

La scolarizzazione dei talenti sportivi e artistici nel Cantone Ticino



Presentazione dei programmi
e delle scuole nei settori
secondario I e II



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



Introduzione

Con questo breve opuscolo informativo vogliamo presentare le possibilità di scolarizzazione per i giovani talenti in ambito sportivo e artistico offerte dal Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport del Cantone Ticino.

Le possibilità di scolarizzazione descritte riguardano la scuola media, le scuole medie superiori e le scuole del settore professionale di grado secondario II. Esse si differenziano sotto alcuni aspetti: obiettivi formativi, titoli di studio, durata della formazione, criteri d'ammissione scolastici e sportivi / artistici, misure specifiche per allievi sportivi / artisti d'alto livello. Comune a tutte è però l'intento di mettere i giovani nelle migliori condizioni possibili affinché essi possano proseguire con successo il loro percorso formativo senza compromettere o interrompere la carriera sportiva /artistica.

L'opuscolo mira a fornire ai giovani e alle loro famiglie le informazioni necessarie per poter scegliere il percorso scolastico più adatto ai propri interessi e alle proprie capacità.

Alessandro Gianella,

**Settore scolarizzazione talenti sportivi e artistici
dell'Ufficio dello sport**

Convenzioni Scuola media - Federazioni sportive

I giovani talenti sportivi e artistici che frequentano la scuola media seguono una scolarizzazione normale e sono inseriti in classi regolari. La scelta vuole sottolineare come questi ragazzi sono innanzi tutto allievi che vivono l'esperienza scolastica assieme ai loro coetanei. Il loro talento viene però riconosciuto e sostenuto attraverso una serie di Convenzioni che la Sezione dell'insegnamento medio, in collaborazione con il Settore scolarizzazione talenti sportivi e artistici del DECS, stipula annualmente con diverse federazioni sportive. Quest'ultime seguono i giovani talenti e predispongono le migliori condizioni affinché essi possano sviluppare le loro capacità sportive.

Le Convenzioni sono rinnovate ogni anno scolastico e contengono le informazioni necessarie per garantire una buona collaborazione fra istituti scolastici e federazioni sportive.

Queste informazioni sono:

- l'elenco dei candidati ammessi per un determinato anno scolastico;
- le condizioni quadro previste (prestazioni, agevolazioni);
- le persone di riferimento per le federazioni sportive;
- le modalità per la richiesta della concessione dei congedi;
- altre informazioni importanti per la comunicazione fra istituti scolastici e federazioni sportive.

I candidati ammessi frequentano di regola l'istituto scolastico del loro comprensorio; gli allievi che si allenano presso i centri d'allenamento ospiti del Centro sportivo nazionale della gioventù di Tenero (CST) sono scolarizzati, a dipendenza della disponibilità della scuola, presso la Scuola media di Gordola o presso altri istituti vicini.

Prestazioni

- Scolarizzazione in classi normali
- Possibilità di deroghe all'orario scolastico per gli allenamenti
- Concessione di congedi per competizioni o allenamenti

Procedura d'ammissione per gli allievi sportivi

Le federazioni sportive cantonali/nazionali forniscono al Settore scolarizzazione talenti del DECS l'elenco degli atleti ammissibili.

Talenti in ambito artistico

Nel settore medio non sono di regola previsti dispositivi particolari per i talenti in ambito artistico. I casi sono valutati di volta in volta dalla Sezione dell'insegnamento medio e dal Settore scolarizzazione talenti sportivi e artistici in collaborazione con le persone di riferimento dei diversi settori.

CONTATTI E INFORMAZIONI

Sezione dell'insegnamento medio

Stabile Patria
Viale Portone 12
6501 Bellinzona
T +41 (0)91 814 18 21
E decs-sim@ti.ch
W www.ti.ch/sim

Ufficio dello sport Settore scolarizzazione talenti sportivi e artistici

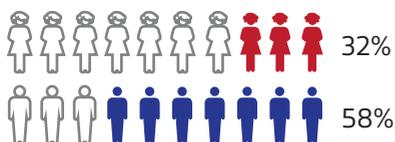
Alessandro Gianella
Via F. Chiesa 4
6501 Bellinzona
T +41 (0)91 814 58 93
E alessandro.gianella@ti.ch
W www.ti.ch/talenti

Convenzioni Scuola media - Federazioni sportive

Alcune cifre per l'anno scolastico
2023/24



Numero di allievi secondo il sesso



Tipo di scuola

Scuola media

Grado scolastico

Grado secondario I

Diploma

Licenza di scuola
media

Durata

4 anni



Programma per talenti in ambito sportivo e artistico nelle Scuole medie superiori

Il Programma talenti SMS è presente in tutte le Scuole medie superiori del Cantone (Licei di Bellinzona, Locarno, Lugano 1, Lugano 2, Mendrisio e Scuola cantonale di commercio) con l'obiettivo di aiutare in modo concreto quegli allievi talenti in ambito sportivo o artistico ad affrontare meglio l'impegnativo binomio scuola – attività sportiva / artistica.

Attraverso l'attuazione di diverse misure quadro, il Programma talenti SMS dà la possibilità di seguire gli studi a livello medio superiore, con l'obiettivo principale di ottenere la maturità liceale o la maturità cantonale commerciale, svolgendo allo stesso tempo un'attività in campo sportivo o artistico ad alto livello.

Le misure proposte nel Programma talenti SMS possono portare ai risultati auspicati se gli allievi interessati (insieme alle loro famiglie e ai responsabile della formazione sportiva o artistica) mantengono viva la consapevolezza che seguire gli studi medi superiori per conseguire l'attestato di maturità significa essere sorretti da forte motivazione e interesse per lo studio.

Prestazioni

- Scolarizzazione in classi regolari
- Tutor di sede

Misure che possono essere attivate, se richieste dall'allievo talento, dalla direzione dell'istituto scolastico, dopo aver consultato il tutor di sede:

- eventuale dispensa, parziale o totale dalla frequenza di determinate lezioni, per un periodo di tempo limitato;
- in caso di assenze prolungate, dispositivo di recupero delle lezioni perse in seguito alle dispense temporanee accordate, ad es. uso di piattaforme o altri mezzi informatici per l'accesso al materiale didattico oppure organizzazione di corsi ad hoc (in quest'ultimo caso i costi sono a carico delle famiglie o delle federazioni sportive);
- altre misure mirate da concordare direttamente dall'allievo/famiglia con la direzione dell'istituto di frequenza.

Misure per le quali è necessaria l'autorizzazione da parte della Sezione dell'insegnamento medio superiore/ Divisione della scuola:

- allungamento della formazione di un anno scolastico (a partire dal secondo anno) quando l'impegno sportivo o artistico dell'allievo non permette una frequenza regolare di tutte le lezioni (vedi Opzione +1);
- esonero dalle lezioni di educazione fisica e conseguente non assegnazione della nota in questa materia;
- scolarizzazione in una sede diversa da quella del comprensorio d'appartenenza.

Procedura d'ammissione

Gli interessati devono annunciarsi online (www.ti.ch/talenti) entro il 31 maggio. Candidature incomplete o giunte in ritardo non saranno prese in considerazione. L'ammissione al Programma talenti SMS è valida per un solo anno scolastico. Per essere riammessi al Programma per l'anno scolastico seguente, è necessario ricandidarsi. In caso di non promozione e/o di comportamento scolastico non adeguato, la riammissione sarà concessa, a condizione che i requisiti sportivi / artistici siano ancora raggiunti e solo in caso di preavviso positivo della direzione dell'istituto e del tutor di sede.

Requisiti scolastici

Il diritto d'iscrizione alle Scuole medie superiori senza esami d'ammissione è concesso agli allievi licenziati dalla Scuola media alle seguenti condizioni:

- media delle note nelle materie obbligatorie (inclusa la materia scelta nell'opzione capacità espressive e tecniche) di almeno 4.65, con al massimo un'insufficienza;
- frequenza dei corsi attitudinali di matematica e tedesco;
- Avere ottenuto almeno il 4.5 in italiano.

(Deroghe possibili, vedi art. 65 del Regolamento della scuola media del 18.09.1996)

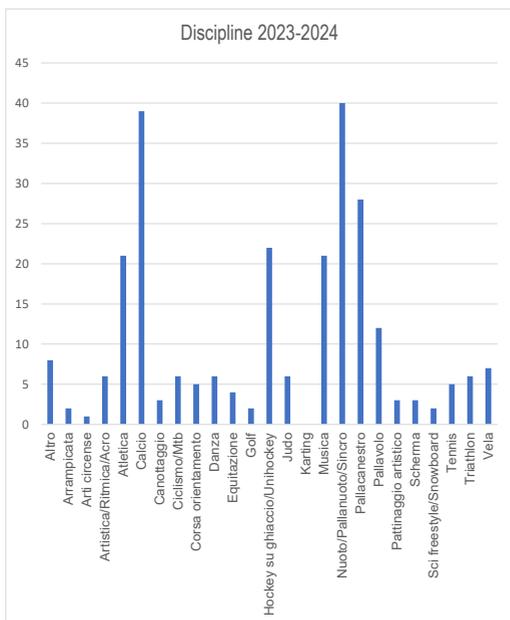
Requisiti sportivi

- Possesso di una Swiss Olympic Talent Card nazionale o regionale (in mancanza della Swiss Olympic Talent Card, ev. attestati delle federazioni sportive saranno considerati solo in casi eccezionali)
- Impegno settimanale per allenamenti di almeno 10 ore (almeno 4 allenamenti + competizioni)
- Necessità di congedi scolastici durante l'anno.
- Rispetto del codice etico definito sulla base degli standard di comportamento di Swiss Olympic (per es. Cool and clean)

Programma talenti SMS

Alcune cifre per l'anno scolastico 2023/2024

Totale allievi  **254**



Requisiti artistici

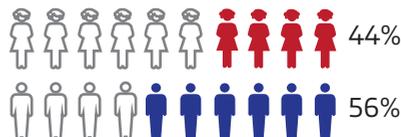
Musicisti

- Ammissione alla sezione Pre-professionale del Conservatorio della Svizzera italiana oppure alla sezione Pre-professionale della Scuola di Musica Moderna SMUM (Dipartimento musica moderna); attestazione di frequenza
- Impegno settimanale per lezioni o esercitazioni individuali di almeno 10 ore
- Necessità di congedi scolastici durante l'anno
- Seria prospettiva di sviluppo (programmazione documentata) nella disciplina praticata

Danzatori

- Attestato di frequenza di una scuola riconosciuta da Danse Suisse
- Certificazione da parte dell'Associazione Formazione Professione Danza
- Impegno settimanale per lezioni o esercitazioni individuali di almeno 10 ore
- Necessità di congedi scolastici durante l'anno
- Seria prospettiva di sviluppo (programmazione documentata) nella disciplina praticata

Numero di allievi secondo il sesso



Opzione +1

Quest'opzione, che si aggiunge alle altre misure previste dal Programma talenti SMS, prevede la possibilità di svolgere la formazione liceale in 5 anni, avendo a partire dal secondo anno una griglia oraria che non supera le 25- 26 ore settimanali. In prima è possibile avere un orario settimanale adeguato alle esigenze sportive / artistiche se si richiede l'esonero totale dalle lezioni di educazione fisica (con conseguente non assegnazione della nota) e se si rinuncia all'iscrizione alla quarta lingua. La formazione allungata è possibile solo iscrivendosi all'opzione specifica economia e diritto.

In caso di allungamento della formazione potrà essere richiesto il pagamento di una tassa annua di max. fr. 2'500.-.

A chi è rivolta

Quest'opzione è destinata in primo luogo a talenti sportivi di livello nazionale, eventualmente a quelli di livello regionale, a chi svolge molte ore d'allenamento oppure ha regolarmente allenamenti a orari particolari e a chi necessita di numerose giornate di congedo scolastico per poter partecipare a competizioni e eventi sportivi nazionali e internazionali.

Requisiti scolastici (alla fine della classe I)

Oltre a soddisfare i requisiti sportivi, per poter svolgere la formazione liceale allungata è necessario che l'allievo presenti almeno il profilo scolastico seguente:

- media del 4.30 nelle materie obbligatorie;
- somma delle note in italiano e matematica almeno uguale a 8.5, ma senza insufficienza inferiore alla nota 3.5;
- massimo due insufficienze non inferiori alla nota 3;
- preavviso positivo del consiglio di classe e del tutor di sede.

Requisiti sportivi

- Statuto di talento sportivo certificato: Swiss Olympic Talent Card nazionale, subordinatamente regionale (in mancanza della Swiss Olympic Talent Card, ev. attestati delle federazioni sportive saranno considerati solo in casi eccezionali)
- Volume d'allenamento elevato e/o allenamenti a orari particolari

- Dichiarazione d'impegno da parte della federazione/società di riferimento a garantire un'offerta sportiva adeguata al programma scolastico

Per analogia l' Opzione +1 è aperta anche agli allievi talenti in ambito artistico.

Condizioni di promozione e permanenza nella formazione allungata

Per tutti gli anni valgono le condizioni di promozione previste dal Regolamento delle scuole medie superiori. In aggiunta a questi presupposti, l'ammissione all'ultimo anno sarà concessa unicamente se le condizioni previste dal Regolamento delle scuole medie superiori per l'ottenimento dell'attestato di maturità non siano già compromesse. La non promozione scolastica implica la ripetizione dell'anno nel curriculum "normale" (quadriennale). L'allievo che non ha ottenuto la maturità alla fine del curriculum quinquennale ha il diritto di ripetere l'ultimo anno.

In caso di perdita dei requisiti sportivi nel corso della formazione:

- alla fine del secondo anno è possibile passare in III (quadriennale) solo con il superamento di un esame integrativo nelle materie non seguite durante il secondo anno;
- a partire dalla fine del terzo anno: continuazione della formazione nel curriculum quinquennale.

CONTATTI E INFORMAZIONI

Sezione dell'insegnamento medio superiore

Stabile Patria
Viale Portone 12
6501 Bellinzona
T +41 (0)91 814 18 31
E decs-sims@ti.ch
W www.ti.ch/sims

Ufficio dello sport

Settore scolarizzazione talenti sportivi e artistici

Alessandro Gianella
Via F. Chiesa 4
6501 Bellinzona
T +41 (0)91 814 58 93
E alessandro.gianella@ti.ch
W www.ti.ch/talenti

Come annunciarsi

L'interesse per l' Opzione +1 deve già essere comunicato al momento della candidatura al Programma talenti SMS, per la classe I.

Oltre al formulario e agli allegati, è necessario che l'allievo invii:

- una lettera di motivazione personale (sottoscritta anche da almeno un genitore) che comprenda i seguenti elementi: presentazione personale, motivi per cui si è interessati alla formazione allungata, autovalutazione della situazione scolastica, obiettivi formativi dopo la maturità, impegno sportivo settimanale e stagionale, obiettivi per la prossima stagione agonistica, obiettivi sportivi più a lungo termine;
- lettera di sostegno e dichiarazione d'impegno da parte della Federazione sportiva di riferimento a garantire un'offerta sportiva adeguata al programma scolastico.

Alla fine della classe prima, all'allievo talento sarà chiesto di confermare l'interesse all'allungamento della formazione. In caso affermativo, l'ammissione o meno alla formazione allungata sarà decisa sulla base della valutazione dei criteri scolastici e sportivi.



Tipo di scuola

Licei cantonali

Scuola cantonale di commercio

Grado scolastico

Grado secondario II

Diploma

Maturità liceale

Maturità commerciale cantonale + AFC
impiegato/a di commercio

Durata

4 anni (opzione +1: 5 anni)



FORMAZIONE PROFESSIONALE

Apprendistato presso aziende di formazione favorevoli allo sport di prestazione o presso scuole professionali a tempo pieno

L'obiettivo di questo programma, riconosciuto da Swiss Olympic, è di favorire l'integrazione della carriera sportiva con quella della formazione professionale di base in azienda o in una scuola professionale a tempo pieno. In particolare si desidera rendere attrattiva questa formazione, coordinare gli impegni formativi e sportivi, offrire un approfondimento culturale in ambito sportivo e contribuire alla diminuzione dell'abbandono dell'attività sportiva.

Ad usufruirne sono le persone in formazione con un contratto di tirocinio valido a condizione che soddisfino i criteri dettati da Swiss Olympic per la qualifica di sportivo d'élite.

Prestazioni

- Scolarizzazione in classi regolari
- Coordinatore sportivo
- Soluzioni flessibili a scuola e in azienda
- Accordo complementare per persone in formazione

Procedura d'ammissione

Contratto di tirocinio con un'azienda favorevole allo sport di prestazione. Preiscrizione obbligatoria (entro il 31 luglio), colloquio con il coordinatore sportivo.

Iscrizione alle scuole professionali secondo regolamento specifico.

Scuole professionali a tempo pieno ammesse: SAM Bellinzona / SAM Biasca / SAM Trevano / SSPS Giubiasco-Canobbio / CSIA Lugano.

Requisiti sportivi

- Swiss Olympic Talent Card regionale o nazionale oppure certificazione da parte della federazione cantonale e/o nazionale o del club di lega nazionale
- Impegno settimanale per allenamenti di almeno 10 ore (direttive Swiss Olympic)
- Rispetto del codice etico definito sulla base degli standard comportamentali di Swiss Olympic (per es. Cool and clean)

CONTATTI E INFORMAZIONI

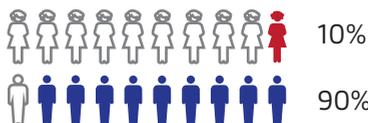
Scuola professionale per sportivi d'élite

Patrick Vetterli
CP 377
6598 Tenero
T +41 (0)58 468 62 32
E patrick.vetterli@spse.ch
W www.spse.ch
www.apprendistatosportivo.ch

Programma per apprendisti Alcune cifre per l'anno scolastico 2023/2024

Totale allievi  34

Numero di allievi secondo il sesso



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

Tipo di scuola

Scuola professionale

Grado scolastico

Grado secondario II

Diploma

Attestato federale di capacità (AFC)
Maturità professionale (MP)

Durata

Variabile a dipendenza della professione



Scuola professionale per sportivi d'élite (SPSE)

La Scuola professionale per sportivi d'élite è nata nel 2001 ed è riconosciuta da Swiss Olympic con il label di Swiss Olympic Partner School. La SPSE propone una formazione di Scuola media di commercio (SMC). La sua ubicazione è presso il Centro sportivo nazionale della gioventù di Tenero (CST), luogo ideale per coordinare l'attività sportiva di alto livello e la frequenza scolastica a tempo pieno. Essa adatta gli orari scolastici di percorsi formativi già esistenti (e regolamentati a livello cantonale e/o federale) alle esigenze della pratica sportiva. Oltre ad accogliere studenti sportivi, la scuola propone anche la scolarizzazione di talenti dal profilo artistico (musica, danza o arti circensi).

Formazione offerta

- Impiegato di commercio AFC
- Impiegato di commercio AFC con maturità professionale "tipo Economia" (MP1)
- Impiegato di commercio AFC con maturità professionale bilingue "tipo Economia" (MP1 Bili)
- Impiegato di commercio AFC con maturità professionale Post "tipo Economia" (MP2 biennale)

Prestazioni

- Scolarizzazione in classi specifiche
- Coordinatori sportivi
- Orario settimanale: martedì e giovedì mattina liberi per attività d'allenamento ed esercitazioni; venerdì pomeriggio libero
- Possibilità di avere un programma individualizzato (es. suddivisione di un anno scolastico in due)
- Congedi per allenamenti e/o eventi sportivi/artistici in relazione ai programmi ufficiali e alla situazione scolastica
- Estensione dell'anno scolastico (inizio una settimana prima e fine una settimana dopo il normale calendario)
- Formazione a distanza (PC obbligatorio)

- Particolare attenzione agli studenti con difficoltà specifiche d'apprendimento (per es. dislessia)
- Corso intensivo d'italiano per allievi alloggiati
- Possibilità d'internato presso il CST o familles d'accueil per allievi provenienti da altri cantoni
- Coaching mentale
- Corso di formazione base monitore G+S "Sport per i bambini" integrato nella materia Scienze dello sport

Contributo annuo per tutti gli allievi iscritti

CHF 2'500.- / anno scolastico

Per gli allievi domiciliati in altri Cantoni è inoltre prevista una tassa annua di scolarizzazione di CHF 15'000. Gli interessati possono rivolgersi alle autorità scolastiche del Cantone di domicilio per richiedere la garanzia di pagamento di questa tassa (secondo l'Accordo intercantonale sulle scuole che offrono delle formazioni specifiche per allievi superdotati).

Procedura d'ammissione

Preiscrizione obbligatoria (entro il 31 maggio), colloquio con i coordinatori. Iscrizione definitiva entro il 30 giugno.

Requisiti scolastici

Ammissione alla SMC con Maturità professionale, indirizzo economia:

- media del 4.80 nelle materie obbligatorie senza corsi attitudinali;
- media del 4.60 nelle materie obbligatorie con un corso attitudinale e un corso base;
- media del 4.40 nelle materie obbligatorie con due corsi attitudinali.

Esami d'ammissione: non sono previsti.



**SCUOLA
PROFESSIONALE
PER SPORTIVI
D'ÉLITE**

swiss olympic | PARTNER SCHOOL

Ammissione alla SMC con Attestato federale di capacità (AFC), profilo E:

- media del 4.50 nelle materie obbligatorie senza corsi attitudinali;
- media del 4.30 nelle materie obbligatorie con un corso attitudinale e un corso base;
- media del 4.10 nelle materie obbligatorie con due corsi attitudinali.

Esami d'ammissione per formazione con AFC, profilo E per chi non ha ottenuto la media richiesta da svolgere nelle seguenti materie: italiano, tedesco, inglese e matematica.

Requisiti sportivi

- Swiss Olympic Talent Card regionale o nazionale oppure certificazione da parte della federazione cantonale e/o nazionale o del club di lega nazionale
- Impegno settimanale per allenamenti di almeno 10 ore (direttive Swiss Olympic)
- Rispetto del codice etico definito sulla base degli standard comportamentali di Swiss Olympic (per es. Cool and clean)

Requisiti artistici

Musicisti

- Ammissione alla sezione Pre-professionale del Conservatorio della Svizzera italiana oppure alla sezione Pre-professionale della Scuola di Musica Moderna SMUM (Dipartimento musica moderna); attestazione di frequenza
- Impegno settimanale per lezioni o esercitazioni individuali di almeno 10 ore
- Necessità di congedi scolastici durante l'anno
- Seria prospettiva di sviluppo (programmazione documentata) nella disciplina praticata

Danzatori

- Attestato di frequenza di una scuola riconosciuta da Danse Suisse
- Certificazione da parte dell'Associazione Formazione Professione Danza

- Impegno settimanale per lezioni o esercitazioni individuali di almeno 10 ore
- Necessità di congedi scolastici durante l'anno
- Seria prospettiva di sviluppo (programmazione documentata) nella disciplina praticata

Allievi di altre discipline dal profilo artistico (es. arti circensi)

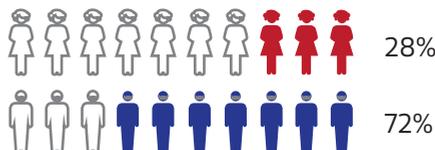
- Ottenere una certificazione di pari livello

SPSE

Alcune cifre per l'anno scolastico 2023/2024



Numero di allievi secondo il sesso



Numero di allievi per disciplina sportiva o artistica

CONTATTI E INFORMAZIONI

Scuola professionale per sportivi d'élite

CP 377
6598 Tenero
T +41 (0)58 468 62 32
E info@spse.ch
W www.spse.ch

Tipo di scuola

Scuola professionale per sportivi d'élite

Grado scolastico

Grado secondario II

Diploma

Attestato federale di capacità Impiegato/a di commercio (AFC)

Maturità professionale, indirizzo economia

Durata

3 anni

3 anni + 1



Accordo intercantonale sulle scuole che offrono delle formazioni specifiche per allievi superdotati, del 20 febbraio 2003.

In casi particolari e comprovati di studenti talenti sportivi o artistici che, per l'esercizio della loro attività sportiva o artistica, sono tenuti a frequentare una scuola pubblica o privata in un altro Cantone, il Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport prende a carico la copertura della tassa annua di scolarizzazione tramite il Fondo Sport-toto.

La richiesta preventiva di copertura della tassa di scolarizzazione deve essere presentata entro il 30 aprile dell'anno in cui avrà inizio la formazione in un altro Cantone al Settore scolarizzazione talenti sportivi e artistici dell'Ufficio dello sport, competente per accertare la necessità di uno studio fuori Cantone.

CONTATTI E INFORMAZIONI

**Ufficio dello sport
Settore scolarizzazione talenti
sportivi e artistici**

Alessandro Gianella
Via F. Chiesa 4
6501 Bellinzona
T +41 (0)91 814 58 93
E alessandro.gianella@ti.ch
W www.ti.ch/talenti

Repubblica e Cantone Ticino
DECS



SCOLARIZZAZIONE IN ALTRI CANTONI

Il programma di prevenzione nello sport più grande della Svizzera!



CHE COS'È COOL AND CLEAN?

Cool & Clean è il programma di prevenzione nello sport più grande a livello svizzero, che mira a promuovere uno sport pulito e corretto.



A CHI SI RIVOLGE?

C&C si rivolge a monitori, società sportive e organizzatori di eventi che vogliono essere supportati nella pratica di uno sport pulito e corretto.



PERCHÈ DOVREI ISCRIVERMI?

Il monitor deve essere un esempio di "correttezza" agli occhi dei giovani e C&C vi fornisce gli strumenti pratici per aiutarvi ad esserlo!



COME POSSO ISCRIVERMI?

L'iscrizione a C&C è semplice e veloce: basta andare su www.coolandclean.ch e seguire le indicazioni! In 2 minuti e in pochi click sarete iscritti.



QUANTO MI IMPEGNERÀ?

Il monitor è un volontario che impiega parte del suo tempo privato a favore dei giovani e dello sport; sarebbe dunque controproducente caricarlo di ulteriore lavoro. Aderendo al programma, il monitor è libero di scegliere come e quando applicare gli strumenti a supporto dei valori C&C.



CHE MATERIALE POSSO UTILIZZARE?

In seguito all'iscrizione potrete ordinare tutto il materiale di cui necessitate (giochi, opuscoli, gadget, ecc.) direttamente dallo shop sul sito web. La maggior parte del materiale viene fornito gratuitamente!

