

Rammeaftale

Levering af styrketræning 75+ år

§ 1 Parterne

Nærværende rammeaftale er indgået mellem

ORDREGIVER

Viborg Kommune
Prinsens Alle 5
8800 Viborg

og

KONTRAKTHAVER

[Virksomheden navn]
[Adresse] [nr.]
[xxxx] [by]

§ 2 Aftalegrundlag

Rammeaftalen beskriver Kontraktavers og Ordregivers forpligtigelser og rettigheder. Aftalegrundlaget består i prioriteret rækkefølge af:

A. Rammeaftale mellem Kontraktaver og Ordregiver.

§ 3 Rammeaftalens omfang

Kontraktaver forpligter sig ved nærværende rammeaftale til at levere de i rammeaftalen nævnte træningsydelser på de beskrevne vilkår og til de anførte priser.

- Styrketræningstilbuddet til 75+ årlige er et forebyggende og sundhedsfremmende tilbud under sundhedslovens § 119.
- Tilbuddet er målrettet borger over 75 år, som ikke modtager støtte til genoptræning efter anden lovgivning og som har behov for styrkelse af muskulatur og funktionsevne.
- Borgerene har fysiske, psykiske og/eller kognitive funktionsnedsættelser og har behov for moderat til omfattende personlig assistance under styrketræning.
- Leverandøren skal kunne tilbyde såvel individuel som holdtræning.
- Borger visiteres som udgangspunkt til tilbuddet for 3 måneder med mulighed for forlængelse.
- Visitation til tilbuddet samt muligheden for forlængelse tager afsæt i en samlet faglig vurdering herunder test af funktionsevnen, som foretages af Viborg Kommune.
- Det samlede maksimale omfang af træningsydelser under denne rammeaftale er bestemt af det til en hver tid afsatte budget til formålet.
- Den enkelte kontraktaver har i medfør af denne aftale ikke garanti for levering af et bestemt antal ydelser eller omsætning.

§ 4 Aftaleperiode

Rammeaftalen er gældende fra underskrivelsen, og kan til enhver tid opsiges af begge parter indtil den 31.12.2015, hvor rammeaftalen automatisk ophører.

§ 5 Kontakt mellem parterne

Parterne udpeger hver især de personer, der varetager den daglige kontakt i relation til rammeaftalen.

§ 6 Uddannelseskrav

Leverandøren er forpligtet til, at træningen ydes af kvalificeret personale. De medarbejdere som forestår træningen og vejledningen skal have kendskab til målgruppen, herunder bl.a. forandringer, røde og gule flag ved aldring mm., ligesom medarbejderne skal være i stand til at observere ændringer i borgerens tilstand. Medarbejderne skal kunne arbejde målrettet i henhold til de grundlæggende principper indenfor styrketræning til ældre borgere. Leverandøren skal kunne fremlægge dokumentation for, at medarbejdere har gennemgået kursus/undervisning svarende til minimum:

At Work Skolens uddannelse til Fitnessinstruktør, som er akkrediteret og godkendt af European Health and Fitness Association www.ehfa.eu og lever således op til Europæiske standarder for kvalitet, undervisning, fagligt indhold og eksamen for fitnessinstruktører.

(<http://www.atwork.dk/skolen/fitness.html?gclid=CLyqpo-wrsECFaHPcgodkkEAhQ>).

For detaljeret uddannelses beskrivelse se bilag A.

Det personale der forestår træningen skal have viden om røde og gule flag, eks. via sygeplejefaglig skolebænk, sygdomslære fag på SOSU skolen eller lignende.

Se bilag B for yderligere ved valg af minimumsuddannelse.

Leverandøren garanterer, at ydelser leveres i overensstemmelse med branchens faglige niveau og god skik inden for ydelsesområderne, herunder at de gældende krav til faglige standarder overholdes. Branchens faglige niveau og god skik vurderes med afsæt i autorisationslovgivningen.

(<https://sundhedsstyrelsen.dk/da/uddannelse-autorisation/autorisation>).

(<http://sundhedsstyrelsen.dk/da/uddannelse-autorisation/tilsyn-med-sundhedspersoner>).

§ 7 krav til arbejdstidsregler

Der henvises til arbejdsmiljølovens, regler om fridøgn og hviletidsbestemmelser.

§ 8 Krav til træningsfaciliteter

Der stilles krav om at træningsområderne er rummelige, og at der er en god tilgængelighed imellem maskinerne. Træningssal skal være indrettet, så der kan afvikles såvel individuel som holdtræning - sidstnævnte med op til 3 deltagere.

Maskinerne skal være af en kvalitet, der gør det muligt, at dosere den rigtige mængde samt lave et individuelt tilpasset program. Der skal være muligt at benytte relevante maskiner, der tilpasses den individuelle behov og problemstillinger.

§ 9 Ernæring

Leverandørens trænende personale er forpligtet til, at være opmærksom på borgers ernæringstilstand herunder at henvise til de kommunale tilbud om ernæringsscreening og rådgivning ved behov.

§ 10 Fakturering

I henhold til LBK nr. 798 af 28. juni 2007 om offentlige betalinger mv. samt LBK nr. 354 af den 26. marts 2010 om information i og transport af OIOUBL elektronisk regning til brug for elektronisk afregning med offentlige myndigheder skal alle fakturaer gebyrfrit fremsendes elektronisk. Alle fakturaer og kreditnotaer skal fremsendes i OIOUBL-format og via Nemhandel-infrastrukturen OIORASP. Fakturaer og kreditnotaer skal som minimum fremsendes under forretningsprofilen Procurement-Bilsim-1.0. Er der en tilhørende e-ordre, skal profilen som minimum være Procurement-OrdSim-Bilsim 1.0.

Fakturaer sendes elektronisk til rekvirerende afdeling/institution (jf. EAN-nummer) med angivelse af Ordregivers ordrenummer og eventuelle andre ID-numre, som er nødvendige for Ordregiver for en effektiv fakturabehandling. Eksempelvis kode for økonomisk tilhørsforhold.

Fakturaen skal indeholde:

- Udstedelsesdato (fakturadato)
- Fakturanummer (Nummer der kan identificere fakturaen)
- Leverandørens CVR/SE-nummer
- Leverandørens navn og adresse samt Ordregivers navn og adresse
- Mængde og art af de leverede produkter/ydelser
- Dato for levering af ydelsen
- Pris pr. enhed eksklusiv moms
- Rekurrent hos Ordregiver
- Rekvisitionsnummer

Ordregiver er berettiget til at udskyde betalingen, hvis faktura ikke modtages elektronisk, eller hvis ovenstående oplysninger mangler.

CVR/SE-nummer: CVR/SE-nummeret som fakturaen afsendes fra, skal være i fuld overensstemmelse med det CVR/SE-nummer, som er opgivet af Kontrakthaver, og som fremgår af rammeaftalen.

Ordrenummer: Ordregivers e-handelssystems ordrenummer skal bruges som Ordregivers ordrenummer på fakturaen. Der må ikke stå andet i feltet end selve ordrenummeret som skal angives identisk med ordren.

Priser: Fakturapriser skal være nettopriser, som er fuldstændig identiske med de priser, som er aftalt i rammeaftalen.

Mængde: Den fakturerede mængde skal angives, så der er i fuld overensstemmelse med antallet af træningstimer/træningsdage/borgere mv., der anvender ydelsen.

Faktura skal fremsendes månedsvis senest d. 20. i følgende måned.

§ 11 Priser

Leverandøren afregnes med en timepris på kr. 200 kr. ekskl. moms pr. borger pr. træningstime (60 minutter) uanset om borger træner individuelt eller deltager i holdtræning.

§ 12 Prisregulering

Priserne skal være faste i hele aftaleperioden.

§ 13 Betalingsbetingelser

Betalingsbetingelserne er 30 dage netto fra modtagelse af korrekt faktura.

§ 14 Bonusudbetaling til tredjemand

Omsætningen som følge af denne rammeaftale med Ordregiver må ikke blive genstand for udbetaling af bonus, rabatandel eller anden form for godtgørelse til tredjemand.

Manglende overholdelse af bestemmelsen anses for at være væsentlig misligholdelse, hvilket berettiger Ordregiver til at ophæve rammeaftalen med omgående virkning.

§ 15 Udveksling af information

Kontrakthaver skal medvirke ved udarbejdelser af udredninger jf. bilag 3.

Kontrakthaver skal efter nærmere aftale medvirke ved udarbejdelse af relevant statistik.

§ 16 Underleverandører

Såfremt Kontrakthaver anvender underleverandører til opfyldelsen af rammeaftalen, garanterer Kontrakthaver for opfyldelsen af rammeaftalen i samme omfang, som hvis Kontrakthaver selv havde udført leverancen.

§ 17 Tredjemandsrettigheder

Kontrakthaver indestår for, at Kontrakthavers ydelser ikke krænker andres rettigheder, herunder ejendomsrettigheder, patenter eller ophavsrettigheder.

Rejser tredjemand krav mod en part med påstand om retskrænkelse, skal parten give den anden part skriftlig meddelelse herom. Kontrakthaver overtager herefter sagen og samtlige hermed forbundne omkostninger og er pligtig i enhver henseende at holde Ordregiver skadesløs.

Hvis tredjemands rettigheder hindrer Kontrakthavers opfyldelse af kontrakten i et omfang, som er væsentligt for Ordregiver, er Ordregiver berettiget til skriftligt at hæve rammeaftalen med omgående virkning.

§ 18 Mangler

Kontrakthaver er ansvarlig for mangler, ved de af rammeaftalen omfattede ydelser, efter dansk rets almindelige regler.

§ 19 Produktansvar, erstatningsansvar og forsikring

Kontrakthaver er, i overensstemmelse med dansk lov om produktansvar og dansk rets almindelige regler, ansvarlig for skade.

Kontrakthaver er forpligtet til at tegne professionel erhvervsansvarsforsikring og opretholde sådan forsikring i hele aftaleperioden. Forsikringen skal have en dækningssum på minimum 5 millioner DKK pr. skade.

§ 20 Konkurs m.v.

Konkurs, betalingsvanskeligheder, insolvens, rekonstruktionsbehandling eller væsentligt forringede økonomiske forhold i øvrigt, som giver Ordregiver begrundet mistanke om, at Kontrakthaver ikke er i stand til at varetage sin forpligtelse overfor Ordregiver i kontraktperioden vil blive betragtet som væsentlig misligholdelse, og vil berettige Ordregiver til omgående at ophæve rammeaftalen.

Såfremt boet har ret til at indtræde i rammeaftalen i medfør af konkurslovens bestemmelser, skal boet efter forespørgsel uden ugrundet ophold give skriftlig meddelelse om, hvorvidt boet vil indtræde.

§ 21 Opfyldelseshindringer, herunder force majeure

I tilfælde af force majeure suspenderes parternes forpligtelser så længe force majeure er til stede og i det omfang force majeure er til hinder for Kontrakthavers opfyldelse af sine forpligtelser.

Som force majeure regnes ikke vejrlig, strejke og lockout (opremsningen er ikke udtømmende).

Den af parterne, der ønsker at påberåbe sig force majeure skal give den anden part skriftlig meddelelse herom, så snart force majeure kendes eller konstateres, medmindre force majeure i sig selv umuliggør meddelelsen. Meddelelsen skal angive:

- Årsagen til force majeure situationen.
- Forventet varighed af force majeure situationen.
- Indsats fra Kontraktavers side for at kunne genoptage ydelsen.

§ 22 Ændring af ydelsessammensætning

Såfremt ændringer i lovgivningen og/eller myndighedskrav medfører, at der skal foretages korrektioner/ændringer i ydelsernes sammensætning, er Kontraktaver pligtig til omgående at informere Ordregiver herom samt omgående at ændre ydelserne som påkrævet.

§ 23 Ændringer i rammeaftalen

Nærværende rammeaftale, herunder bilag, kan kun ændres ved skriftlig aftale mellem Ordregiver og Kontraktaver.

§ 24 Lovvalg og afgørelse af tvister

Nærværende rammeaftale er undergivet dansk ret.

Alle tvister – herunder ethvert spørgsmål om forståelse og fortolkningen af rammeaftalen, dens indhold, omfang, ophør eller opfyldelse – skal så vidt muligt løses mellem parterne i mindelighed. Hvis parterne er enige herom, kan der inddrages en uvildig mægler til løsning af tvisten. Udgiften til mægleren afholdes af parterne i fællesskab.

Såfremt tvisten ikke kan løses gennem parternes forhandling eller ved mægling, kan hver part kræve tvisten indbragt for domstolene til pådømmelse efter dansk lov. Værnetinget er Ordregivers retskreds. Der er ligeledes muligheder for at tvisten kan løses gennem mediation, voldgift samt forenklet voldgift.

§ 25 Offentlige påbud

Kontraktaver er forpligtet til at overholde alle gældende direktiver, love, bekendtgørelser, myndighedskrav og regler/påbud på tidspunktet for indgåelse af rammeaftalen som i aftaleperioden.

Manglende overholdelse af bestemmelsen anses for at være væsentlig misligholdelse, hvilket berettiger Ordregiver til at ophæve rammeaftalen med omgående virkning.

§ 26 Underskrift

Nærværende rammeaftale underskrives i to eksemplarer, hvoraf hver part modtager ét eksemplar.

Dato:
Ordregiver

Dato:
Kontraktaver

Uddannelsesindhold:
BASIS TEORI

Basal anatomi og fysiologi

- Generel træningslære
- Generel sundhed

INSTRUKTIONSTEORI

- Målaflaring
- Individuel instruktion og opfølgning
- Pædagogik og øvelseskorrektion
- Personlig udstråling og kundepleje

TRÆNINGSTEORI

- Målgrupper
- Biomekanisk bevægelses- og øvelsesanalyse
- Træningsprincipper for styrketræning, herunder: Individuelt øvelsesvalg og programsammensætning Træningsintensitet og -hyppighed Progression Variation Træning på motionsplan Styrketræning som supplement til anden idræt
- Træningsprincipper for opvarmning
- Træningsprincipper for konditionstræning i fitnessmaskiner
- Træningsprincipper for udspænding
- Skadeforebyggelse Løfte-bære-teknik
- Sikkerhedsudstyr
- Førstehjælp ved idrætsskader
- Styrketræning for personer med rygproblemer, nakke/skulderproblemer, knæskader m.v.
- Træningsredskaber

PRAKTISK UNDERVISNING

- Forskellige former for opvarmning
 - Styrketræning for hele kroppen
 - Styrketræning med simpelt udstyr
 - Styrketræning med avanceret udstyr
 - Stræk for hele kroppen, herunder stretching
 - Konditionstræning
-
- At Work Skolens uddannelse til Fitnessinstruktør er akkrediteret og godkendt af European Health and Fitness Association www.ehfa.eu og lever således op til Europæiske standarder for kvalitet, undervisning, fagligt indhold og eksamen for fitnessinstruktører.
 - <http://www.atwork.dk/skolen/fitness.html?gclid=CLyqoo-wrsECFaHPcgodkkEAhQ>

Konsekvens ved valg af minimumsuddannelse:

Da borgerne ikke er reelt udredt når de henvises til styrketræning, er det endnu vigtigere med en forståelse for det fysiologiske og anatomiske aspekt, herunder aldring. Herunder nævnes blot nogle eksempler, som er yderst relevant at have fokus på, og som man som udgangspunkt ikke får i den nævnte minimumsuddannelse.

- Tab af spinale motorneuroner
- Fald i muskelfiberantal og – størrelse
- Fald i muskeltværsnit og øget infiltration af ikke kontraktile væv som fedt og collagen
- Tab af skeletmuskelmasse og nedsat neuromuskulær funktion medfører fald i funktionel kapacitet og evne til at udføre ADL
- Osteoporose, bækkenbundsproblematikker, leddegigt og andre lign. aldringsmæssige problemstillinger, hvilke forbehold man bør/skal tage ifht. disse.
- Overførselsværdi
- Forståelse for motorisk færdighedstræning (Funktionel MFT samt Formel MFT)

- Forståelse for træningsprincipper såsom RM (herunder muskelstyrketræning vs. muskeludholdenhedstræning) Hvornår og hvorfor?
- Høj intensitets træning af ældre giver bedre resultat end træning på moderat og lav intensiteter (Liu CJ et al 2009) Hvilket bl.a. øger deres reaktionshastighed ifht. eks. fald, eller deres eksplosive muskelstyrke ifht. rejse-sætte-sig.
- Styrketræning i vægtbærende udgangsstilling er mere effektiv som faldforebyggelse end siddende træning (De Vrede PL, Samson MM, van Meeteren NLU et al. 2005) Hvilket betyder at overførselsværdien i ren maskintræning mindskes og især hos ældre kan dette være svært at overføre til dagligdags aktiviteter.
- Forståelse for smertemekanismer (normal/unormal, DOMS, inflamtorisk, neuropatisk, idiopatisk).
- Forståelse for røde og gule flag, reagere på disse:
 - Røde flag - Indikerer mulig alvorlig patologi med behov for videre udredning
 - Konstante smerter, evt. tiltagende over tid, hvilesmerter
 - Generel sygdomsfølelse, feber og/eller vægttab
 - Traume, kræft, brug af steroider eller immunosuppressiva, stofmisbrug
 - Udbredte og evt. progredierende neurologiske udfald
 - Høj SR, udtalt morgenstivhed med varighed over en time
 - Gule flag - Er faktorer, som indebærer øget risiko for, at tilstanden bliver langvarig eller med hyppige recidiv
 - Arbejdsrelaterede problemer/sygemelding (bør tidsbegrænses)
 - Emotionelle problemer (f.eks. depression og angst)
 - Tillægssymptomer i form af generaliserede smerter, hovedpine, træthed, svimmelhed og gener fra maven
 - Pessimistiske/negative holdninger/overbevisninger i forhold til smerterne, f.eks. udtalt ængstelse for visse bevægelser og for at være i arbejde, og liden grad af forventning om at blive rask/komme tilbage i arbejde