

**CONTRACTACIÓ DEL SERVEI D'IMPARTICIÓ DE SESSIONS DE MINDFUL IOGA PEL PERSONAL
DE LA FUNDACIÓ DEL GRAN TEATRE DEL LICEU**

PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNIQUES

Amb la mera presentació de la seva oferta, l'empresa licitadora accepta les prescripcions tècniques establertes en aquest plec.

Qualsevol proposta que no s'ajusti als requeriments mínims establerts en aquest plec quedarà automàticament excloua de la licitació.

1. Context

En un mon canviant i incert, cal dotar-nos d'eines per gestionar l'estrès que això pot generar.

Incorporar la pràctica del Mindful loga a la feina millora la salut i benestar de les persones treballadores i genera un impacte positiu a la cultura organitzativa de la Fundació, tot promovent l'exercici físic, la calma mental i la gestió emocional.

Per aquest motiu, dins del Pla de Benestar del Gran Teatre del Liceu, s'han inclòs sessions regulars de Mindful loga pel personal del Teatre.

En ares a donar continuïtat a aquestes sessions com a mínim per les properes tres temporades, es procedeix a la licitació d'aquest servei.

2. Objecte del contracte o necessitat que s'ha de cobrir

L'objecte del contracte és el servei d'impartició de sessions de Mindful loga pels treballadors/es del Teatre.

Aquest plec té per objecte establir les prescripcions tècniques particulars que regiran la realització de la prestació del servei d'impartició de les classes de Mindful loga i definir així les seves qualitats.

Necessitat/s a satisfer:

Amb la realització de l'objecte contractual esmentat, l'òrgan de contractació pretén cobrir les necessitats de formació de Mindful loga per fomentar el benestar de les persones treballadores mitjançant la incorporació de classes regulars de Mindful loga a l'entorn laboral.

El servei d'impartició de les sessions de Mindful loga s'ha de integrar dins de les accions incloses en el Pla de Benestar del Teatre i en concret dins del Programa de Salut Física i Emocional del Teatre que inclou activitats com per exemple Pilates, sessions de Técnica Alexander, entre d'altres.

Le sessions hauran de ser d'una (1) hora de durada amb periodicitat setmanal en tres grups de 20 persones màxim en horari que cobreixi matí i tarda.

- Grup 1: de 13 a 14 h
- Grup 2: de 14 a 15 h
- Grup 3: de 15 a 16 h

3. Activitats i funcions de l'empresa contractista

Les funcions que ha d'assumir l'empresa contractista són les següents:

- Disposar d'un/a instructor/a de Mindful loga amb acreditada experiència, segons s'especifica a la clàusula 5 d'aquest plec.
- Donar cobertura a l'horari establert de 13 h a 16 h com a mínim un dia a la setmana d'octubre a juny.
- Registrar l'assistència dels participants i presentar els informes d'assistència corresponents.

L'oferta que presenti l'empresa licitadora ha d'abastar la totalitat de les activitats i funcions especificades en aquest plec i en el plec de clàusules administratives particulars, ja que són totes obligatòries per a l'admissió de les propostes.

4. Finalitats i objectius que s'han d'assolir

Les finalitats i objectius que s'han d'assolir mitjançant la realització d'aquest contracte són els següents:

- Proporcionar un espai de pausa durant la jornada laboral
- Millorar la postura corporal
- Millorar la salut, física, mental i emocional
- Donar eines per millorar l'estrès
- Fomentar la interrelació entre els treballadors/es i millorar la cohesió a l'organització

5. Requeriments tècnics generals obligatoris de la prestació i/o el rendiment o exigències funcionals de la prestació

L'empresa contractista ha de disposar dels suficients mitjans tècnics, materials qualitatius i personals per a desenvolupar les tasques objecte d'aquest contracte.

La prestació regulada en aquest plec ha d'ajustar-se, almenys, als requisits tècnics següents, sens perjudici dels paràmetres que s'han de valorar mitjançant els criteris d'adjudicació establert.

El personal assignat al servei ha de disposar de:

- **Formació acreditada:**

-Formació específica com instructor/a de IOGA amb un mínim de **300 hores** reconegudes per una associació professional d'àmbit estatal i/o internacional.

-Formació acreditada amb Mindfulness, preferentment com a instructor/a de programes com el MBSR (Gestió de l'estrès basat amb Mindfulness) o equivalents.

- **Experiència acreditada:**

-**3 anys** d'experiència acreditada en la impartició de sessions de ioga i **2 anys** d'experiència en la impartició de formacions de Mindfulness i de ioga en l'entorn corporatiu.

S'hauran d'aportar els registres acreditatius d'aquesta formació i experiència. En concret, haurà d'aportar-se la documentació que es relaciona a continuació:

- Nom, cognoms i contacte del gestor del servei assignat.
- Nom, cognoms i CV del instructor/a assignat
- Diplomes o certificats de la formació requerida
- Certificació de la experiència requerida (vida laboral, certificats emesos per empreses o entitats públiques o privades, contractes de treball, altre documentació que permeti verificar l'exercici efectiu de funcions de conducció de sessions de mindful ioga)

Les sessions s'hauran de fer en català.

6. Formes de seguiment i control de l'execució de les condicions

L'òrgan de contractació ha de designar una persona que assumeixi el control i la coordinació de l'execució contractual amb l'empresa contractista a fi de tractar directament les qüestions relacionades amb el desenvolupament normal de les tasques indicades en aquest plec.

L'empresa contractista ha de designar una persona responsable de la gestió de l'execució del contracte, que haurà de garantir la qualitat de la prestació objecte d'aquest plec, i tractar directament les qüestions relacionades amb el desenvolupament normal de les tasques indicades en aquest plec amb la persona interlocutora designada per l'òrgan de contractació.

Aquestes persones s'han de reunir amb una periodicitat mínima de tres cops a l'any per tal de supervisar, controlar i tractar qualsevol aspecte vinculat amb el desenvolupament del contracte, a fi d'assegurar que s'està executat de conformitat amb aquest plec.

Als efectes anteriors, s'ha d'avaluar el seguiment i el control del compliment de cada requeriment tècnic de la manera següent:

- Reunió inicial i final del curs
- Una reunió de seguiment com a mínim
- Aportar mensualment informes de seguiment de l'activitat amb l'assistència registrada

Barcelona, 13 d'octubre de 2026

Sr. Jordi Tarragó

Director del Departament de Recursos Humans