



## **LINEE GUIDA CORSI GRATUITI DI NUOTO OVER 65 STAGIONE SPORTIVA ANNO 2021/2022**

### **Piscina Comunale di Paderno Dugnano**

Da parecchi anni le più accreditate accademie scientifiche internazionali raccomandano la pratica regolare di un'attività sportiva a tutte le età.

Per l'anziano in particolare è auspicabile uno stile di vita in cui lo **sport** abbia un ruolo significativo per contribuire a combattere i naturali processi fisiologici di invecchiamento e parte dei più comuni e quasi ineluttabili stati patologici della vecchiaia come osteoporosi ed artrosi.

E' anche in virtù di questi aspetti che l'Amministrazione comunale, ripropone per l'anno 2021/2022 l'opportunità ai cittadini padernesì:

- che abbiano compiuto i 65 anni;
- in possesso di certificazione ISEE ordinario

la possibilità di frequentare gratuitamente un corso di nuoto mono settimanale, e per chi intendesse aumentare la frequenza a due giorni settimanali una seconda lezione a tariffa agevolata pari ad € 3,30 per la seconda lezione settimanale.

Le domande d'iscrizione al corso "NUOTO ANZIANI" sono disponibili presso l'URP del Comune, oppure scaricabili dal sito internet del Comune [www.comune.paderno-dugnano.mi.it](http://www.comune.paderno-dugnano.mi.it), e possono essere presentate, attraverso una delle seguenti modalità:

- a mano, c/o l'uff. protocollo Via Grandi n. 15;
- via Posta Elettronica all'indirizzo [ufficiosport@comune.paderno-dugnano.mi.it](mailto:ufficiosport@comune.paderno-dugnano.mi.it) allegando copia della carta d'identità;
- via Posta Elettronica Certificata all'indirizzo [comune.paderno-dugnano@pec.regione.lombardia.it](mailto:comune.paderno-dugnano@pec.regione.lombardia.it).

Le informazioni richieste nella domanda d'iscrizione sono tutte autocertificate. A seguito di verifiche effettuate dagli uffici competenti potrà essere richiesta la documentazione che comprovi quanto dichiarato nella domanda d'iscrizione. A regime le domande dovranno essere consegnate tra il 15 giugno ed il 15 luglio al fine di consentire l'elaborazione della graduatoria.

Le domande presentate dopo il 15 luglio resteranno fuori graduatoria e saranno considerate solo in caso di effettiva disponibilità di posti.

La formulazione della graduatoria utilizzerà come criteri:

- il valore dell'indicatore ISEE;
- a parità di punteggio si considererà l'eventuale possesso di attestazione d'invalidità civile (pari o superiore al 75%) e l'ordine di protocollazione della domanda.

	<b>PUNTI</b>
Isee fino a € 5.000	5
Isee da € 5.000,01 fino ad € 10.000	4
Isee da € 10.000,01 fino ad € 15.000	3
Isee da € 15.000,01 fino ad € 20.000	2
Isee superiore ad € 20.000,00	1

L'iscrizione si considera valida per tutti e tre i cicli previsti

- 1° ciclo da metà settembre al 20 dicembre circa;
- 2° ciclo dal 7 gennaio a metà marzo circa;
- 3° ciclo da metà marzo alla metà di giugno circa.

I corsi si terranno nei giorni:

- ***lunedì*** dalle ore 10.15 alle ore 11.00 – lezione gratuita
- ***giovedì*** dalle ore 10.15 alle ore 11.00 – lezione a tariffa agevolata

Per Informazioni:

Comune di Paderno Dugnano Ufficio Sport P.zza Della Divina Commedia 3/5 - Tel. 02/91084630 [-ufficiospport@comune.paderno-dugnano.mi.it](mailto:-ufficiospport@comune.paderno-dugnano.mi.it); [comune.paderno-dugnano@pec.regione.lombardia.it](mailto:comune.paderno-dugnano@pec.regione.lombardia.it)

[www.comune.paderno-dugnano.mi.it](http://www.comune.paderno-dugnano.mi.it)