2.pielikums

Cenu aptauja “Informatīvas nodarbības par veselīga uztura jautājumiem pieaugušajiem - 60 nodarbības, projekta Nr. 9.2.4.2/16/I/030 “Vietējās sabiedrības veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi Talsu novadā” ietvaros”, ID Nr. TNPz 2021/57

**Tehniskā specifikācija**

**!!! Pasākumu organizēšanai un norisei jāatbilst visām prasībām, lai mazinātu Covid-19 izplatību**, **2020. gada 9. jūnija MK noteikumi Nr. 360**

1. Nodarbība: Lekcija un meistarklase - "Veselīgs, sabalansēts uzturs."
2. **Lekcijās** apskatāmās tēmas:
	1. Visiem novada iedzīvotājiem:
		1. Pārtikas produktu izvēle sabalansētas ēdienkartes veidošanā.
		2. Veselīgu uztura paradumu ieviešana ikdienā.
		3. Apzināta ēšana.
		4. Sabalansēta uztura nozīme jauniešu veselības uzturēšanai.
		5. Kā ēst konkrētajos darba un vides apstākļos ( veselīgas pusdienu pauzes, veselīgas uzkodas kafijas pauzēs).
		6. Apetītes regulēšanas veidi un kontrole, liekā svara ietekme uz veselību.
	2. Pirmsskolas vecuma un skolas vecuma bērnu vecākiem:
		1. Veselīgi uztura paradumi bērniem.
		2. Uztura ietekme uz zobu veselību, pareiza zobu tīrīšana.
		3. Šķīvja principa pielietošana, plānojot sabalansētu maltīti. Maltītes estētika.
		4. Ēšanas paradumi ģimenē.
	3. Grūtniecēm, jaunajām māmiņām:
		1. Uztura nozīme grūtniecības laikā.
		2. Māmiņas uzturs krūts barošanas periodā.
		3. Veselīga uztura paradumu veidošanās bērniem.
	4. Senioriem:
		1. Sabalansēts uzturs senioriem.
		2. Uzturs slimību profilaksei.
		3. Uztura ieteikumi veselīgām izvēlēm.
		4. Uztura nozīme sirds – asinsvadu slimību profilaksē.
		5. Uztura nozīme onkoloģisko slimību profilaksē.
3. Gatavošanas meistarklases:
	1. Veselīgas uzkodas.
	2. Veselīgie burgeri.
	3. Mājās gatavotas pusdienas līdzņemšanai.
	4. Vidusjūras diētas pusdienas.
	5. Sezonālo zupu un salātu gatavošana.
	6. Veselīgi deserti un kārumi.
	7. Veselīgas vakariņas.
	8. Veselīga kūka svētkiem.
	9. Veselīga biezeņa un uzkodu gatavošana (bērna ēdienkartē līdz 3 g. vec.)
4. Pakalpojuma sniedzējs var piedāvāt papildu tēmas, kas saistītas ar veselīgu, sabalansētu uzturu.
5. Prasības piesaistītajiem speciālistiem:
	1. visiem speciālistiem jābūt atbilstošai kvalifikācijai - Uztura speciālists vai dietologs.
	2. Ir pieredze nodarbību vadīšanā – jānorāda kontaktinformācija atsauksmēm.
6. Pakalpojuma sniedzējs nodrošina, ka klātienes nodarbībās tiek ievērotas drošības prasības.
7. Pakalpojuma sniedzējs ne vēlāk kā nedēļu pirms pasākuma ar Pasūtītāju saskaņo savu darba plānu, precizējot nodarbību norises laikus un pieslēguma saiti uz tiešsaistes nodarbību.
8. Pakalpojuma sniedzējs, sadarbībā ar Pasūtītāju, sagatavo informāciju par nodarbībām un izplata informāciju pašvaldības tīmekļa vietnē, sociālajos tīklos un citur potenciālo dalībnieku informēšanai un piesaistei.
9. Tiešsaistes nodarbības laikā pakalpojuma sniedzējam jāveic ekrānšāviņi vai fotofiksācijas, nodrošinot, ka tajos redzams nodarbības vadītājs un visi dalībnieki, kā arī konkrētā pasākuma/nodarbības norises datums un laiks.
10. Pakalpojuma sniedzējs nodrošina nodarbību dalībnieku reģistrēšanu Pasūtītāja sagatavotā reģistrācijas lapā.
11. Pakalpojuma sniedzējs sagatavo un kopā ar pieņemšanas – nodošanas aktu iesniedz Pasūtītājam nodarbību izvērtējumu, brīvā formā aprakstot nodarbību norises gaitu, dalībnieku skaitu, raksturojumu, efektivitātes novērtējumu, secinājumus un priekšlikumus.
12. Efektivitātes novērtējuma mērķis ir izvērtēt izglītojošo pasākumu dalībnieku apmierinātību ar izglītojošo pasākumu saturu un kvalitāti, veicot anketēšanu .
13. Cenā jāietver visas izmaksas, kas tieši vai netieši saistītas ar pakalpojuma nodrošināšanu, tajā skaitā visi piemērojamie nodokļi un valsts noteiktie obligātie maksājumi pakalpojuma pilnīgai un kvalitatīvai izpildei.
14. Pretendentam nodarbībās jāizmanto savi vai Slimību profilakses un kontroles centra sagatavotie materiāli (piem. plakāti, bukleti, video un tml,) un uzskates līdzekļi.
15. Nodarbībām nepieciešamo aprīkojumu un inventāru nodrošina Pakalpojuma sniedzējs.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N. p.k.** | **Tehniskā specifikācija** | **Pretendenta tehniskais piedāvājums**(pretendents norāda – atbilst/neatbilst vai **papildina informāciju)** |
| 1. | **Iepirkuma priekšmets**: **Lekcija un meistarklase – “Veselīgs un sabalansēts uzturs” (60 nodarbības)** |  |
| 2. | **Pasākuma veids**: Lekcija un interaktīva nodarbība – meistarklase.**!!! Pasākumu organizēšanai un norisei jāatbilst visām prasībām, lai mazinātu Covid-19 izplatību**, **2020. gada 9. jūnija MK noteikumi Nr. 360**  |  |
| 3. | **Pasākuma īstenošanas laiks**: Nodarbības ilgums 2-3 stundas |  |
| 4. | **Pakalpojuma sniegšanas vieta un telpas**: ( atkarībā no epidemioloģiskās situācijas valstī)4.1. **Tiešsaistē - Zoom vai citā platformā.**4.2. **Talsu novada teritorijā**;4.2.1. Telpām jāatbilst LR normatīvajos aktos noteiktajām drošības, drošības tehnikas, ugunsdrošības, sanitārajām prasībām. |  |
| 5. | **Pasākuma dalībnieki**: Talsu novada iedzīvotāji |  |
| 6. | **Pasākuma darba valoda**: latviešu. |  |
| 7. | **Pasākuma programma**: 7.1. Pakalpojuma sniedzējs nodrošina  **nodarbību** organizēšanu. Programmu sastāda pakalpojuma sniedzējs, ievērojot Tehniskajā specifikācijā noteiktās prasības***Pielikumā jāpievieno nodarbības programma*** |  |

Paraksts : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 Vārds, uzvārds: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Amats: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 / *Pretendents, tā vadītājs vai pilnvarotais pārstāvis/*