

Scuola media di Balerna  
Via San Gottardo 90a  
6828 Balerna

Repubblica e Cantone Ticino  
Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport

telefono 091 816 61 11  
fax  
e-mail decs-sm.balerna@edu.ti.ch  
internet https://balerna.sm.edu.ti.ch/

funzionario Martino Pons  
incaricato Consiglio di Direzione

telefono 091 816 61 11  
e-mail martino.pons@edu.ti.ch

**Scuola media di Balerna  
6828 Balerna**

Alle famiglie / autorità parentali  
delle allieve e degli allievi di terza media  
della Scuola media di Balerna

Balerna, 2 marzo 2026



Ns.  
riferimento

Vs.  
riferimento

## **Scuola montana invernale a Lenzerheide**

**Dal 9 al 13 marzo 2026**

Gentili famiglie, egregi educatori e care/i ragazze/i,

anche quest'anno la scuola media di Balerna organizza per tutte/i le/gli allieve/i delle classi terze una "settimana bianca" a Lenzerheide (Canton Grigioni).

Ogni allieva/o potrà scoprire il piacere dell'attività in gruppo sulla neve e acquisire le nozioni base di sicurezza per sentieri e piste da sci.

Questa settimana sarà anche un'occasione per consolidare le relazioni e la collaborazione fra compagne/i e docenti, inoltre Le/i ragazze/i potranno migliorare le proprie competenze della lingua tedesca, applicandole nel quotidiano.

### DISPENSA DALLA FREQUENZA:

**Solo in caso di malattia o infortunio, presentando il certificato medico.**

### ATTIVITÀ:

Il lunedì, dopo una sosta a Zillis per una breve visita alla Chiesa di San Martino, ci recheremo a Coira, la più antica città della Svizzera, per visitare soprattutto il suo importante centro storico.

Gli altri quattro giorni saranno dedicati alle attività sulla neve.

Si potrà usufruire di 43 impianti di risalita situati fra 1500 e 2800 metri s.l.m. Grazie al collegamento con Arosa avremo a disposizione 225 chilometri di piste.

Le attività si svolgeranno in gruppi guidati da monitori G+S e da docenti della sede in possesso del brevetto G+S o abilitati all'insegnamento delle discipline.

La sera, nella struttura che ci accoglie, si potranno praticare altre attività come giocare a ping-pong, calcio balilla o giochi di società (chi lo desidera può portare racchette da ping-pong, giochi di società, ecc.) e approfondire temi naturalistici/culturali.

Le classi saranno accompagnate dai docenti di classe Cereghetti, Ceppi e Monti, dai docenti di educazione fisica Lombardi e Pons, da altri docenti della sede e da altri monitori esterni.

## BAGAGLI:

È necessario avere con sé:

- uno **zaino** con **pranzo al sacco** o eventualmente dei soldi per potersi comperare il pasto a Coira, una borraccia o una bottiglietta in plastica e il materiale per scrivere.
- una valigia non troppo grande che sarà caricata sul pullman e verrà ripresa solo alla sera.

Traccia per un equipaggiamento completo: tutto il materiale dovrà essere segnato con il proprio nome.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>- scarponi da sci o boots e scarponcini per escursioni sulla neve</li><li>- sci o snowboard o ciaspole o sci di fondo</li><li>- casco + occhiali da sole (meglio maschera)</li><li>- pantaloni da sci impermeabilizzati</li><li>- giacca da sci</li><li>- guanti</li><li>- calze da sci</li><li>- indumenti termici</li><li>- cuffia</li><li>- crema per le labbra e per il sole (alta protezione)</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>- tuta (training)</li><li>- pantofole obbligatorie</li><li>- necessario per l'igiene personale (asciugamani, sapone, spazzolino, dentifricio, ...)</li><li>- biancheria intima di ricambio</li><li>- pigiama</li><li>- vestiti di ricambio (magliette, felpe, ...)</li><li>- libri, giochi di società e racchette da ping-pong</li><li>- fazzoletti.</li></ul> <p style="text-align: center;"><b>NON SI DEVE PORTARE<br/>IL SACCO A PELO</b></p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## TRASPORTI

Saranno effettuati da una ditta di trasporti della regione e da furgoni guidati da docenti.

## ORARI E RITROVO DEGLI ALLIEVI

Partenza: lunedì 9 marzo alle ore 08:00 al parcheggio sterrato di via San Gottardo, accanto al cimitero di Balerna.

Rientro: venerdì 13 marzo ore 17:30 circa, al medesimo parcheggio della partenza.

## ASSICURAZIONE INFORTUNI

Cassa malati o assicurazioni a carico della famiglia.

## PARTECIPAZIONE FINANZIARIA PER ALLIEVO

CHF 80.- più eventualmente CHF 20.- per il noleggio del materiale (da versare al docente di classe dopo il corso). La quota del corso comprende tutti i pasti (escluso il pranzo del primo giorno), le giornaliere per sciare e il pernottamento.

## INDIRIZZO DELLA STRUTTURA OSPITANTE

Rapperswiler Ferienhaus, 7078 Lenzerheide

## TELEFONO E ALTRI APPARECCHI

Solo in casi urgenti si potrà chiamare la direzione del corso al numero di telefono 079.915.45.57 nei seguenti orari: 7:30-8:30 / 17:00-20:00. Il cellulare potrà essere usato esclusivamente in caso di necessità sulle piste da sci e durante i momenti stabiliti dai docenti. **Il cellulare non potrà essere usato durante i pasti.** A metà settimana le/i ragazze/i avranno la possibilità di contattare le famiglie con il proprio cellulare o con il telefono messo a disposizione dalla scuola (momento pianificato con i docenti). È assolutamente vietato portare lettori musicali (es: Ipod, Ipad, etc.) e visionare video con apparecchi elettronici personali. Il corso è inequivocabilmente considerato un'attività scolastica. **È importante che ognuno si comporti in modo responsabile e che segua scrupolosamente le indicazioni dei monitori e dei docenti.**

## COMPORTAMENTO

Dalle ore 22:30 le/gli alunne/i dovranno trovarsi nella propria camera e osservare il silenzio, al fine di **garantire a tutte/i** un adeguato riposo.

**Durante tutto il corso occorrerà mantenere un atteggiamento rispettoso nei confronti di persone, ambienti e oggetti, eventuali comportamenti inadeguati saranno segnalati dalla direzione ai genitori o agli educatori.**

**Si precisa che anche nei momenti meno strutturati, quali il viaggio in torpedone, i pasti e le attività legate all'igiene personale, è richiesto il mantenimento di un atteggiamento corretto e adeguato.**

**È assolutamente vietato portare e/o assumere alimenti o bevande energetiche.**

**Le/gli alunne/i coinvolte/i in situazioni sopracitate saranno obbligate/i a lasciare il corso; la famiglia o gli educatori dovranno pertanto provvedere all'organizzazione del rientro da Lenzerheide.**

Auguriamo a tutte/i un soggiorno all'insegna della buona convivenza, dell'amicizia e della reciproca solidarietà. Alla fine del corso, ci auspichiamo vivamente di poterci complimentare con tutte/i le/i partecipanti per l'ottimo comportamento tenuto.

Cordiali saluti.

Scuola media di Balerna  
Per il consiglio di direzione  
Martino Pons

---

### **Settimana montana invernale delle classi di terza**

Ho preso atto delle osservazioni riguardanti il corso a Lenzerheide e ho compilato il formulario online.

Nome e cognome dell'allievo/a: \_\_\_\_\_ Classe: 3 \_\_\_\_\_

Firma dell'allievo/a: \_\_\_\_\_

Firma dell'autorità parentale: \_\_\_\_\_

|                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Il tagliando deve essere compilato e ritornato al <u>docente di classe</u> entro <b>martedì 3 marzo 2026.</b> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|