

# PASLAUGŲ VIEŠOJO PIRKIMO-PARDAVIMO SUTARTIS

2023~~4~~ m. vasario 7 d. Nr. B15-6-(5.17)

Šilalė

Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras (toliau – Paslaugų pirkėjas), įstaigos kodas 301523693, atstovaujamas direktorės Ingridos Petravičienės, veikiančios pagal įstaigos nuostatus,

ir Dovilė Čepauskienė (toliau – Paslaugų teikėjas), a. [redacted] vykdanči individualią veiklą, pagal verslo liudijimą Nr. [redacted] toliau kartu vadinamos Šalimis, o atskirai – Šalimi, sudarė paslaugų viešojo pirkimo – pardavimo sutartį (toliau – Sutartis) ir susitarė dėl šių Sutarties sąlygų:

## 1. SUTARTIES DALYKAS

1.1. Šia sutartimi Paslaugų teikėjas įsipareigoja Sutartyje nustatytais terminais vykdyti sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo paslaugas grupėms, kurios numatytos Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2020 m. spalio 22 d. įsakymu Nr. V-2330 "Dėl Sveikos mitybos ir sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo tvarkos aprašo patvirtinimo" (toliau – Paslauga), o Paslaugų pirkėjas įsipareigoja priimti kokybiškai ir nustatytais terminais suteiktas paslaugas ir sumokėti už jas sutartą kainą.

1.2. Paslaugos turi būti teikiamos Paslaugų pirkėjo nurodytoje vietoje, pagal iš anksto suderintą grafiką.

## 2. PASLAUGŲ TEIKIMO KAINA IR ATSISKAITYMO TVARKA

2.1. Paslaugų kaina 76 eurų (septyniasdešimt šeši eurai) už valandą. Į paslaugos kainą įskaičiuotos visos išlaidos ir visi mokesčiai.

2.2. Už kokybiškai ir laiku, ar kas mėnesį faktiškai suteiktas periodines paslaugas Paslaugų pirkėjas įsipareigoja sumokėti Paslaugų teikėjui per 30 (trisdešimt) darbo dienų nuo sąskaitos faktūros gavimo dienos.

2.3. Išankstinė įmoka (avansas) Paslaugų teikėjui nemokama. Bendra perkamų Paslaugų vertė numatyto laikotarpiu negali viršyti 2432 Eur (be PVM).

2.4. Mokėjimai apskaičiuojami ir atliekami euraiis mokestiniu pavedimu per banką į sutartyje nurodytą Paslaugos teikėjo banko sąskaitą. Sąskaitoje faktūroje, be kitų privalomų rekvizitų, privalo būti įrašytas sutarties numeris ir data. Nesant šios informacijos, sąskaita nebus apmokėta.

2.5. Vėluojant finansavimui iš biudžeto, mokėjimai gali būti atidėti. Paslaugų pirkėjas, vėluojant finansavimui iš biudžeto, delspinigių ir palūkanų nemoka.

## 3. ŠALIŲ TEISĖS IR PAREIGOS

### 3.1. Paslaugų teikėjas įsipareigoja:

3.1.1. Užtikrinti dalyvių registracijos žurnalo ir kitų dokumentų, nurodytų Techninėje specifikacijoje (1 priedas) užpildymą ir pateikimą Paslaugų pirkėjo organizacijai per 5 (penkias) kalendorines dienas pasibaigus paskutiniam užsiėmimui;

3.1.2. Užtikrinti dalyvių sutikimų užpildymą, dėl užsiėmimų galimos neigiamos įtakos dalyvių sveikatai ir pateikimą Paslaugų pirkėjo organizacijai per 5 (penkias) kalendorines dienas pasibaigus paskutiniam užsiėmimui;

3.1.3. Teikti paslaugas Paslaugų pirkėjui pagal geriausius visuotinai pripažįstamus profesinius, techninius standartus ir praktiką, panaudodamas visus reikiamus įgūdžius, žinias;

- 3.1.4. Būti apsirūpinęs visomis paslaugos teikimui reikalingomis priemonėmis (kompiuteris, garso kolonėlė, garso, vaizdo įrašai, internetas) jei nėra susitarta kitaip;
- 3.1.5. Nedelsdamas raštu informuoti Paslaugų pirkėją apie bet kurias aplinkybes, kurios trukdo ar gali sutrukdyti Paslaugų teikėjui užbaigti paslaugų teikimą nustatytais terminais;
- 3.1.6. Po paslaugų suteikimo nedelsdamas perleisti nuosavybės teisę į paslaugų teikimo rezultatą, jeigu toks sukuriamas;
- 3.1.7. Paslaugų teikimo metu sukurtą produktą (pav., foto ar video) viešinti tik gavus Paslaugų pirkėjo leidimą ir nurodant renginio organizatorių Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biurą;
- 3.1.8. Iki Sutarties galiojimo pabaigos grąžinti visus iš Paslaugų pirkėjo gautus dokumentus, jeigu Paslaugų pirkėjas tokius dokumentus buvo perdavęs Paslaugų teikėjui kaip reikalingus šiai Sutarčiai vykdyti, Paslaugų pirkėjo nurodytiems asmenims;
- 3.1.9. Paslaugų pirkėjui pareikalavus, sumokėti 0,02 procento dydžio delspinigius nuo nesuteiktų ar netinkamai suteiktų paslaugų kainos už kiekvieną uždelstą kalendorinę dieną, jei Paslaugų teikėjas nevykdo ar netinkamai vykdo įsipareigojimus pagal šią Sutartį. Delspinigių sumokėjimas neatleidžia Šalių nuo pareigos vykdyti šioje Sutartyje prisiimtus įsipareigojimus;
- 3.1.10. Atlyginti Paslaugų pirkėjo patirtus nuostolius per 10 (dešimt) dienų, jei Paslaugų teikėjas ar jo darbuotojai nesilaikytų įstatymų, teisės aktų reikalavimų ir dėl to būtų pateikti kokie nors reikalavimai ar pradėti procesiniai veiksmai Paslaugų pirkėjui, jeigu trečiųjų šalių reikalavimai Paslaugų pirkėjui susiję su intelektinės nuosavybės teisių pažeidimais arba jeigu Paslaugų pirkėjo nuostoliai atsiranda dėl Paslaugų teikėjo kaltės, jam nevykdant arba netinkamai vykdant Sutartį.
- 3.1.11. laikytis šių aplinkosaugos reikalavimų: mažinti popieriaus sunaudojimą, atsisakyti nebūtino dokumentų kopijavimo ir spausdinimo. Techninės dokumentacijos galutinės versijos ir priėmimo–perdavimo aktai turi būti pasirašomi el. parašu, jeigu nesutarta kitaip. Išimtiniais atvejais su Sutarties vykdymu susiję dokumentai gali būti pateikiami fiziniu dokumentų formatu, jeigu toks formatas privalomas pagal teisės aktus ir (ar) Užsakovas nurodo tokį būtinumą.

### **3.2. Paslaugų pirkėjas įsipareigoja:**

- 3.2.1. Organizuoti Paslaugų teikimą: pasirūpinti renginiams ir tinkamam dalyvių skaičiui pritaikytomis patalpomis, surinkti dalyvių grupes, suderinti renginių tvarkaraštį, pasirūpinti reikalingomis priemonėmis;
- 3.2.2. Priimti suteiktas kokybiškas paslaugas bei per Sutarties 2.2 punkte nustatytą terminą apmokėti Paslaugų teikėjui už laiku ir kokybiškai suteiktas paslaugas, atitinkančias Sutarties 1 priede keliamus reikalavimus bei suteiktas laikantis nusistovėjusios praktikos ir atitinkamos profesijos standartų, numatytų tokios rūšies paslaugų teikimui, Sutarties 2.1 punkte nurodytą sumą, pervedant pinigus į Paslaugų teikėjo Šalių rekvizituose (Sutarties 9 dalis) nurodytą atsiskaitomąją sąskaitą;
- 3.2.3. Paslaugų teikėjui pareikalavus, sumokėti 0,02 procento dydžio delspinigius nuo neapmokėtos paslaugų teikimo kainos už kiekvieną uždelstą kalendorinę dieną, jei už suteiktas paslaugas nesumokama Sutarties 2.2 punkte numatyta tvarka. Delspinigių sumokėjimas neatleidžia Šalių nuo pareigos vykdyti šioje Sutartyje prisiimtus įsipareigojimus;

## **4. NENUGALIMA JĖGA (FORCE MAJEURE)**

- 4.1. Atsiradus *force majeure* aplinkybėms, kurių negalima nei numatyti arba išvengti, nei kuriomis nors priemonėmis pašalinti, Šalys atleidžiamos nuo atsakomybės už Sutarties nevykdymą arba netinkamą vykdymą, laikantis Atleidimo nuo atsakomybės esant nenugalimos jėgos (*force majeure*) aplinkybėms taisyklių, patvirtintų Lietuvos Respublikos Vyriausybės 1996 m. liepos 15 d. nutarimu Nr. 840 ir vadovaujantis Lietuvos Respublikos civilinio kodekso 6.212, 6.253 straipsnių nuostatomis bei Lietuvos Respublikos Vyriausybės 1997 m. kovo 13 d. nutarimu Nr. 222 „Dėl nenugalimos jėgos (*force majeure*) aplinkybes liudijančių pažymų išdavimo tvarkos patvirtinimo“.

4.2. Šalis, prašanti atleisti nuo atsakomybės, sužinojusi apie *force majeure* aplinkybę bei jos poveikį įsipareigojimų vykdymui, kuo skubiau, bet ne vėliau kaip per 5 (penkias) darbo dienas, turi pranešti kitai Šaliai apie susidariusią situaciją. Būtina pranešti ir tuomet, kai išnyksta pagrindas nevykdyti įsipareigojimų.

4.3. Pagrindas atleisti nuo atsakomybės atsiranda nuo kliūties atsiradimo momento arba, jeigu apie ją laiku pranešta, nuo pranešimo momento. Laiku nepranešusi įsipareigojimų nevykdanti Šalis tampa iš dalies atsakinga už nuostolių, kurių priešingu atveju būtų išvengta, atlyginimą.

## 5. GINČŲ SPRENDIMO TVARKA

5.1. Kilusius tarp Šalių ginčus dėl šios Sutarties vykdymo abi Šalys sprendžia derybų būdu.

5.2. Jei ginčo nepavyksta išspręsti derybomis per 30 (trisdešimt) darbo dienų, jis sprendžiamas vadovaujantis Lietuvos Respublikos teisės aktų nustatyta tvarka teisme pagal Paslaugų pirkėjo buveinės vietą.

## 6. SUTARTIES NUTRAUKIMAS

6.1. Paslaugų pirkėjas turi teisę vienašališkai nutraukti Sutartį, prieš 30 (trisdešimt) kalendorinių dienų raštu pranešęs apie tai Paslaugų teikėjui, jeigu:

6.1.1. Pastarasis nevykdo arba netinkamai vykdo Sutartyje nurodytus įsipareigojimus;

6.1.2. Paslaugų teikėjas bankrutuoja arba yra likviduojamas, sustabdo ūkinę veiklą arba įstatymuose ir kituose teisės aktuose numatyta tvarka susidaro analogiška situacija;

6.1.3. Paslaugų teikėjas įsiteisėjusiu kompetentingos institucijos ar teismo sprendimu yra pripažintas kaltu dėl profesinio pažeidimo, sukčiavimo, korupcijos, pinigų plovimo, dalyvavimo nusikalstamoje organizacijoje;

6.1.4. Paslaugų teikėjas sudaro suteikimo sutartį be Paslaugų pirkėjo sutikimo.

6.2. Nutraukus Sutartį, Paslaugų pirkėjas turi kiek galima greičiau patvirtinti atliktų paslaugų vertę. Taip pat parengiama ataskaita apie Sutarties nutraukimo dieną esančią Paslaugų teikėjo skolą Paslaugų pirkėjui ir Paslaugų pirkėjo skolą Paslaugų teikėjui.

6.3. Sutartį nutraukus dėl Paslaugų teikėjo kaltės, be jam priklausančio atlyginimo už suteiktas paslaugas, Paslaugų teikėjas neturi teisės į kokių nors patirtų nuostolių ar žalos kompensaciją.

## 7. KITOS SĄLYGOS

7.1. Sutartis įsigalioja nuo Sutarties pasirašymo dienos ir galioja iki visiško Sutarties įvykdymo.

7.2. Sutarties sąlygos Sutarties galiojimo laikotarpiu negali būti keičiamos, išskyrus tokias Sutarties sąlygas, kurias pakeitus nebūtų pažeisti Lietuvos Respublikos viešųjų pirkimų įstatymo 3 straipsnyje nustatyti principai ir tikslai. Tais atvejais, kai Sutarties sąlygų keitimo būtinybės buvo neįmanoma numatyti rengiant konkurso sąlygas ir (ar) Sutarties sudarymo metu, Sutarties šalys gali keisti tik neesmines Sutarties sąlygas, pateikiant pagrindžiančius dokumentus.

7.3. Už Sutarties įsipareigojimų nevykdymą arba netinkamą vykdymą Sutarties Šalys atsako pagal Lietuvos Respublikoje galiojančius teisės aktus.

7.4. Sutarties Šalys įsipareigoja ne vėliau kaip per 3 (tris) darbo dienas informuoti viena kitą apie Šalių rekvizitų, bankų atsiskaitomųjų sąskaitų numerių pasikeitimus. Šalis, neįvykdžiusi šio įsipareigojimo, negali reikšti pretenzijų, kad kita Šalis pažeidė Sutartį, jei kita Šalis atliko veiksmus pagal paskutinius jai žinomus kitos Šalies rekvizitus.

7.5. Paslaugų pirkėjas paskiria kontaktiniu asmeniu, atsakingu už Sutarties vykdymą Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistę, vykdančią visuomenės sveikatos stiprinimą Vilma Navardauskienę, tel. +370 616 73399, el. p: [info@silalesvsb.lt](mailto:info@silalesvsb.lt).

- 7.6. Paslaugų teikėjas paskiria kontaktiniu asmeniu, atsakingu už Sutarties vykdymą Dovilė Čepauskienė, tel. +370 629 07629, el. p: [dovile.bagdonaitel@gmail.com](mailto:dovile.bagdonaitel@gmail.com),
- 7.7. Sutartis sudaryta dviem originaliais egzemplioriais lietuvių kalba, turinčiais vienodą juridinę galią, po vieną kiekvienai Šaliai.
- 7.8. Šios Sutarties turinys ir vykdant šią Sutartį gauta informacija yra konfidenciali ir negali būti perduoti tretiesiems asmenims be kurios nors iš Šalių raštiško sutikimo, išskyrus teisės aktų numatytus atvejus. Visi iš Paslaugų pirkėjo gauti Sutarčiai vykdyti reikalingi dokumentai, Sutarties vykdymo pabaigoje grąžinami Paslaugų pirkėjui.
- 7.9. Nė viena Šalis neturi teisės perleisti visų arba dalies teisių ir pareigų pagal šią Sutartį jokiai trečiajai šaliai be išankstinio raštiško kitos Šalies sutikimo.
- 7.10. Jei bet kuri šios Sutarties nuostata tampa ar pripažįstama visiškai ar iš dalies negaliojančia, tai neturi įtakos kitų Sutarties nuostatų galiojimui.
- 7.11. Nutraukus Sutartį ar jai pasibaigus, lieka galioti šios Sutarties nuostatos, susijusios su atsakomybe bei atsiskaitymais tarp Šalių pagal šią Sutartį, taip pat visos kitos šios Sutarties nuostatos, kurios, kaip aiškiai nurodyta, išlieka galioti po Sutarties nutraukimo arba turi išlikti galioti, kad būtų visiškai įvykdyta ši Sutartis.
- 7.12. Asmens duomenys tvarkomi vadovaujantis Europos Parlamento ir Tarybos reglamentu (ES) 2016/679 dėl fizinių asmenų apsaugos tvarkant asmens duomenis ir dėl laisvo tokių duomenų judėjimo ir kuriuo panaikinama Direktyva 95/46/EB (Bendrasis duomenų apsaugos reglamentas).
- 7.13. Paslaugų teikėjas turi teisę tvarkyti Asmens duomenis tik ta apimtimi, kiek tai yra būtina siekiant tinkamai įvykdyti šioje sutartyje nustatytus įsipareigojimus. Tvarkytojas neturi teisės tvarkyti Asmens duomenų jokiais kitais tikslais, nei numatyta šioje sutartyje.
- 7.14. Visi rezultatai ir su jais susijusios teisės, įgytos vykdant šią Sutartį, įskaitant autorines ir kitas intelektines ar pramonines nuosavybės teises (išskyrus neturtines autorių teises), yra Paslaugų pirkėjo nuosavybė. Jei suteikiant paslaugas sukuriama rezultatai ar jų dalis yra autorių teisių objektai pagal Lietuvos Respublikos autorių teisių ir gretutinių teisių įstatymą, Paslaugų teikėjas kartu su visais rezultatais visam laikui perduoda Paslaugų pirkėjui Lietuvos Respublikos autorių teisių ir gretutinių teisių įstatyme nurodytas išimtinės autorių turtines teises į minėtus autorių teisių objektus Lietuvoje ir už jos ribų bei leidžia Paslaugų pirkėjui naudoti minėtus autorių teisių objektus visais Lietuvos Respublikos autorių teisių ir gretutinių teisių įstatyme nurodytais būdais.

## 8. PRIEDAI

8.1. Sutarties priedai yra neatskiriama šios Sutarties dalis:

8.1.1. 1 priedas. Techninė specifikacija;

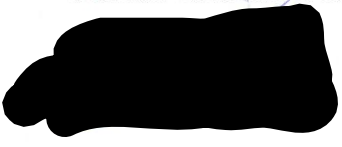
8.1.2. 2 priedas. Renginio aprašo forma.

## 9. ŠALIŲ ADRESAI IR REKVIZITAI

**Paslaugų pirkėjas**  
**Šilalės rajono savivaldybės**  
**visuomenės sveikatos biuras**  
Vytauto Didžiojo g. 17, Šilalė  
Įstaigos kodas 301523693  
A.s. LT924010044500132336  
AB LUMINOR bankas  
Banko kodas 40100  
El. p. [info@silalesvsb.lt](mailto:info@silalesvsb.lt)  
Tel. 8449 46794  
Direktoriė  
**Ingrida Petrauskaitė**  
A.V.



**Paslaugų teikėjas**  
**Dovilė Čepauskienė,**  
Kovo 11-osios g. 24-30, Šilalė.  
a. [redacted]  
verslo l./Individ. veiklos pažymos Nr.  
I [redacted]  
Nr.LT794010051000097914, Luminor  
Banko kodas 40100  
El. p. [dovile.bagdonaitel@gmail.com](mailto:dovile.bagdonaitel@gmail.com),  
Tel. Nr. +370 629 07629.



Paslaugų viešojo pirkimo – pardavimo  
sutarties 2024 m. vasario 7 d. Nr. B15-  
6-(5.17)  
1 priedas

## TECHNININĖ SPECIFIKACIJA

### 1. BENDRA INFORMACIJA

- 1.1. Paslaugų pirkėjas – Šilalės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras
- 1.2. Paslaugų teikėjas – Dovilė Čepauskienė
- 1.3. Pirkimo objektas – sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo paslaugos teikiamos asmenų grupėms, kaip numatyta Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2020 m. spalio 22 d. įsakyme Nr. V-2330 "Dėl Sveikos mitybos ir sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo tvarkos aprašo patvirtinimo" (toliau – Aprašas).
- 1.4. Paslaugos teikiamos tikslinei grupei – suaugusiems asmenims 18-64 m. (toliau – Paslaugų gavėjas).

### 2. SUTARTIES TIKSLAI IR LAUKIAMAI REZULTATAI

- 2.1. Tikslai – stiprinti ir skatinti sveikatinamojo fizinio aktyvumą bendruomenėje bei nuosekliai ir efektyviai organizuoti lėtinių neinfekcinių ligų prevenciją.
- 2.2. Laukiamas sutarties rezultatas – sustiprės visuomenės sveikatinamojo fizinio aktyvumas, pagerės fizinė sveikata ir suvokimas apie lėtinių neinfekcinių ligų prevenciją.

### 3. PASLAUGŲ APIMTYS

- 3.1. Paslaugos vyks Šilalės rajono savivaldybėje, bendradarbiaujant su rajono bendruomenėmis, įstaigomis ir organizacijomis.
- 3.3. Paslaugos teikiamos 25-30 asmenų grupėms.
- 3.4. Bendra vienos grupės praktinių užsiėmimų trukmė negali būti trumpesnė kaip 1 valandos trukmės. Planuojama 32 užsiėmimai, iš viso 32 val.
- 3.5. Paslaugos suteikimo terminai: numatoma paslaugų teikimo pradžios data yra nuo **2024 m. vasario 7 d. iki 2024 m. gegužės 29 d.**

### 4. REIKALAVIMAI PASLAUGŲ TEIKĖJUI IR TEIKIAMOMS PASLAUGOMS

- 4.1. Paslaugų teikėjas privalo vadovautis Lietuvos Respublikoje galiojančiais įstatymais bei kitais teisės aktais, privalo turėti teikiamos paslaugos srities kvalifikaciją bei teisę verstis atitinkama veikla.
- 4.2. Paslaugų teikėjas iš anksto suderina su Paslaugų pirkėju užsiėmimų datas. Iki einamojo mėnesio paskutinės darbo dienos turi pateikti Paslaugų pirkėjui ateinančio mėnesio užsiėmimo grafiką, taip pat informuoja apie užsiėmimo grafiko pakeitimus likus ne mažiau kaip 1 dienai iki numatomų pasikeitimų. Planuojamų užsiėmimų grafikas skelbiamas Biuro internetinėje svetainėje [www.silalesvsb.lt](http://www.silalesvsb.lt).
- 4.4. Paslaugų teikėjas privalo atvykti į paslaugų teikimo vietą ne mažiau kaip prieš 15 min. iki užsiėmimo pradžios. Prieš pradėdant užsiėmimus pristatyti Paslaugų pirkėją, kaip organizatorių.
- 4.5. Paslaugų teikėjas atsako už dalyvių registraciją, kuri vykdoma Paslaugos teikimo vietoje, pagal Aprašo 19 punkte nurodytus reikalavimus. Paslaugos gali būti teikiamos Biuro patalpose, įstaigose, bendruomenėse ir kt. Asmens pageidavimu Paslaugos gali būti teikiamos anonimiškai.
- 4.6. Teikiant Paslaugas grupėms, naudojami tik veiksmingi, mokslo ir praktikos įrodymais pagrįsti metodai. Privaloma vadovautis oficialia, patikima informacija: Lietuvos Respublikos ir Europos

Sąjungos (ES) teisės aktais, nacionaliniais, ES ir Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) strateginiais dokumentais, Sveikatos apsaugos ministerijos ir jai pavaldžių įstaigų parengtomis gairėmis, metodine ir informacine medžiaga, kitų šalių kompetentingų institucijų informacija, Lietuvos ir Šilalės rajono savivaldybės gyventojų sveikatos statistikos duomenimis.

#### 4.7. Paslaugos aprašymas:

| Eil. Nr. | Pavadinimas                    | Aprašymas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.       | Paslauga                       | Sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo paslaugas grupėms, kurios numatytos Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2020 m. spalio 22 d. įsakymu Nr. V-2330 "Dėl Sveikos mitybos ir sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo tvarkos aprašo patvirtinimo"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2.       | Tikslinė grupė                 | Šilalės rajono bendruomenė (18-64 m.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 3.       | Reikalavimai paslaugų teikėjui | 3.1. Praktinės sveikatinamojo fizinio aktyvumo pratybas vedantis asmuo turi atitikti Lietuvos Respublikos sporto įstatymu nustatytus kvalifikacinius reikalavimus fizinio aktyvumo specialistui.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 4.       | Paslaugų teikimo teritorija    | Šilalės rajono savivaldybė                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 5.       | Paslaugos aprašymas            | <p>5.1. Sveikatinamojo fizinio aktyvumo užsiėmimų asmenų grupėms organizavimas:</p> <p>5.1.1. Specialistas veda grupėms sveikatinamojo fizinio aktyvumo praktinius užsiėmimus;</p> <p>5.1.2. Specialistas pildo laisvos formos dalyvių registracijos žurnalą (lapą);</p> <p>5.1.3. Specialistas pildo laisvos formos dalyvių registracijos žurnalą (lapą);</p> <p>5.1.3. Paskutinės Paslaugos teikimo pabaigoje Specialistas pateikia Paslaugų gavėjams Gyventojų fizinio aktyvumo įpročių bei fizinio aktyvumo žinių stebėsenos apklausų anketas. Paslaugų gavėjas, užpildęs Apklausos formą, ją pateikia Specialistui. Paslaugų gavėjas gali nesutikti pildyti Apklausos formos, tai pažymėdamas Apklausos formoje ir grąžindamas Apklausos formą Specialistui.</p> |
| 6.       | Kita informacija               | <p>6.1. Visi dokumentai, susiję su įsigyjamomis paslaugomis, rengiami ir teikiami tik lietuvių kalba.</p> <p>6.2. Specialistas pateikia užpildytas Registracijos žurnalą bei sutikimo formas. Dokumentai pateikiami Paslaugų pirkėjo organizacijai per 5 (penkias) kalendorines dienas pasibaigus paskutiniam užsiėmimui;</p> <p>6.3. Specialistas turi užtikrinti užsiėmimų vykdymo metu gautos informacijos konfidencialumą: šios informacijos viešai neskelbti ir neplatinti.</p> <p>6.4. Paslaugos teikimas turi atitikti Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2020 m. spalio 22 d. įsakymu Nr. V-2330 "Dėl Sveikos mitybos ir sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo tvarkos aprašo patvirtinimo" patvirtintus reikalavimus.</p>                  |

4.8. Paslaugų teikimas grindžiamas abipuse pagarba, tarpusavio supratimu ir susitarimu. Užsiėmimai turi būti vedami interaktyviai, užtikrinant, kad Paslaugų gavėjai būtų aktyvūs, užsiėmimai susiejami su aktualia dalyvių patirtimi, suteikiamas grįžtamasis ryšys, testavimas, stebėseną, asmeninės patirties fiksavimas.

4.9. Paslaugos teikėjas turi atsižvelgti į tikslinės grupės poreikius, numatomų Paslaugų trukmę ir atitinkamai pritaikyti užsiėmimų turinį. Užsiėmimų metu turi būti aptariami teoriniai numatytos tematikos aspektai, pateikiami ir nagrinėjami praktiniai pavyzdžiai.

## 5. SUTARTIES VYKDYMO SĄLYGOS

### 5.1. Paslaugų teikėjo darbo priemonės:

Paslaugos teikėjas darbui iš savo lėšų turi numatyti transporto išlaidas, vykstant į projekto vykdymo vietą, ryšio/ komunikacijos ir kopijavimo paslaugas bei kitas išlaidas būtinoms darbo priemonėms.

5.2. Pagal šią paslaugų sutartį Paslaugų pirkėjo vardu neturi būti nei perkama, nei parduodama jokia įranga.

### RENGINIO APRAŠAS

|                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Renginio pavadinimas                                                | Sveikatinamojo fizinio aktyvumo skatinimo paslaugos – grupinės treniruotės                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Lektorius                                                           | Dovilė Čepauskienė                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Tikslas (-ai)                                                       | Tikslai – stiprinti ir skatinti sveikatinamojo fizinio aktyvumą bendruomenėje bei nuosekliai ir efektyviai organizuoti lėtinių neinfekcinių ligų prevenciją                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Tikslinė grupė                                                      | Šilalės rajono gyventojai<br>18-64 m.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Trukmė                                                              | 32 valandos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Vykdytos veiklos aprašymas/planas<br>( turinys, pobūdis)            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Apšilimas- veikla, skirta sušildyti raumenis, paruošti juos darbui. Apšilimas apsaugo dalyvius nuo traumų ir patempimų.</li> <li>• Kardio dalis/kardio pratimai- aerobinė, energinga veikla, kuri padidina širdies susitraukimų ir kvėpavimo dažnį. Gerina ištvermę, stiprina širdies ir kraujagyslių sistemą.</li> <li>• Raumenų stiprinimo pratimai;</li> <li>• Funkciniai pratimai;</li> <li>• Mobilumo pratimai;</li> <li>• Atvėsimas/tempimo pratimai- veikla, padedanti grįžti į prieštreniruotinį (pradinį) lygį.</li> </ul> |
| Metodologija (naudota metodinė medžiaga, metodai, mokymo priemonės) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Treniruočių instruktavimo metodika ir technika;</li> <li>• Moderniosios sveikatingumo treniruočių veiklos ir naudojama įranga (Stepai, volai, pasipriešinimo gumos ir pan.);</li> <li>• Funkcinė treniruotė (stabilizuojantys ir mobilizuojantys pratimai);</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Naudoti literatūros šaltiniai                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• A European framework to promote physical activity for health (2007). World Health Organization. Oja, P., Bull, F. C., Fogelholm, M., Martin, B. (2010). Physical activity recommendations for health: what should Europe do? BMC Public Health;</li> <li>• Kardelienė, L., Rakauskienė, V., Kardelis, K. (2011). Fizinio aktyvumo skatinimas taikant edukacinį</li> </ul>                                                                                                                                                           |

|                                                                                        |                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                        | konsultavimą. Studijų knyga. Kaunas: LKKA                                                                                                                             |
| Paslaugos teikėjo duomenys (vardas, pavardė, pareigos, el. paštas, telefonas, adresas) | Dovilė Čepauskienė<br><u><a href="mailto:dovile.bagdonaitel@gmail.com">dovile.bagdonaitel@gmail.com</a></u> ,<br>tel.+370 629 07629<br>Kovo 11-osios g. 24-30, Šilalė |