**Příloha č. 1**

**Detailní vymezení předmětu zakázky**

**Číslo projektu:** CZ.03.1.52/0.0/0.0/17\_079/0009471

**Název projektu:** Age management jako RADOST

**Zadavatel:** Direct Parcel Distribution CZ s.r.o.

**Předmět plnění zahrnuje 2 dílčí plnění:**

č.1 Podpora zdraví zaměstnanců

č.2 Pracovní schopnosti zaměstnanců

**PŘEDMĚT ZAKÁZKY:**

**Č.1 PODPORA ZDRAVÍ ZAMĚSTNANCŮ**

**Konkrétní aktivity a jejich rozsah:**

**1.1. Zpracování analýzy zdravotního stavu zaměstnanců**

**Cílová skupina:**

Výběr zaměstnanců

**Obsah:**

Provedení analýzy zdravotního stavu vybraných zaměstnanců za účelem snížení nemocnosti, prevence nemoci z povolání, prevence úrazů a zvýšení fyzické kondice zaměstnanců. S ohledem na převahu fyzicky pracujících zaměstnanců ve společnosti je potřeba identifikovat problematická místa v oblasti podpory zdraví - fyzického i psychického, návrh vzdělávacích aktivit, motivace i případné úpravy pracovních podmínek. Analýza bude provedena dotazníkovým šetřením.

* Výstupy z této analýzy musí být anonymní. Výstupem bude dokument, ve kterém budou publikované pouze statistické souhrnné údaje, případně anonymní jednotlivé údaje v rámci hromadných datových souborů.
* Analýze zdravotního stavu zaměstnanců bude předcházet workshop v rozsahu min. 4 hodin v sídle společnosti. Obsahem workshopu bude bližší seznámení s prováděnou analýzou.

**1.2. Ergonomický audit na pracovišti včetně zprávy s návrhem změn**

Na základě výsledků měření pracovní schopnosti bude proveden ergonomický audit zejména provozech, ve kterých pracují starší zaměstnanci s nižšími hodnotami pracovní schopnosti v oblasti zdraví.

* Měření pracovního prostředí (teplota, vlhkost, hluk, intenzita osvětlení, koncentrace CO2)
* Posouzení prostorových požadavků (počet pracovních míst, podlahová plocha, světlá výška, objemový prostor, komunikace)
* Uspořádání pracovních míst a umístění pracovních zařízení
* Barevné řešení
* Posouzení prostorových požadavků na pracovní místo
* Uspořádání pracovního místa
* Světelné podmínky pracovního místa
* Barevné řešení
* Umístění, nastavení a ergonomická kvalita pracovních zařízení (stůl, židle, monitor, klávesnice, myš a jiné)
* Hygiena pracovního místa
* Posouzení režimu práce a pracovních návyků

**Výstupem bude zpráva v rozsahu min. 10 normostran s návrhy na opatření.**

HR specialista zadavatele bude poskytovat potřebnou součinnost dodavateli pro dosažení cíle této dílčí části.

Dokument bude schválen HR specialistou společnosti

**1.3. Zpracování strategického dokumentu Podpora zdraví zaměstnanců**

Dokument bude zahrnovat preventivní kroky na udržování pracovní schopnosti a zdraví zaměstnanců (průběžné zdravotní prohlídky, fyzioterapie, stravovací možnosti - zdravé stravování, dodržování pitného režimu, nekuřácké programy, rehabilitace, masáže). Dokument vychází z provedené analýzy zdravotního stavu zaměstnanců a ergonomického auditu. Dokument musí být **v rozsahu min. 20 normostran .**

* HR specialista zadavatele bude poskytovat potřebnou součinnost dodavateli pro dosažení cíle této dílčí části zakázky.
* Rozsah poradenských schůzek (individuálních konzultací) - min. v počtu 2 schůzek
* Poradenské schůzky (individuální konzultace) budou realizovány v sídle zadavatele, dle potřeb HR specialisty. Časová náročnost schůzky se může pohybovat v rozmezí 1- 4 hodin.

**1.4. Vzdělávací program Zdravý životní styl**

Dvoudenní kurz, rozsah 1 školicího dne je 8 hodin, 1 hodina= 60 min., celkem 8 školicích dnů předpokládaný počet účastníků cca 10 v rámci jedné cílové skupiny, budou proškoleny 4 cílové skupiny

**Obsah**: Motivačně vzdělávací program na podporu zdraví a zdravého životního stylu u zaměstnanců zadavatele. Obsah školicích dnů bude přizpůsoben potřebám zaměstnanců vyplývající z analýzy zdravotního stavu zaměstnanců a měření pracovní schopnosti zaměstnanců.

* Pojem „zdravý životní styl“ a různé pohledy na věc
* Základní desatero pro zdravý život
* Čtyři pilíře zdravého životního stylu – psychika, pohyb, odpočinek, výživa
* Zdravá strava – hlavní zásady zdravého životního stylu
* Hrozby „doby jedové“
* Role stresu a jak s ním pracovat
* Pohyb a jeho zákonitosti – vytrvalost, redukce tuku, budování svalové hmoty
* Účinné metody pro zdraví
* Relaxační techniky
* Osobní „inventura“ našich dobrých i špatných návyků

**Termín zahájení:**

předpoklad 02/2020 (ve vazbě na ukončení výběrového řízení a uzavření smlouvy)

**Místo realizace:**

Direct Parcel Distribution CZ s.r.o:

Modletice 135, 251 01 Říčany u Prahy

Lidická 1527, 273 51 Unhošť

Řecká 1106, 250 81 Nehvizdy

**č. 2. MĚŘENÍ PRACOVNÍ SCHOPNOSTI ZAMĚSTNANCŮ SPOLEČNOSTI**

Na základě analýzy potřeb budou vybráni klíčoví zaměstnanci. U nich proběhne měření pracovní schopnosti a potenciálu. Bude se jednat především o fyzicky pracující zaměstnance či starší ve fyzicky náročných provozech. (jedná se o cca 15 osob)

Zjišťování vzájemného vztahu mezi zaměstnancem a jeho pracovní činnosti z pohledu zdraví, motivace a kompetence. Bude provedeno dotazníkem, který vede k číselnému skoré hodnotící pracovní schopnosti daného pracovníka. Takto zjištěná data budou statisticky vyhodnocena.

Měření pracovní schopnosti zaměstnanců bude předcházet **workshop v** rozsahu min. 4 hodin v sídle společnosti. Obsahem workshopu bude bližší seznámení s metodou měření.

**Výstup:**

Výstupy z tohoto měření musí být anonymní. Výstupem bude dokument, ve kterém budou publikované pouze statistické souhrnné údaje, případně anonymní jednotlivé údaje v rámci hromadných datových souborů

**Termín zahájení:**

předpoklad 02/2020 (ve vazbě na ukončení výběrového řízení a uzavření smlouvy)

**Místo realizace:**

Direct Parcel Distribution CZ s.r.o:

Modletice 135, 251 01 Říčany u Prahy

Lidická 1527, 273 51 Unhošť

Řecká 1106, 250 81 Nehvizdy