



Czarne, 30.10.2026r.

Zaproszenie do składania ofert na przeprowadzenie warsztatów z zakresu autoprezentacji i wystąpień publicznych dla członków rady seniorów oraz potencjalnych kandydatów na członków rady seniorów kolejnych kadencji w ramach programu wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni Seniorzy – ASY” na lata 2026-2030, Priorytet III – Partycypacja społeczna osób starszych, Edycja 2026

1. Zamawiający

Ośrodek Pomocy Społecznej w Czarnem
Ul. Leśna 4
77-330 Czarne
e-mail: pomoc@opsczarne.pl

2. Przedmiot zamówienia

Zapraszamy do składania ofert na przeprowadzenie warsztatów szkoleniowych z zakresu autoprezentacji i wystąpień publicznych skierowanych do członków rady seniorów.

Celem warsztatów jest rozwijanie umiejętności skutecznego komunikowania się, prezentowania własnych opinii i inicjatyw oraz swobodnego i pewnego występowania przed publicznością oraz praktycznej obsługi mikrofonu podczas spotkań, konsultacji społecznych, debat, sesji rady seniorów i wydarzeń lokalnych.

3. Zakres tematyczny warsztatów

Warsztaty powinny obejmować w szczególności:

- zasady skutecznej autoprezentacji i budowania pozytywnego wizerunku;
- rozwijanie umiejętności jasnego, zrozumiałego i spokojnego mówienia;
- nauka pracy z mikrofonem: trzymanie odległość, tempo mówienia, modulacja głosu;
- zasady komunikacji werbalnej i niewerbalnej, w tym pracę z głosem, gestem i postawą ciała;
- budowanie pewności siebie i jasne formułowanie myśli;
- techniki radzenia sobie ze stresem i treścią;
- rozwijanie umiejętności komunikacji w grupie i podczas zebrań;
- ćwiczenie wystąpień w bezpiecznej atmosferze.

Program warsztatów powinien uwzględniać potrzeby i specyfikę pracy członków rady seniorów oraz opierać się na aktywnych metodach szkoleniowych, umożliwiających uczestnikom praktyczne doskonalenie nabywanych umiejętności.

4. Wymagania wobec wykonawcy

Od osoby prowadzącej warsztaty oczekuje się:

- posiadania wiedzy i doświadczenia w prowadzeniu szkoleń z zakresu autoprezentacji, komunikacji, wystąpień publicznych oraz nauki pracy z mikrofonem;
- umiejętności pracy z grupą osób dorosłych;
- prowadzenia zajęć w sposób przystępny, angażujący i dostosowany do potrzeb uczestników;
- zapewnienia materiałów szkoleniowych, jeśli będą niezbędne do realizacji zajęć.

5. Informacje organizacyjne

- Planowany termin realizacji: listopad- grudzień 2026 r.
- Miejsce realizacji: Czarne
- Przewidywana liczba uczestników: 20 osób.
- Planowany wymiar warsztatów: 3 spotkania -2 godziny każde spotkanie.
- Forma realizacji: warsztaty stacjonarne.

6. Zawartość oferty

Oferta powinna zawierać:

- dane wykonawcy;
- propozycję programu warsztatów wraz z opisem metod pracy;
- informację o doświadczeniu i kwalifikacjach osoby prowadzącej;
- proponowany termin realizacji;
- cenę brutto za przeprowadzenie całości warsztatów, z uwzględnieniem wszystkich kosztów związanych z realizacją zamówienia.

7. Kryteria oceny ofert

Oferty będą oceniane na podstawie następujących kryteriów:

- cena brutto – (80%);
- doświadczenie i kwalifikacje osoby prowadzącej – (20%);

8. Termin i sposób składania ofert

Oferty należy przesłać do dnia 06.11.2026 r. do godz. 14:00 na adres poczty elektronicznej: pomoc@opsczarne.pl lub złożyć w siedzibie zamawiającego pod adresem: ul. Leśna 4, 77- 330 Czarne.

W tytule wiadomości prosimy wpisać: „Oferta – warsztaty z zakresu autoprezentacji i wystąpień publicznych dla członków rady seniorów”.

9. Informacje dodatkowe

Zamawiający zastrzega sobie prawo do kontaktu z oferentami w celu uzyskania dodatkowych informacji oraz do zakończenia postępowania bez wyboru oferty, na zasadach określonych przez Zamawiającego.

Osoba do kontaktu: Brudnicka Magdalena
tel. 59 83 32 081