

sport & tempo libero



autunno-inverno 2021/2022



inclusione
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.

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!

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.

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



NOVITÀ



NOVITÀ

progetto «OpenSunday»

visita alla mostra «Raffaello 3D» e caccia al tesoro...

fine settimana a Savognin

passeggiate con le ciaspole

corso sulla neve a Klosters

8 iscrizioni

atleti - formulario d'iscrizione ai corsi sportivi

atleti - formulario medico d'iscrizione ai corsi sportivi

monitori - formulario d'iscrizione ai corsi sportivi



v vuoi consultare online le nostre proposte sportive?

visita la piattaforma www.sportandicap.ch per avere una panoramica sempre aggiornata delle attività offerte dai gruppi sportivi a noi affiliati.



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 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



GSITV – Gruppo Sport Inclusivo Tre Valli
www.gsitv.ch



SISL – Società Invalidi Sportivi del Locarnese
www.sisl-locarno.ch



SIM – Sport Insieme Mendrisiotto
www.mysim.blog



SIL – Sport Is Life
www.sillugano.ch



GPT – Gruppo Paraplegici Ticino
www.gpticino.ch



GS-SSTS – Gruppo Sportivo Società Silenziosa Ticinese dei Sordi
www.ssts-lugano.com

progetto «OpenSunday»

luogo	presso le seguenti scuole: Istituto scolastico Lamone-Cadempino , via Sirana 77, 6814 Lamone Scuola elementare Molino Nuovo , via Trevano 23, 6900 Lugano Scuola elementare dei Saleggi , via delle Scuole 10, 6600 Locarno
punto di ritrovo	presso una delle seguenti sedi scolastiche
data	a partire dal 10 ottobre 2021, dalle 14.00 alle 17.00 tutte le domeniche pomeriggio ad eccezione delle vacanze scolastiche
tassa d'iscrizione	la partecipazione è gratuita, non è necessario iscriversi per tutto l'anno, si può partecipare anche a singoli pomeriggi



descrizione	Durante i mesi più freddi, IdéeSport apre la palestra delle scuole comunali. OpenSunday promuove il piacere verso attività ludiche spontanee, sostiene il bisogno quotidiano di fare movimento e contribuisce all'integrazione sociale. I partecipanti hanno l'opportunità di condividere decisioni e influenzare le attività del pomeriggio, rafforzando in questo modo le loro competenze sociali e la loro autostima.
indicazioni	età: dai 6 agli 11 anni OpenSunday è un progetto inclusivo www.ideesport.ch/it/programmi/opensunday
termine d'iscrizione	è sufficiente portare il tagliando di iscrizione direttamente in palestra è possibile compilarlo anche sul posto



visita alla mostra «Raffaello 3D» e caccia al tesoro lungo il percorso espositivo

luogo	Castello di Sasso Corbaro , Via sasso corbaro, 6500 Bellinzona
punto di ritrovo	Camorino*
data	17 ottobre 2021, dalle 10.00 alle 16.30
tassa d'iscrizione soci	CHF 20.–
non soci	CHF 25.–



© www.laregione.ch

descrizione	In mattinata si svolgerà un itinerario a piedi e si consumerà il pranzo tutti assieme. Nel pomeriggio ci aspetta la mostra interattiva sull'artista. Ad incuriosire grandi e piccoli ci penserà la caccia al tesoro. I partecipanti dovranno rispondere a delle semplici domande e trovare gli angioletti che sono stati inseriti all'interno del percorso espositivo.
indicazioni	età: a partire dai 10 anni. discreto grado di autonomia: il programma non è adatto a chi ha grossi problemi di deambulazione
posti disponibili	12 (partecipanti con disabilità)
termine d'iscrizione	8 ottobre 2021

*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.

fine settimana a Savognin

luogo	Savognin
punto di ritrovo	Camorino*
alloggio	Hotel Cube , Veia Sandeilas 12, 7460 Savognin www.cube-savognin.ch tel. 081 659 14 14
data	17-19 dicembre 2021
tassa d'iscrizione soci	CHF 150.–
non soci	CHF 180.–



© www.savognin.graubuenden.ch

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. Queste giornate segnano 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	29 ottobre 2021

*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	da definire in funzione dell'innevamento
punto di ritrovo	Camorino*
date	sabato 15 gennaio 2022 domenica 30 gennaio 2022 sabato 12 febbraio 2022 domenica 20 febbraio 2022
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) chi avesse bisogno di noleggiare il materiale è pregato di indicarlo nel formulario d'iscrizione



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	29 ottobre 2021 *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	Klosters
punto di ritrovo	Camorino*
alloggio	Casa Erla , Erlenweg 13 , 7252 Klosters Dorf www.casa-erla.ch tel. 081 422 29 47 sistemazioni in camere doppie (senza letti a castello)
data	12- 18 marzo 2022
tassa d'iscrizione soci non soci	CHF 420.– sci alpino / 350.– sci nordico / 420.–snowboard / 320.– ciaspole-passeggiate CHF 480.– sci alpino / 410.– sci nordico / 480.– snowboard / 380.– ciaspole-passeggiate



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. È importante indicare i propri desideri nel formulario d'iscrizione.
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	29 ottobre 2021 *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 il **29 ottobre 2021** 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 ave-te preventivamente dato il vostro esplicito consenso. *inclusion-e-andicap ticino* considera ogni tua informazione come dato confidenziale e lo tratta con la massima discrezione. Appliciamo questo principio sia alla raccolta dei tuoi dati, sia alla loro elaborazione e custodia, che avvengono in modo altrettanto sicuro.

«Io sono contentissimo!

Si ride, si scherza e si respira aria fresca!

La vita può essere semplicemente bella!»

— CHRISTIAN R., partecipante

per gli amanti di sport invernali

Buone notizie per chi desidera praticare sport invernali con regolarità!

I gruppi sportivi affiliati a *inclusion-e-andicap ticino* propongono, per i loro soci, un fitto calendario di uscite sulla neve. Per saperne di più, è possibile annunciarsi direttamente al gruppo più vicino al proprio domicilio richiedendo maggiori informazioni.

GSIB – Gruppo Sportivo Integrato del Bellinzonese
www.gsib-bellinzonese.ch

GSITV – Gruppo Sport Inclusivo Tre Valli
www.gsitv.ch

SISL – Società Invalidi Sportivi del Locarnese
www.sisl-locarno.ch

SIM – Sport Insieme Mendrisiotto
www.mysim.blog

SIL – Sport Is Life
www.sillugano.ch

GPT – Gruppo Paraplegici Ticino
www.gpticino.ch

GS-SSTS – Gruppo Sportivo Società Silenziosa Ticinese dei Sordi
www.ssts-lugano.com



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