**ZAPROSZENIE DO ZŁOŻENIA OFERTY CENOWEJ**

Zamawiający Starostwo Powiatowe w Policach zaprasza do złożenia oferty cenowej na przygotowanie i przeprowadzenie szkolenia w zakresie „Radzenie sobie ze stresem i wzmacnianie odporności psychicznej w pracy – aspekty psychosomatyczne, trudny klient” dla pracowników Starostwa Powiatowego w Policach.

Rodzaj zamówienia: usługa szkoleniowa polegająca na przygotowaniu i przeprowadzeniu szkolenia dla pracowników Starostwa Powiatowego w Policach (około 100 osób).

**Zamawiający:**

Powiat Policki – Starostwo Powiatowe w Policach, ul. Tanowska 8, 72-010 Police

**I. Przedmiot zamówienia**

Przedmiotem zamówienia jest realizacja szkolenia pn.: „Radzenie sobie ze stresem i wzmacnianie odporności psychicznej w pracy – aspekty psychosomatyczne, trudny klient” dla około 100 pracowników Starostwa Powiatowego w Policach, mającego na celu podniesienie kompetencji pracowników w zakresie radzenia sobie ze stresem zawodowym oraz zapobiegania jego negatywnym skutkom psychosomatycznym.

**II. Zakres szkolenia**

Szkolenie powinno obejmować co najmniej następujące zagadnienia:

1. **Stres zawodowy w administracji publicznej**

* definicja i źródła stresu w pracy urzędniczej,
* stresory organizacyjne i interpersonalne,
* objawy krótkotrwałego i przewlekłego stresu.

1. **Psychosomatyczne skutki stresu**

* zależność pomiędzy stresem a zdrowiem fizycznym i psychicznym,
* najczęstsze reakcje psychosomatyczne (m.in. bóle głowy, kręgosłupa, problemy żołądkowe, zaburzenia snu),
* sygnały ostrzegawcze i profilaktyka.

1. **Odporność psychiczna i samoregulacja**

* pojęcie odporności psychicznej,
* czynniki wzmacniające odporność na stres,
* równowaga między wymaganiami pracy a zasobami osobistymi,
* techniki zastępowania agresji.

1. **Praktyczne metody radzenia sobie ze stresem**

* techniki redukcji napięcia i relaksacji,
* elementy pracy z oddechem i uważnością,
* strategie poznawcze i behawioralne,
* organizacja pracy i higiena psychiczna.

1. **Zapobieganie wypaleniu zawodowemu**

* objawy i etapy wypalenia,
* działania profilaktyczne na poziomie indywidualnym i zespołowym.

**III. Forma i organizacja**

* szkolenie w formie warsztatowo-wykładowej,
* realizacja stacjonarna do 30 czerwca 2026 r.
* podział uczestników na kilka grup szkoleniowych.

**IV. Liczba uczestników i czas trwania**

* łącznie: 100 pracowników,
* czas trwania: minimum 6 godzin dydaktycznych na jedną grupę.
* 4 sety po 1,5 godz.

**V. Materiały i dokumentacja**

* materiały szkoleniowe dla uczestników (papierowe lub elektroniczne),
* listy obecności,
* zaświadczenia/certyfikaty uczestnictwa.

**VI. Wymagania wobec trenera / kadry szkoleniowej (zgodne z PZP)**

Zamawiający wymaga, aby szkolenie zostało przeprowadzone przez trenera lub trenerów (np. psycholog, trener rozwoju kompetencji psychospołecznych), którzy:

1. Posiadają wykształcenie wyższe  
   – preferowane kierunki: psychologia, pedagogika, socjologia, zarządzanie lub pokrewne
2. Posiadają doświadczenie zawodowe  
   – co najmniej 2 lata doświadczenia w prowadzeniu szkoleń z zakresu:
   * radzenia sobie ze stresem,
   * odporności psychicznej,
   * kompetencji psychospołecznych  
     dla osób dorosłych.
3. Posiadają doświadczenie w pracy z administracją publiczną  
   – zrealizowanie co najmniej 2 szkoleń dla jednostek sektora finansów publicznych  
   (np. urzędy, starostwa, jednostki samorządu terytorialnego).
4. Stosują aktywne metody szkoleniowe  
   – warsztaty, ćwiczenia praktyczne, studia przypadków adekwatne do specyfiki pracy w starostwie.
5. Zapewniają rzetelną realizację zamówienia  
   – zgodnie z zakresem OPZ oraz obowiązującymi przepisami prawa.

Wymagania sformułowano w sposób zapewniający zachowanie zasady uczciwej konkurencji i równego traktowania wykonawców, zgodnie z art. 16 ustawy Prawo zamówień publicznych.

**VII. Kryteria oceny ofert**

Cena (C): 100%

Punkty w kryterium C zostaną obliczone według następującego wzoru:

Cena najtańszej ze złożonych ofert x 100 x 100%

Cena badanej oferty

**VIII. Sposób przygotowania i składania oferty**

Oferty należy przesłać na platformie zakupowej.

Termin składania ofert: do dnia 10 lutego 2026 r. do godz. 12:15

Oferta powinna zawierać:

1. dane wykonawcy (nazwa, adres, NIP, REGON),

2. opis doświadczenia i kwalifikacji,

3. szczegółowy opis metodologii badania,

4. harmonogram realizacji,

5. cenę brutto,

6. oświadczenie o spełnianiu warunków formalnych i RODO

**VIII. Sposób rozliczenia:**

1. Wynagrodzenie z tytułu wykonania przedmiotu zamówienia: ryczałtowe. Zamawiający przewiduje wypłatę wynagrodzenia po zakończeniu realizacji usługi.

2. Wynagrodzenie rozliczone zostanie, na podstawie końcowej faktur VAT.

3. Wynagrodzenie nie podlega waloryzacji. Kwota wynagrodzenia brutto może ulec zmianie tylko w przypadku zmiany wysokości podatku VAT oraz wydłużenia czasu trwania szkolenia.

**IX. Kontakt w sprawie zapytania**

Osoba do kontaktu:

Agata Baran-Kozłowska E-mail: [abaran-kozlowska@policki.pl](mailto:abaran-kozlowska@policki.pl)