wypracowanie rekomendacji w dalszej perspektywie tworzenia i realizacji oferowanych usług mieszkańcom.

Realizacja procesu monitorowania odbywa się za pomocą:

1. ankiety wypełnianej przez usługobiorców po zakończeniu IPUS;
2. ankiety przeprowadzanej wśród usługobiorców, dla których nie został utworzony IPUS.

V. ZASOBY

Usługa Klub Zdrowego Stylu Życia świadczona będzie przez podmiot zewnętrzny wyłoniony na zasadzie Prawa Zamówień Publicznych, zatrudniony przez CUS, spełniający odpowiednie wymogi.

CUS udostępnia Wykonawcy zgodne z wymogami: niezbędne pomieszczenia wraz z ich wyposażeniem.

CUS zapewnia środki czystości oraz sprzątanie powierzchni płaskich.

Wykonawca usługi zapewnia środki dezynfekujące oraz środki ochrony osobistej i na bieżąco dezynfekuje pomieszczenia oraz dba o porządek w pomieszczeniach.

Usługa Klub Zdrowego Stylu Życia jest realizowana i finansowana w ramach projektu pn.: „Centrum Usług Społecznych w Wiązownie” Program Operacyjny Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 Oś Priorytetowa II Efektywne polityki publiczne dla rynku pracy, gospodarki i edukacji, Działanie 2.8 Rozwój usług społecznych świadczonych w środowisku lokalnym. Okres świadczenia usług Klub Zdrowego Stylu Życia zaplanowano na czas od 08.01.2022 r. do 30.06.2023 r.

Udział mieszkańców gminy Wiązowna w okresie trwania projektu jest bezpłatny.