ACTIVIDADES FACTURADAS DE ACUERDO A LA OFERTA ECONOMICA PRESENTADA

PRESTACIÓN DE SERVICIOS REQUERIDOS POR EL ÁREA DE BIENESTAR Y SST DE LA DIRECCIÓN SECCIONAL DE ADMINISTRACIÓN JUDICIAL DE MONTERÍA, PARA EL DESARROLLO DEL PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO A LOS SERVIDORES JUDICIALES INCLUIDO DENTRO DEL SISTEMA DE VIGILANCIA EPIDEMIOLÓGICA (SVE) DE DESÓRDENES MÚSCULOS ESQUELÉTICOS (DME) Y PSICOSOCIAL:

ITEMS	DESCRIPCIÓN	CANTIDAD	TIEMPO		
Programa para fomentar el reconocimiento y cuidado de los servidores judiciales en las dimensiones: mental, espiritual, física y psicológica desde una visión integral.				**VALOR UNITARIO (INCLUIDO IMPUESTO)**	**VALOR TOTAL (INCLUIDO IMPUESTO)**
1	Equipo de trabajo mínimo requerido: UN (1) DIRECTOR DEL PROYECTO: a) Formación Académica: Médico Psiquiatra o Psicólogo(a) especialista en Medicina laboral y/o Seguridad y Salud en el Trabajo y/o psicología organizacional y/o neuropsicología clínica b) Licencia Acreditar licencia de seguridad y salud en el trabajo c) Experiencia: Seis (6) años de experiencia profesional relacionada d) Registro en Rethus (Registro Único Nacional de Talento Humano en Salud) - Tarjeta Profesional PROFESIONAL PARA EL DESARROLLO DE LOS TALLERES: MENTAL, ESPIRITUAL, PSICOLÓGICO Y EMOCIONAL, con la siguiente formación académica: Requisitos mínimos e) Formación académica: Profesional en ciencias sociales o humanas, certificado en coaching o mindfulness o programación neurolingüística (PNL), o psicoeducación o neuropsicología laboral f) Experiencia: Cuatro (4) años de experiencia profesional relacionada g) Registro en Rethus (Registro Único Nacional de Talento Humano en Salud) - Tarjeta Profesional	Equipo de profesionales	Por la duración del proyecto	$3.500.000	$3.500.000
2	4 talleres didácticos presenciales de seis (6) horas cada uno, dirigido a de 40 personas por taller. Las dimensiones por abordar en cada taller son las siguientes: 1. Mental: cambio de paradigmas 2. Espiritual: Reconciliación – paz 3. Físico: Autocuidado – cuidado de la salud 4. Psicológico – Emocional: Salud mental • Para el desarrollo de cada taller el contratista debe asumir el material didáctico necesario para las actividades a desarrollar (colores, hojas, colchonetas, música y demás materiales). • Se debe presentar cronograma de programación de actividades que componga cada taller. * Para el desarrollo de estos temas, se deben utilizar herramientas como la programación	4 Talleres	4 DIAS	$4.000.000	$16.000.000

	Neurolingüística (PNL), la Inteligencia Emocional y Liderazgo Transpersonal, se recordará la importancia del reconocimiento y cuidado de cada una de sus dimensiones: mental, espiritual, física y psicológica desde una visión holística.				
2.1	Cuaderno - cartilla pasta dura argollado de 100 hojas rayadas: Medidas mínimas de 20 cm X 15 cm, portada a color: En la parte inicial debe contener 3 hojas con información practica sobre los temas a tratar en cada uno de los 4 talleres; e intercalar cada 20 hojas rayadas 3 hojas a color con información de los talleres (para la orientación general de los temas presentados y una guía de trabajo para la aplicación en su vida diaria.) Deber tener en la portada y en cada hoja el logo de la Entidad. La caratula delantera y trasera debe ser diseñada por el contratista y está sujeta a aprobación del supervisor.	45 Unidades	NA	$30.000	$1.350.000
	ALMUERZO: Pechuga en salsa de champiñones (u otra salsa) con ensalada y arroz. O Cerdo en salsa BBQ con ensalada y arroz. O Carne de res en salsa de champiñones (u otra salsa) con ensalada y arroz. Bebida: jugos naturales y agua. • Deben ser servidos 40 almuerzos en los talleres 1 y 2. • Debe incluir servidor de catering y meseros.	80 Almuerzos	2 DIAS	$60.000	$4.800.000
	REFRIGERIO: Refrigerio para 40 personas por taller (1 y 2), para cada taller lo siguiente: 1. Cereal con granola y yogurt griego y una manzana verde o banano. Con jugo a agua. 2. Tapas españolas de jamón y queso, con queso crema de base o de pollo en trocitos pequeños salteado con verduras. (mínimo dos tapas por persona). Con jugo o agua.	80 Refrigerios	2 días	$30.000	$2.400.000
	ALQUIER LUGAR: Ubicado en ZONA CENTRO o NORTE DE LA CIUDAD DE MONTERÍA entre las calles 44 y 70 entre carrera 1 y 12. Tiene que ser un lugar abierto con zonas verdes que incluya un salón con aire acondicionado para la charla, con todas las adecuaciones para brindar la máxima comodidad a los participantes. Sillas, mesas, micrófono, buen sonido. Con capacidad para 40 y debe contar con parqueadero privado	2 jornadas	2 DIAS	$1.500.000	$3.000.000
	Estación de café para 40 personas: Ubicado en el lugar del ítem anterior. Agua, café, té, galletas, servilletas, caliente y fría, azúcar.	1 jornada	2 DIAS	$600.000	$600.000
	ALMUERZO CARIBE PARA ESCOGER por persona entre las siguientes 2 opciones: 1. Pescado frito de mar, patacón, arroz de coco, sopa y ensalada. 2. Pollo asado, patacón, arroz con maíz o similar, sopa y ensalada. Bebida: jugos naturales y agua.]* Debe incluir servidor de catering y meseros.	45 almuerzos	1 día	$60.000	$2.700.000

	REFRIGERIO 1. Coctel de camarón con galleta de soda.	45 refrigerios	1 día	$30.000	$1.350.000
	POSTRE Porción de postre de chocolate, vainilla o tres leches.	45 postres	1 día	$20.000	$900.000
	ALQUIER LUGAR CON ACCESO A PLAYA (1:30 MAXIMO DE MONTERÍA) DURANTE 8 HORAS. CAPACIDAD PARA 45 PERSONAS MINIMO. Debe ser un lugar que cuente en sus instalaciones con auditorio o salón de eventos climatizado para brindar adecuadamente las actividades programadas del taller No. 3 y 4, debe contar con personal suficiente para tener una capacidad de atención en tiempo y dar comodidades a los servidores judiciales asistentes. El lugar debe contar con sillas, mesas vestidas, buen sonido, micrófono, video beam. Los asistentes deben tener acceso a todas las zonas comunes del lugar. • El lugar puede ser ubicado en el departamento de Córdoba, Antioquia o Sucre (lugar sujeto a aprobación de supervisor)	1 jornada	1 DIA	$1.500.000	$1.500.000
	Estación de café para 45 personas: Ubicado en el lugar del ítem anterior. Agua, café, té, galletas, servilletas, caliente y fría, azúcar.	1 jornada	1 DIA	$600.000	$600.000
	TRANSPORTE TERRESTRE PRIVADO CON AIRE ACONDICIONADO: 45 PERSONAS IDA Y REGRESO DEL PALACIO DE JUSTICIA DE MONTERÍA AL LUGAR SELECECIONADO EN EL ITEM ANTERIOR. Transporte privado. Puede ser un bus grande con capacidad para 45 personas o 2-3 buses o vans que cumplan con los estándares de calidad y comodidad, con aire acondicionado funcional, ida y vuelta.	1 jornada	1 DIA	$1.000.000	$1.000.000

Programa de acompañamiento a los servidores judiciales incluido dentro del Sistema de Vigilancia Epidemiológica (SVE) de desórdenes músculos esqueléticos (DME), mediante la ejecución de estrategias que permitan identificar soluciones para el manejo de su condición de salud.				**VALOR UNITARIO (INCLUIDO IMPUESTO)**	**VALOR TOTAL (INCLUIDO IMPUESTO)**
1	**UN (1) DIRECTOR DEL PROYECTO** Requisitos mínimos a) Formación Académica: en alguna de las 3 opciones. • Médico especialista en Seguridad y Salud en el Trabajo ó Medicina física y del deporte ó medicina física y rehabilitación • Fisioterapeuta especialista en Seguridad y Salud en el Trabajo, Ergonomía o rehabilitación. • Enfermero(a) con especialización en rehabilitación física, Ergonomía o rehabilitación. b) Experiencia: Seis (6) años de práctica profesional relacionada c) Licencia de Seguridad y Salud en el Trabajo d) Registro en Rethus – Tarjeta Profesional	Equipo de profesionales	Duración del proyecto	$3.500.000	$3.500.000

	PROFESIONAL PARA EL DESARROLLO DE LOS TALLERES, con la siguiente formación académica: a) Formación Académica: en alguna de las 3 opciones. • Médico especialista en Ergonomía ó Medicina física y del deporte ó medicina física y rehabilitación • Fisioterapeuta especialista en Seguridad y Salud en el Trabajo, Ergonomía o rehabilitación física. • Enfermero(a) con especialización en rehabilitación física, ó Ergonomía. b) Experiencia: Cuatro (4) años de práctica profesional relacionada c) Registro en Rethus – Tarjeta Profesional AUXILIAR DE APOYO PARA LA CONVOCATORIA, con la siguiente formación académica: a) Formación Académica: Técnico en gestión de salud, administración en salud, auxiliar de enfermería o áreas de la salud o administrativas afines. b) Experiencia: Un (1) año de experiencia laboral relacionada				
2	**TALLER 1**: **Talleres de Introducción a la Terapia Cognitivo Conductual, respiración y reestructuración cognitiva** El taller debe tener una intensidad horaria de mínimo dos (2) horas, con un **máximo de 20 personas por taller.** Objetivos de la sesión: Sesión 1: Talleres de Introducción a la Terapia Cognitivo Conductual, respiración y reestructuración cognitiva Objetivos: • Establecer un vínculo terapéutico. • Entender el dolor y legitimarlo. • Conductas y características resilientes frente a la enfermedad. • Adecuar el nivel de conocimientos de los participantes sobre la sintomatología dolorosa. • Sensibilizar a los	1 TALLER	1 DIA	$4.000.000	$4.000.000

	participantes sobre la necesidad de adquirir nuevas estrategias que les permitan disminuir la frecuencia e intensidad del dolor • Estimular la autorresponsabilidad, el autocuidado y el rol activo del participante en el control del dolor. • Enseñar a los servidores a reducir de manera consciente la tensión muscular, para así reducir la tensión mental tanto en situaciones de normalidad, como en situaciones de dolor. • Aportar una explicación alternativa al problema del dolor, en la que sea posible el cambio. • Enseñar técnicas de relajación y hacer énfasis en su importancia. • Dar valor a los procesos de afrontamiento • Generar y potenciar mecanismos de afrontamiento al dolor. • Establecer la idea de que prestar atención a otros estímulos, disminuirá la intensidad con la que se percibe el dolor. • Plantear lo anterior como una herramienta para controlar cuánto dolor se percibe. Favorecer la sensación de control sobre el problema. • Enfatizar que la participación en el grupo es sólo el primer paso del proceso, que los cambios son progresivos y requerirán del trabajo futuro de cada servidor. • Prevenir recaídas. • Generar conciencia de cómo el dolor ha afectado los procesos de comunicación con los demás. • Impacto del estrés en el desarrollo de trastornos musculo esqueléticos. El lugar debe contar con sillas, mesas vestidas, buen sonido, micrófono, video beam. Debe ser un lugar al aire libre con instalaciones adecuadas.				
3	**TALLER 2** Ejercicio físico: El tratamiento con ejercicio físico ha demostrado ser beneficioso en los pacientes con dolor crónico, pero debe ser adecuado y adaptado individualmente, con especial énfasis en la prevención de recaída de síntomas, para lo cual es necesario utilizar una adecuada estrategia de recuperación que considere las siguientes variables: El taller debe tener una intensidad horaria de mínimo dos (2) horas, con un **máximo de 20 personas por taller.**	1 TALLER	1 DÍA	$3.000.000	$3.000.000

	Sesión 2: Diagnóstico situacional Objetivos • Evaluar la sintomatología musculo esquelética de cada servidor judicial, estableciendo la susceptibilidad de los servidores judiciales de presentar DME considerando factores de riesgo individuales tales como edad, género, actividad física, hábito de fumar, fuerza física y aspectos antropométricos, particularmente el índice de masa corporal. Así mismo se debe considerar en dicha evaluación las actividades extralaborales que impliquen factores de riesgo por carga física tales como labores domésticas, pasatiempos, práctica deportiva y hábitos de tiempo libre. El lugar de cada sesión debe ser un consultorio adecuado para brindar un buen servicio al servidor judicial, que cumpla con las adecuaciones para realizar los exámenes requeridos arriba de los pacientes. Ubicado entre las calles 44 y 70 entre carrera 1 y 12.				
4	**Taller 3** Intervención con ejercicio físico y relajación Sesión 3: Intervención con ejercicio físico y relajación • Diseñar una propuesta de intervención fisioterapéutica **<u>acordada con el servidor judicial</u>**; que se ajuste a las necesidades y requerimientos del desorden músculo esquelético que padece, la edad y el rol del servidor • Estimular la actividad física con énfasis en fortalecimiento muscular, prácticas de relajación, alternancia en la ejecución de técnicas terapéuticas que ocasionen mayor esfuerzo osteomuscular. • Controlar los síntomas desencadenantes, especialmente durante el inicio del tratamiento graduando las modalidades de ejercicio Nota: Se recomienda flexibilizar el protocolo, de acuerdo con las	1 taller	1 día	$4.000.000	$4.000.000

	fluctuaciones naturales de la patología. El taller debe tener una intensidad horaria de mínimo dos (2) horas, con un **máximo de 20 personas por taller.** Debe ser un lugar con espacios al aire libre para brindar el taller, donde se pueda hacer ejercicios físicos y de relajación como lo dice el encabezado, debe tener un lugar cerrado también con sillas, mesas, micrófono, video beam. Ubicado en el centro o norte de la ciudad de montería.				
8	Bolas a color para Masajes: • Para el desarrollo del taller entregar a cada servidor una bola de 8cm para masajes, fabricada en resina plastificada de PVC suave al contacto para el paciente y el terapeuta, para lograr la liberación de la tensión muscular, aliviar la fatiga y la rigidez. Debe estar estampada con el logo de la Entidad y el color será aprobado por el supervisor del contrato.	95 unidades	NA	$28.400	$2.698.000
9	Refrigerio: Deditos de queso y empanadas de carne. Bebidas: agua jugo natural o gaseosa. • Deben ser entregados 25 refrigerios en cada uno de las sesiones por taller (1,2,3).	75 Refrigerios	3 Dias	$30.000	$2.250.000
10	Estación de café y lugar taller 1, 2 y 3: ubicada en los lugares del taller, debe contener Agua, café, té, galletas, servilletas, caliente y fría, azúcar.	3 Jornadas	3 DIAS	$600.000	$1.800.000
11	Sesión individual de masaje completo corporal relajante: Duración mínima de 50 minutos, debe ser practica en un centro estético de la ciudad de Montería que cuente con autorización de funcionamiento y concepto sanitario vigente de funcionamiento expedida por autoridad territorial competente. • El centro estético debe estar ubicado en la ciudad de Montería entre la calle 44 y la calle 70 con carreras 1 y 12. Con experiencia mínima de 4 años desde su apertura y cumplir con los requisitos establecidos por la Resolución 2263 de 2004 y la Ley 711 de 2001 • Debe entregarse un bono para ser remido, con las	10 sesiones.	Según agendamiento	$300.000	$3.000.000

	características anteriores, con mínimo 6 meses de vigencia.				
12.	Sesión de pilates: duración 1 hora, debe ser practicada en grupo o individual en centro especializado de pilates ubicado dentro de la ciudad de montería entre las calles 44 y 70 entre carrearas 1 y 12. Esto es para la actividad física de los servidores judiciales. Debe entregarse un bono para ser remido, con las características anteriores, con mínimo 6 meses de vigencia	10 sesiones	Según agendamiento	$300.000	$3.000.000

TOTAL: $66.948.000



Nombre: Jaime Alfonso Visbal Salgado
C.C. 72.134.800
Representante Legal Unión Temporal UT PSI DME RJ Montería