

**sport & tempo libero**



**autunno-inverno 2020/2021**



**inclusion  
andicap ticino**

# chi siamo

Dal 1973 *inclusione handicap ticino* (già Federazione Ticinese Integrazione Andicap - FTIA) promuove l'inclusione sociale delle persone con disabilità.

*inclusione handicap ticino* opera con lo scopo principale di migliorare, attraverso l'organizzazione di proprie attività del tempo libero, l'offerta ludico-sportiva delle persone con disabilità in Ticino, affinché trascorrono dei momenti di serenità in compagnia.

Promuovere e sostenere la pratica sportiva delle persone con disabilità è da sempre una missione fondamentale dell'ente.

Per questo motivo vengono organizzate delle giornate, dei weekend e delle settimane sportive per persone con handicap di tipo sensoriale, fisico e mentale.

Attraverso le attività del tempo libero permettiamo alle persone con disabilità di concedersi dei momenti di svago e di stabilizzare e/o migliorare le proprie capacità motorie e di coordinamento.

# cosa facciamo

Il tempo libero è un momento prezioso. C'è chi non fatica ad occuparlo e chi invece è sempre alla ricerca di nuove idee per scongiurare la noia. Le proposte sportive di *inclusione handicap ticino* vanno incontro alle esigenze di chi ama stare in compagnia, allacciare o coltivare le proprie amicizie. Praticare sport per noi è raccogliere nuove sfide, assaporare la fatica ma soprattutto sano divertimento!

Le attività nel presente programma sono gestite da personale volontario e si rivolgono principalmente a partecipanti con disabilità mentale, con una discreta autonomia o che vanno accompagnati nella quotidianità.

# perché sceglierci



**600** atleti con disabilità mentale, fisica e/o sensoriale attivi in vari gruppi sportivi regionali



**300** monitori volontari con tanta esperienza



**97%** di sportivi soddisfatti

# indice

2 premessa

3 programma

fine settimana a Savognin

passeggiate con le ciaspole

introduzione al curling

corso sulla neve a Klosters



NOVITÀ

## iscrizioni

8 atleti - formulario d'iscrizione ai corsi sportivi

atleti - formulario medico d'iscrizione ai corsi sportivi

monitori - formulario d'iscrizione ai corsi sportivi



le attività proposte potrebbero subire modifiche in funzione dell'evolversi della situazione sanitaria legata al Covid-19.

## premessa

*inclusione andicap ticino* è un ente associativo. Per i nostri soci riserviamo, in ambito sportivo, delle tariffe agevolate.



### diventare socio

Desideri approfittare di tariffe vantaggiose per i corsi organizzati da *inclusione andicap ticino* e rimanere informato sulle novità attraverso la nostra rivista trimestrale Notiziario? Cosa aspetti, associati! È facile e veloce: manda una mail a [info@inclusione-andicap-ticino.ch](mailto:info@inclusione-andicap-ticino.ch) e richiedici il «formulario d'iscrizione socio».

La tassa sociale è di CHF 40.00 all'anno. Restituito il formulario d'iscrizione socio sarà recapitata una polizza per il versamento della quota annuale. Tutti gli affiliati ricevono poi la «carta fedeltà» dell'associazione che offre numerosi sconti presso aziende partner sparse sul nostro territorio.



chi è già membro di uno dei seguenti gruppi sportivi regionali è **automaticamente** anche nostro socio e non necessita di un'iscrizione individuale aggiuntiva



**GSIB – Gruppo Sportivo Integrato del Bellinzonese**  
[www.gsib-bellinzonese.ch](http://www.gsib-bellinzonese.ch)



**GSITV – Gruppo Sport Inclusivo Tre Valli**  
[www.gsitv.ch](http://www.gsitv.ch)



**SISL – Società Invalidi Sportivi del Locarnese**  
[www.sisl-locarno.ch](http://www.sisl-locarno.ch)



**SIM – Sport Insieme Mendrisiotto**  
[www.mysim.blog](http://www.mysim.blog)



**SIL – Sport Is Life**  
[www.sillugano.ch](http://www.sillugano.ch)



**GPT – Gruppo Paraplegici Ticino**  
[www.gpticino.ch](http://www.gpticino.ch)



**GS-SSTS – Gruppo Sportivo Società Silenziosa Ticinese dei Sordi Lugano**  
[www.ssts-lugano.com](http://www.ssts-lugano.com)

## fine settimana a Savognin

luogo	<b>Savognin</b>
punto di ritrovo	<b>Camorino*</b>
alloggio	<b>Hotel Danilo-Pianta</b> , Stradung 20, 7460 Surses <a href="http://www.danilo.ch">www.danilo.ch</a>   tel. 081 659 11 59 sistemazioni in camere doppie (senza letti a castello)
data	<b>11-13 dicembre 2020</b>
tassa d'iscrizione soci	CHF 150.-
non soci	CHF 180.-



descrizione	Durante questo fine settimana c'è la possibilità di praticare sport sulla neve. Sci alpino, sci nordico oppure le passeggiate con le ciaspole sono le proposte tra le quali scegliere. Questo fine settimana segna l'inizio della stagione invernale e ognuno avrà modo di riprendere confidenza con l'attrezzatura sportiva.
indicazioni	Questo fine settimana è adatto a persone autonome, che amano la montagna e la neve. È richiesto un equipaggiamento impermeabile e adatto alle basse temperature. L'invito è aperto anche ai principianti che vogliono avvicinarsi agli sport invernali.
posti disponibili	25 (partecipanti con disabilità)
termine d'iscrizione	<b>13 novembre 2020</b>

\*altri punti di ritrovo non sono garantiti: si cerca di organizzarli in funzione della provenienza dei partecipanti e possono essere comunicati solo in un secondo momento, nel documento di conferma.

## passeggiate con le ciaspole

luogo	<b>da definire in funzione dell'innevamento</b>
punto di ritrovo	<b>Camorino*</b>
date	<b>sabato 16 gennaio 2021</b> <b>domenica 7 febbraio 2021</b> <b>sabato 27 febbraio 2021</b>
tassa d'iscrizione soci non soci	CHF 25.- (pranzo compreso) per ogni singola gita CHF 30.- (pranzo compreso) per ogni singola gita
noleggio del materiale	CHF 10.- (ciaspole e bastoni) <b>chi avesse bisogno di noleggiare il materiale è pregato di indicarlo nel formulario d'iscrizione</b>



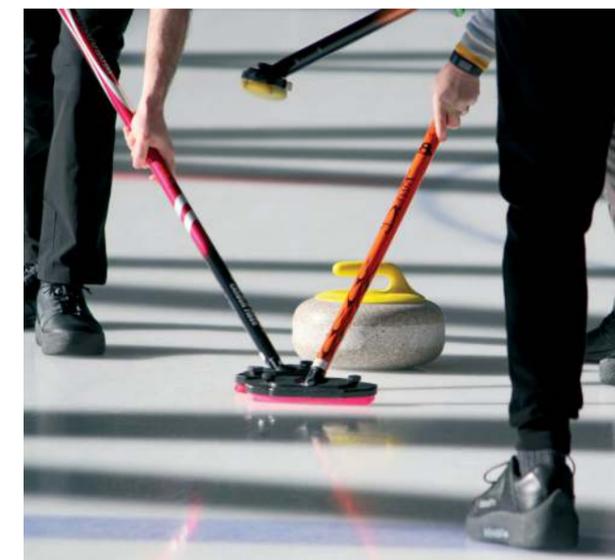
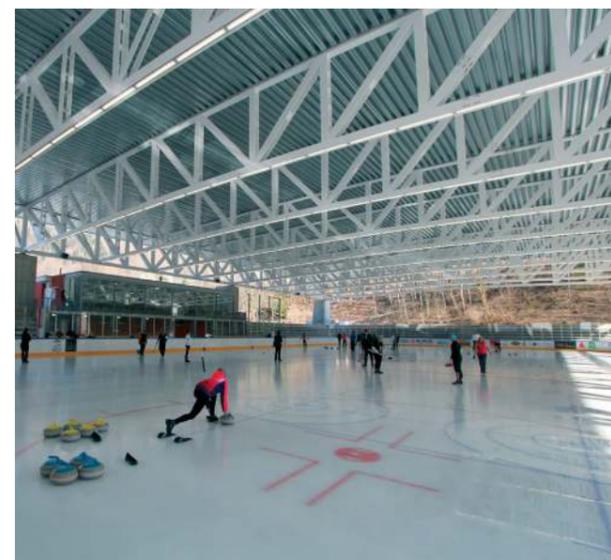
www.graubuenden.ch

descrizione	Scoprire il paesaggio invernale, assaporandone la calma e proseguendo al proprio ritmo, è possibile durante queste gite con le ciaspole ai piedi. Ognuno può scegliere la data che preferisce ed è possibile partecipare a più uscite.
indicazioni	Questa proposta si indirizza a persone autonome, che amano la montagna e la neve. È richiesto un equipaggiamento impermeabile e adatto alle basse temperature.
posti disponibili	15 (partecipanti con disabilità)
termine d'iscrizione	<b>13 novembre 2020</b>

\*altri punti di ritrovo non sono garantiti: si cerca di organizzarli in funzione della provenienza dei partecipanti e possono essere comunicati solo in un secondo momento, nel documento di conferma.

## introduzione al curling

luogo	<b>Pista di ghiaccio a Faido, Via Saesc 5, 6760 Faido</b>
punto di ritrovo	<b>Camorino*</b>
data	<b>sabato 23 gennaio 2021</b>
tassa d'iscrizione soci non soci	CHF 25.- (pranzo compreso) CHF 30.- (pranzo compreso)



www.gccfaido.ch

descrizione	Uno sport che sta appassionando sempre più persone nel mondo. Per come si sviluppa, il gioco assomiglia molto alle bocce tradizionali, anche se, tra tattiche e strategie, si è iniziato a parlare di «scacchi fra i ghiacci». Un gioco da scoprire e adatto a tutti, soprattutto ai curiosi.
indicazioni	Non ci sono particolari requisiti per questa proposta. È richiesto un equipaggiamento adatto alle basse temperature e un paio di scarponcini con suola profilata.
posti disponibili	12 (partecipanti con disabilità)
termine d'iscrizione	<b>13 novembre 2020</b>

\*altri punti di ritrovo non sono garantiti: si cerca di organizzarli in funzione della provenienza dei partecipanti e possono essere comunicati solo in un secondo momento, nel documento di conferma.

## corso sulla neve a Klosters

luogo	<b>Klosters</b>
punto di ritrovo	<b>Camorino*</b>
alloggio	<b>Casa Erla</b> , Erlenweg 13, 7252 Klosters Dorf www.casa-erla.ch   tel. 081 422 29 47 sistemazioni in camere doppie (senza letti a castello)
data	<b>13- 19 marzo 2021</b>
tassa d'iscrizione soci non soci	CHF 420.- sci alpino / 350.- sci nordico / 420.-snowboard / 325.- ciaspole-passeggiate CHF 475.- sci alpino / 410.- sci nordico / 475.- snowboard / 385.- ciaspole-passeggiate



www.graubunden.ch

descrizione	Questa settimana chiude il programma invernale. Le giornate si allungano e c'è meno gente sulle piste. Sci alpino, sci nordico oppure le passeggiate con le ciaspole sono le proposte tra le quali scegliere. Durante il corso della settimana sarà anche possibile intercalare l'attività scelta con le altre proposte previste. <b>È importante indicare i propri desideri nel formulario d'iscrizione.</b>
indicazioni	Questo corso è adatto a persone autonome, che amano la montagna e la neve. È richiesto un equipaggiamento impermeabile e adatto alle basse temperature. L'invito è aperto anche ai principianti che vogliono avvicinarsi agli sport invernali.
posti disponibili	25 (partecipanti con disabilità)
termine d'iscrizione	<b>13 novembre 2020</b>  *altri punti di ritrovo non sono garantiti: si cerca di organizzarli in funzione della provenienza dei partecipanti e possono essere comunicati solo in un secondo momento, nel documento di conferma.

## iscrizioni

Le iscrizioni sono da inoltrare entro e non oltre **13 novembre 2020** compilando il formulario allegato. Per tutti i partecipanti l'iscrizione deve essere accompagnata dal formulario medico. Vi invitiamo a completare i documenti con attenzione. Per favore scrivere in stampatello.



### nota bene

Le indicazioni specifiche per i dosaggi dei medicinali, come pure quella sui farmaci da somministrare in situazione di emergenza, devono essere consegnati all'inizio del corso insieme ai medicinali.

### come procedere

Viste le numerose richieste, le iscrizioni saranno prese in considerazione in base alla data d'entrata. Entro un mese dopo il termine d'iscrizione invieremo una conferma di partecipazione.

Inviare le iscrizioni per e-mail a:  
sport@inclusion-e-andicap-ticino.ch

oppure per posta tradizionale al seguente indirizzo:

inclusion-e-andicap-ticino  
servizio sport  
via Linoleum 7  
casella postale 572  
CH-6512 Giubiasco



### attenzione: le iscrizioni sono vincolanti

In caso di mancata partecipazione verrà richiesto l'intero importo della quota. Per assenze dovute a malattia, su presentazione di un certificato medico, non verrà addebitato nessun costo.

### informazioni dettagliate sui corsi

Le informazioni dettagliate saranno inviate 4-6 settimane prima dell'inizio del corso prescelto, unitamente alla fattura. La tassa d'iscrizione è da intendersi sempre IVA inclusa (7,7%) ed è indicata nella descrizione dei corsi.

### assicurazioni

Tutte le assicurazioni (malattia, infortunio, furto o responsabilità civile) sono di competenza e a carico del partecipante. Si declina ogni responsabilità in caso di danni a persone e cose.

### informativa sulla protezione dei dati

*inclusion-e-andicap-ticino* rispetta il tuo diritto alla privacy. In particolare, non vendiamo, cediamo o trasmettiamo in altro modo i tuoi dati personali a terze persone. I tuoi dati non vengono inoltre mai usati per scopi per i quali non avete preventivamente dato il vostro esplicito consenso. *inclusion-e-andicap-ticino* considera ogni tua informazione come dato confidenziale e lo tratta con la massima discrezione. Applichiamo questo principio sia alla raccolta dei tuoi dati, sia alla loro elaborazione e custodia, che avvengono in modo altrettanto sicuro.





**inclusione andicap ticino**

via Linoleum 7 · CH-6512 Giubiasco  
tel 091 850 90 90 · fax 091 850 90 99  
info@inclusione-andicap-ticino.ch  
www.inclusione-andicap-ticino.ch