1. OBJETO DEL PROCESO

43600C1382 PRESTAR EL SERVICIO DE ACONDICIONAMIENTO FISICO - GIMNASIA EN EL TRABAJO DE LOS SERVIDORES PUBLICOS DE LA REGIONAL ORIENTE.

2. OBLIGACIONES ESPECÍFICAS DEL CONTRATISTA

a) Dar cumplimiento de todas las especificaciones y condiciones técnicas descritas en el Formato No. 8 Especificaciones Técnicas, en el lugar y plazos establecidos en el contrato.
b) Asumir el costo de la carnetización de todo el personal que vincule para el cumplimiento del contrato, conforme al procedimiento que le señale la administración del aeropuerto. La administración del aeropuerto dará la información sobre el precio de este servicio.
c) Realizar gimnasia en el trabajo a los funcionarios de la Regional Oriente y sus Aeropuertos adscritos; Villavicencio, Yopal, Mitú, Puerto Carreño.
d) Por efectos del Sistema de Seguridad Social cada contratista deberá contar con la base de ingreso de cotización la suma equivalente a un salario mínimo mensual legal vigente (1-SMMLV), cuando el valor de pago supere esta suma el contratista deberá cotizar sobre el 40% del valor recibido siembre y cuando este valor que resulte o supere la suma equivalente a un salario mínimo mensual vigente.
e) Está obligado a responder a la AEROCIVIL por las eventuales reclamaciones laborales derivadas de la ejecución del contrato; así como por los perjuicios que por motivo de su negligencia, imprudencia o impericia se causen a las personas y/o los bienes de la AEROCIVIL o de terceros con ocasión de la ejecución del contrato.
f) Mantener en perfecto estado de aseo y orden el área de trabajo y las zonas aledañas a las mismas.
g) Cumplir con los protocolos de bioseguridad establecidos por el Gobierno Nacional y la entidad para combatir el COVID 19, sin costo adicional para la entidad.
h) Responder ante AEROCIVIL por las fallas que le sean atribuibles respecto del objeto del presente contrato y los demás documentos vinculantes del proceso.

3. CARACTERÍSTICAS, ACTIVIDADES Y REQUERIMIENTOS TÉCNICOS.

El contratista se compromete a presentar una propuesta que contemple los lineamientos que a continuación se detallen para la supervisora del presente:

El servicio debe ser prestado por personal profesional acreditado académicamente en educación física o cultura del deporte, fisioterapia, o en su defecto técnico en: entrenamiento deportivo, cultura física, educación física, alto rendimiento deportivo, actividad física, personal capacitado en el área. y/o con experiencia comprobada de mínimo de un (1) año para establecer rutinas personalizadas de ejercicio y liderar las sesiones de acondicionamiento, por lo cual el contratista deberá relacionar en la propuesta la hoja de vida del personal con el que prestará el servicio al supervisor del contrato.

La Aero civil Región Oriente desde la supervisión garantiza la documentación pertinente para el desempeño de actividades de GIMNASIA EN EL TRABAJO como de ACONDICIONAMIENTO FISICO; formatos y documentos de interés.

Implementar en el programa de GIMNASIA LABORAL la promoción de los Hábitos Saludables como complemento integral para la salud de los funcionarios de la Aero civil Región Oriente y sus aeropuertos suscritos, mediante información práctica y directa se brinden mensajes que promuevan el buen comportamiento activo, mitigue el sedentarismo e informe sobre los estándares de promoción saludable.

La propuesta y ejecución de actividades se debe garantizar la cobertura del servicio en la Regional Oriente y sus aeropuertos adscritos prestando los servicios de manera presencial (por defecto o criterios emitidos por Ministerio de Salud como la Aeronáutica Civil Región Oriente) el desarrollo de la virtualidad como posibilidad de servicio, ya sea por directrices como por prevención sobre el COVID 19, una vez en los aeropuertos contemplados en la tabla que a continuación se relacionan

CUADRO DE DISTRIBUCION DE LA POBLACION			
DEPARTAMENTO	**AEROPUERTO**	**CIUDAD**	**NUMERO DE FUNCIONARIOS**
Meta	Vanguardia	Villavicencio	98
Casanare	El alcaraván	Yopal	49
Vichada	German Olano	Puerto Carreño	15
Vaupés	Fabio Alberto León Bentley	Mitú	22

Para Llevar a cabo la totalidad de las actividades relacionadas en las especificaciones técnicas, el contratista seleccionado deberá prestar:

Servicio soporte técnico especializado para la actividad de acondicionamiento físico en las instalaciones de la Regional Oriente y los aeropuertos adscritos martes y jueves en el horario de 15:30 p.m. a 16:30 p.m. o de acuerdo con la programación desde la supervisión.

Esta actividad debe ser desarrollada con el apoyo de un profesional en: Terapia física, Educación física o del deporte, o técnicos en: entrenamiento deportivo, cultura física, educación física, alto rendimiento deportivo, actividad física.

El acondicionamiento físico deberá contribuir de manera decisiva en aspectos como mejorar la flexibilidad, prevenir dolores musculares, disminuir el porcentaje de grasa y aumento de la masa corporal, romper la rutina, incrementar la concentración en las tareas, disminuir el estrés y mejorar el clima laboral.

Así mismo se debe trabajar en la mejora continua de los siguientes aspectos:

VENTAJAS OSTEOMUSCULARES	VENTAJAS PRODUCTIVAS	VENTAJAS PSICOLÓGICAS
-Mejora la amplitud articular. -Mejora la oxigenación muscular. -Optimiza la elasticidad de tendones y músculos. -Retarda la aparición de fatiga muscular. -Evita molestias osteotendinosas. - Compensa las funciones, movimientos y eficiencia corporal. - Mejora la capacidad mental.	-Rompe la rutina laboral. - Mejora la concentración en la tarea. -Mejora las posturas por fuera del Angulo de confort. - Aumenta el dinamismo y la eficiencia en el entorno laboral.	-Disminución del estrés. -Mejora el clima labora -Mejora la motivación. -Aumenta el compromiso con la organización -Mejora la integralidad en conjunto.

Utilizar las dinámicas necesarias para un para el fortalecimiento del acondicionamiento físico para los funcionarios de la Aerocivil Región Oriente y sus aeropuertos suscritos.

Ejercicio en el trabajo y/o gimnasia en el trabajo:

De forma semanal, los martes y jueves en un tiempo de 10 a 15 minutos, se deberá realizar en cada una de las áreas de trabajo del Aeropuerto, pausas activas enfocadas fundamentalmente para contrarrestar los efectos nocivos del sedentarismo, la desmotivación y estrés en los funcionarios, transformando el espacio de trabajo en un ambiente saludable.

Así mismo se pretende controlar (eliminar/reducir) la tensión secundaria asociada a posturas inadecuadas, actividades con movimientos repetitivos y sedentarismo.

Promover la participación de todos los funcionarios en la realización de pausas activas, gimnasia laboral, utilizada en forma complementaria con otras iniciativas, implementando estrategias que aborden temas de salud y estilos de saludables, dando recomendaciones, tips e información que promueva y fortalezca en los funcionarios las buenas costumbres y hábitos saludables.

Propiciar la prevención de trastorno musculoesqueléticos de origen laboral.

Concientizar al personal sobre la importancia de implementar un estilo de vida saludable, que identifique en las pausas activas o gimnasia laboral complemento en el mejoramiento ergonómico de las condiciones de trabajo.

Implementar estrategia que aborden temas de salud y estilos de saludables, que sean inmersos dentro de la gimnasia laboral en cada área: dando recomendaciones, pausas, información que promueva a los funcionarios buenas costumbres como también, la implementación u dentro del periodo (mes) en brindar fruta una vez al mes como estrategia para fortalecer las estrategias de gimnasia laboral.

Actividades para ejecutar:

Los ejercicios de movilización (activación) son aquellos cuyo objetivo es aumentar el flujo sanguíneo de grandes grupos musculares. Se caracterizan por aumentar el aporte de oxígeno, retardando la aparición de fatiga muscular. Por otra parte, podrían contribuir a evitar lesiones por movimientos bruscos o violentos. Los ejercicios de elongación (estiramiento) son aquellos donde el musculo se ve sometido a una tensión de elongación (fuerza que lo deforma longitudinalmente), durante un tiempo variable y a una velocidad determinada.

Los ejercicios, deben orientarse a controlar la tensión musculo-esquelética en extremidades superiores e inferiores, cintura escapular, cuello, región torácica y espalda, movimientos oculares. Los ejercicios se deben orientar, de tal manera que puedan realizarse en el área de trabajo, es decir, deben ser simples, seguros y terapéuticos.

Previo a realizar un programa de actividad física compensatoria, particularmente con el grupo de funcionarios que por la naturaleza de trabajo requieran la realización de acondicionamiento físico, se deben tener en cuenta algunas consideraciones que ayudaran a que estas actividades tengan los resultados esperados por la empresa y los trabajadores. A continuación, algunos lineamientos.

• Realizar diagnostico a los funcionarios que lo requieran, que permita identificar de acuerdo con las labores asignadas y condiciones fiscas y de salud del trabajador; la rutina y técnicas particulares que debe realizar para mejorar y conservar una buena salud, este de veracidad con la información que suministre la Aerocivil de Región oriente desde el área de salud y seguridad en el trabajo.

• Elaborar el plan, el programa y los métodos de monitoreo de resultados. Para el acondicionamiento físico, diseñando la rutina de ejercicios de acuerdo con los formatos y guías establecidas por Salud Ocupacional (solución).

• Planificar y verificar en terreno la ejecución de pausas activas.

• involucrar a los jefes en la realización de estas actividades

• Escoger áreas de trabajo en las cuales sea posible controlar los tiempos y actividades.

• Determinar el mejor momento para realizar una pausa compensatoria.

• Asesorar a los funcionarios sobre las ventajas de realizar actividad física compensatoria, para el trabajador en lo personal, en su salud, en la productividad laboral.

• Formación y orientación a los funcionarios en temas relacionados con, estilo de vida saludable, alteraciones nutricionales, hipertensión arterial, temas afines con la actividad física, garantizando que en cada Área o grupo Misional se realice capacitación sobre los temas de mayor interés

• Brindar información a los funcionarios sobre ternas relacionados con la prevención y promoción de la salud, a través de métodos y estrategias novedosas que capten su atención y aplicación.

• Realizar sensibilización en actividades físicas que permitan la prevención en Lesiones Musculo esqueléticas.

• Prestar el servicio de atención física a los funcionarios con problemas o trastornos musculo esqueléticos, previa coordinación con la profesional del programa de prevención de desórdenes musculoesqueléticos que se adelanta en la regional, a fin de garantizar la actualización de la historia clínica y base de los dos programas.

• Realizar o prestar acompañamiento en actividades especiales que se requieren en Seguridad y Salud en el Trabajo.

• Facilitación de los elementos para el entrenamiento y desarrollo de la labor de gimnasia laboral, en áreas administrativas, como por ejemplo (Suministro de palos, balones, conos, lazos, bandas elásticas, colchonetas, etc.) que ayuden a la realización de las actividades en los centros de trabajo.

• A solicitud de la entidad, se podrán realizar jornadas y actividades de relajación tales como: pilates, Aero rumba, yoga, y otras que estimulen a la relajación, las cuales será compensadas por la jornada de acondicionamiento físico, es decir, esta actividad reemplazara la del acompañamiento físico del día en el área determinada.

• Una vez el contrato sea celebrado y adjudicado el contratista elaborará el cronograma de actividades a realizarse durante la ejecución del contrato en la Regional Oriente y los aeropuertos adscritos en un plazo no mayor a 5 días hábiles, el cual será presentado y entregado al supervisor del contrato.

ACTIVIDADES QUE DEBE REALIZAR EL DURANTE EL PLAZO DE EJECUCION DEL CONTRATO:

ESPERIENCIA DEL PERSONAL:

El perfil del profesional en Terapia física, Deportologo, Educador físico, o técnicos en: entrenamiento deportivo, cultura física, educación física, alto rendimiento deportivo, actividad física, deberá contar con experiencia en acondicionamiento físico, de mínimo seis (6) meses contada a partir de la expedición de la licencia o tarjeta profesional.

De igual forma, el proponente deberá acreditar la experiencia del personal propuesto, mediante certificación laboral donde conste la fecha de inicio, objeto del contrato, finalización y recibo a satisfacción. el contratista quien debe verificar que los servicios prestados por este profesional estén en el sistema de salud ante la Aeronáutica Civil.

NOTA: El personal propuesto para la ejecución del contrato no podrá reemplazarse sin previa autorización del supervisor del contrato. En caso de presentarse un caso fortuito o fuerza mayor que amerite el remplazo del personal propuesto, el contratista deberá presentar los documentos que acrediten similares características del personal que reemplazará y que cumpla con las especificaciones requeridas en pliego de condiciones.

El contratista deberá cumplir con el cronograma de actividades que hace parte integral del contrato.

Las labores administrativas que demande el desarrollo de las actividades serán asumidas en su totalidad por el contratista, para lo cual debe garantizar el recurso humano y la logística necesaria para llevarlas a cabo durante la ejecución contractual.

El Profesional en Terapia física, o Deportologo, Educador físico, técnicos en: entrenamiento deportivo, cultura física, educación física, alto rendimiento deportivo, actividad física, deberá realizar seguimiento a los casos detectados e incluidos en el programa de vigilancia epidemiológica. Y entregar en informe especial, sobre los casos ocupacionales, alresponsable del sistema de seguridad y salud en el trabajo. Informe sistematizado de acuerdo con los requerimientos de la entidad con los hallazgos encontrados por paciente, incluidas recomendaciones a seguir.

El contratista deberá entregar a la Entidad, las planillas de asistencia de los funcionarios debidamente firmada por cada uno de los funcionarios participantes de las campañas e identificar quienes no participan en las actividades, a fines de establecer plan de acción.

Realizar a solicitud de la Entidad las valoraciones médicas que sean necesarias, para determinar si es necesario remisión a la EPS, cuando se requiera.

El contratista deberá presentar un informe con las actas parciales de las actividades realizadas con las respectivas evidencias, el cual debe reflejar las actividades puntuales practicadas, informe que será presentado junto con la factura parcial del servicio.

Cumplir con todos los ofrecimientos, condiciones y términos de la propuesta, que hacen parte integral del contrato.

Prestar los servicios de primera Calidad.

Atender en forma oportuna los requerimientos que realice el supervisor del contrato. Cumplir con las normas ambientales y de seguridad industrial.

Llevar a cabo correcta y oportuna ejecución del objeto contrato, respetando los parámetros establecidos en los estudios previos y en la invitación pública correspondiente.

Proveer a su costo, todos los bienes y servicios necesarios para el cumplimiento de los objetivos y funcionalidades requeridas en el presente contrato.

Guardar la debida confiabilidad respeto de la documentación y trámites realizados en cumplimiento del objeto contratado.

Responder en los plazos que la entidad establezca en cada caso, los requerimientos de aclaración o de información que le formule.

Cumplir durante el tiempo de ejecución del contrato.

Tramitar los permisos de ingreso a áreas restringidas en cada aeropuerto conforme al procedimiento establecido por el área de seguridad aeroportuaria.

Las demás que se requieran para la correcta y oportuna ejecución del contrato y se desprendan del objeto de este.

4. PERSONAL QUE INTERVENDRÁ EN LA EJECUCIÓN DEL CONTRATO

Para la ejecución del presente proceso de contratación el contratista debe disponer de un equipo de trabajo mínimo requerido, compuesto por los siguientes roles, cantidades y porcentajes mínimos de dedicación:

No.	Perfil o Rol	Cantidad de Profesionales	% Dedicación
1	Profesionales en: Terapia física, Deporto logo, Educador físico. O Técnicos en: entrenamiento deportivo, cultura física, educación física, alto rendimiento deportivo, actividad física.	4	100%

a. Requisitos del personal

Todos los profesionales, técnicos exigidos, deben cumplir y acreditar, como mínimo, los siguientes requisitos de formación y experiencia: 6 meses a 1 año de experiencia

i. Para los perfiles del Equipo de Trabajo, tanto para la formación técnico, profesional como de postgrados, se tendrán en cuentalas siguientes consideraciones:

ii. Los cambios en el equipo de trabajo propuesto por el contratista y verificado por la Entidad se aceptarán si por causas excepcionales no atribuibles al contratista es necesario realizar alguna modificación. No obstante, en caso de que el contratista requiera cambio de personal asignado al proyecto, el profesional que lo reemplace deberá cumplir con iguales o mejores calidades a las requeridas para el perfil correspondiente y el cambio será aprobado por el supervisor del contrato previa la presentación de la documentación respectiva.

iii. La Entidad se reserva el derecho a solicitar por escrito reemplazo motivado de profesionales que no se acoplen al equipo de trabajo o que sus condiciones técnicas, profesionales, gerenciales o resultados no satisfagan.

Nota: las hojas de vida del personal que intervendrá en la ejecución del contrato deberán ser suministrada al supervisor del

contrato posterior a la adjudicación del contrato no se debe anexar hojas de vida en la presentación de la oferta en el SECOP II

5. CRONOGRAMA DE EJECUCION DEL CONTRATO

CRONOGRAMA DE EJECUCION DEL CONTRATO		
No.	**ACTIVIDADES**	**TIEMPOS DE EJECUCION**
1	EXPEDIR RP POR LA ENTIDAD	2 DIAS HABILES
2	PUBLICAR POLIZA EN EL SECOP	4 DIAS HABILES
3	APROBAR POLIZAS POR LA ENTIDAD	2 DIAS HABILES
5	ENTIDAD DESIGNE SUPERVISOR	1 DIA HABIL
6	FIRMA DE ACTA DE INICIO ENTRE CONTRATISTA Y SUPERVISOR	2 DIAS HABILES
7	CUMPLIMIENTO A REQUISISTOS SG-SST	4 DIAS HABILES
EJECUCION DEL CONTRATO		
8	CRONOGRAMA GRUPO SST	2 DIAS HABILES
9	EJECUCION DE LAS ACTIDADES	8 MESES
10	INFORMES DE ACTIVIDADES Y REPORTES DE NOVEDADES DEL CONTRATISTA	MENSUAL
11	SEGUIMIENTO AL CRONOGRAMA POR EL SUPERVISOR DEL CONTRATO	MENSUAL
12	TRAMITE DE PAGO	MENSUAL