



# SÉJOURS BOL D'AIR 2026

Séjours accompagnés pour les personnes atteintes de maladies pulmonaires et des voies respiratoires, ainsi que leurs proches

# Accordez-vous une pause

Nos séjours permettent aux participant·e·s de s'évader du quotidien, de créer de nouveaux liens et d'échanger avec d'autres personnes partageant des expériences similaires.

L'accent est mis sur l'autonomie, l'activité physique et la participation active à la vie. Grâce à des activités en plein air et à un programme pensé pour répondre aux besoins de chacun·e, la confiance en soi et la qualité de vie se trouvent renforcées. Ces séjours offrent une véritable parenthèse pour rompre l'isolement et ouvrir de nouvelles perspectives pour le quotidien.

L'équipe d'accompagnement de la Ligue pulmonaire suisse, composée de professionnel·le·s de la santé, veille à votre bien-être 24h/24 tout au long de votre séjour. Elle vous propose un programme varié et reste à vos côtés en toute circonstance, pour que vous puissiez profiter pleinement de vos journées, en toute sérénité. Votre approvisionnement en oxygène est également organisé avec soin.

Nous nous réjouissons de votre participation !

## Informations générales

### Inscription

- Le nombre de participant·e·s est limité.
- Les inscriptions ouvrent à la date indiquée dans le descriptif de chaque voyage.
- Elles sont traitées dans l'ordre de leur réception.
- Les inscriptions se font uniquement par téléphone – aucune inscription par e-mail ne sera prise en compte.
- Les personnes ayant déjà participé à un voyage au cours de l'année en cours et souhaitant s'inscrire à un nouveau séjour seront placées sur liste d'attente.

### Certificat médical

Avant le voyage, nous évaluons la forme d'accompagnement la mieux adaptée pour chaque participant·e. À cet effet, nous vous envoyons, avec les formulaires d'inscription, un certificat médical à faire compléter par la personne assurant votre suivi médical. La personne responsable de votre accompagnement pendant le séjour pourra, si nécessaire, la contacter afin d'évaluer conjointement votre aptitude à participer.

### Assurances

Chaque participant·e est responsable de sa propre couverture d'assurance, notamment pour la maladie, les accidents, la responsabilité civile et l'assurance annulation.

### Nombre de participant·e·s

Les voyages en groupe accueillent entre 15 et 30 participant·e·s.

### Oxygène

Nous assurons l'approvisionnement en oxygène tout au long de votre voyage. Les frais d'oxygène sont pris en charge via votre Ligue pulmonaire cantonale.

La Ligue pulmonaire suisse remercie chaleureusement ses donateur·rices et bienfaiteur·rices : grâce à leur soutien, nous pouvons offrir à des personnes atteintes de maladies pulmonaires et respiratoires des vacances en Suisse et à l'étranger.

### Votre personne de contact

Ligue pulmonaire suisse  
Pamela Wittwer  
Sägestrasse 79  
3098 Köniz

+41 31 378 20 00  
Lun – jeu, 9h00 – 11h30  
[sejoursboldair@lung.ch](mailto:sejoursboldair@lung.ch)  
[liguepulmonaire.ch/sejournsboldair](http://liguepulmonaire.ch/sejournsboldair)



DU 1<sup>ER</sup> AU 11 MAI 2026

# ESCAPADE AVEC VUE DE RÊVE À GUNTEN

## Lac de Thoune



« Faire le plein d'énergie et collectionner de beaux souvenirs... Ces moments me nourrissent longtemps au quotidien. »

Patricia D.

Passez des journées de mai ressourçantes au bord du lac de Thoune, avec une vue spectaculaire sur l'Eiger, le Mönch et la Jungfrau.

Le Parkhotel Gunten vous accueille dans un cadre élégant, avec un service d'excellence et un emplacement unique, directement sur les rives du lac.

Profitez du parc avec accès au lac, du restaurant avec terrasse ou détendez-vous dans le sauna panoramique. Le débarcadère se trouve à quelques pas seulement – idéal pour explorer la région depuis l'eau.

## Votre hôtel

Le « Parkhotel Gunten », situé directement au bord du lac de Thoune entre Thoune et Interlaken, offre un cadre idéal pour des loisirs variés. Son vaste parc, agrémenté de nombreux coins repos au bord de l'eau, invite à la détente. Les chambres modernes, avec douche/WC, TV, radio et téléphone, sont confortables ; certaines, avec balcon et vue sur le lac, sont attribuées selon l'ordre d'inscription sans supplément.

## Oxygène

La Ligue pulmonaire veille à ce que votre approvisionnement en oxygène soit garanti 24h/24.



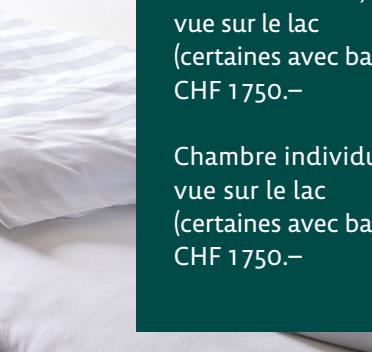
Photo : Parkhotel Gunten



## Prix par personne

Chambre double,  
vue sur le lac  
(certaines avec balcon)  
CHF 1750.–

Chambre individuelle,  
vue sur le lac  
(certaines avec balcon)  
CHF 1750.–



Photos : Parkhotel Gunten



## Compris dans le prix

- Hébergement en pension complète : buffet de petit-déjeuner, repas de midi et du soir à deux services
- Accès au SPA avec sauna finlandais et jacuzzi offrant une vue sur le lac
- PanoramCard (carte client·e) pour les voyages en bus gratuits et des réductions avantageuses
- Équipe d'accompagnement de la Ligue pulmonaire
- Programme d'animations et excursions organisé par l'équipe d'accompagnement

## Non compris dans le prix

- Transport aller-retour entre votre lieu de résidence et Gunten
- Places de parc
- Boissons, collations, pourboires, appels téléphoniques depuis la chambre
- Excursions (balades en bateau, entrée, etc.)
- Prestations individuelles telles que médicaments ou consultations médicales

Plus d'informations :  
[parkhotel-gunteren.swiss](http://parkhotel-gunteren.swiss)



## Inscription :

+41 31 378 20 00

**Dès lundi 19 janvier 2026**  
9h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

DU 29 MAI AU 8 JUIN 2026

# CHARME RIVIERA À MONTREUX

Lac Léman



« *L'équipe d'accompagnement est très serviable, sympathique et rassurante.* »

Markus T.

Montreux, splendide cité sur les rives du Léman, offre un panorama alpin à couper le souffle et des sites emblématiques tels que le château de Chillon. Sa promenade de 13 km, bordée de pins, cyprès et palmiers, invite à une flânerie paisible ponctuée de bancs offrant des vues magnifiques.

Découvrez le quatre étoiles « Eden Palace au Lac », construit en 1896 et récemment rénové avec soin. Idéalement situé à Montreux, directement sur la longue promenade du lac Léman, l'hôtel offre une ambiance agréable pour un séjour détendu et des balades au bord de l'eau.

## Votre hôtel

L'hôtel propose des chambres doubles standard et deluxe, les chambres simples correspondant à des doubles en occupation individuelle. Toutes disposent d'une salle de bain avec baignoire, sèche-cheveux, minibar, bureau avec téléphone et Wi-Fi. Les chambres standard de 16 m<sup>2</sup> offrent une vue sur la ville, la plupart sans balcon, tandis que les chambres deluxe de 18 m<sup>2</sup> bénéficient d'une vue sur le lac et d'un balcon. La terrasse sur le lac Léman invite à la détente, et en quelques minutes à pied, vous rejoignez le centre de Montreux avec ses cafés, restaurants et commerces.

## Oxygène

La Ligue pulmonaire veille à ce que votre approvisionnement en oxygène soit assuré 24 h/24.



Photo : Hôtel Eden Palace







## Prix par personne

**Standard** avec vue sur la ville, sans balcon

- chambre double : CHF 1 600.-
- chambre double à usage individuel : CHF 2 100.-

**Deluxe** avec vue sur le lac et balcon

- chambre double : CHF 1 750.-
- chambre double à usage individuel : CHF 2 400.-



Photos : Hôtel Eden Palace

## Compris dans le prix

- Hébergement en demi-pension : buffet de petit-déjeuner et repas du soir à trois services
- Équipe d'accompagnement de la Ligue pulmonaire
- Programme d'animations et excursions organisé par l'équipe d'accompagnement

## Non compris dans le prix

- Transport aller-retour entre votre lieu de résidence et Montreux
- Boissons, collations, appels téléphoniques depuis la chambre et pourboires
- Excursions dans les environs (balades en bateau, transports publics, entrées, etc.)
- Prestations individuelles telles que médicaments ou consultations médicales

Plus d'informations :  
[edenpalace.ch](http://edenpalace.ch)



## Inscription :

+41 31 378 20 00

**Dès lundi 16 février 2026**  
9h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

DU 18 AU 28 AOÛT 2026

# DÉTENTE ET PLAISIR AU LAC DE SARNEN

« Canton d'Obwald »



« Nous sommes très reconnaissants envers les donneur·rices qui rendent ces instants de bonheur possibles. »

Peter V.

Entre Sarnen, chef-lieu du canton d'Obwald, et la montée du col du Brünig, s'étend le lac de Sarnen, joyau naturel de 7,5 km<sup>2</sup> au cœur d'un paysage magnifique. D'avril à octobre, le bateau « Seestern » vous invite à voguer sur ses eaux paisibles.

L'Hôtel « Kurhaus am Sarnersee » accueille aussi bien les personnes en cure que les vacancier·ères. Il dispose d'un vaste parc, d'une plage privée et d'un embarcadère. Le sentier du lac permet de rejoindre Sarnen directement depuis l'hôtel. Si vous avez besoin de soins, le personnel soignant de l'établissement se tient volontiers à votre disposition.

## Votre hôtel

Des chambres simples et doubles sont disponibles dans le bâtiment principal et la nouvelle aile, toutes équipées de douche, téléphone, radio et TV. Entièrement accessible, l'établissement a retrouvé tout son éclat après sa rénovation en 2024. Le restaurant panoramique, la terrasse et les espaces de détente invitent au repos. L'ambiance familiale, le personnel attentionné et la cuisine savoureuse complètent ce cadre accueillant.

## Oxygène

La Ligue pulmonaire veille à ce que votre approvisionnement en oxygène soit assuré 24 h/24.



Photo : LPS, Stéphanie Eger







## Prix par personne

Chambre avec balcon,  
vue sur le lac  
CHF 1550.-

Chambre sans balcon,  
vue sur le lac  
CHF 1350.-

Chambre sans balcon,  
sans vue sur le lac,  
CHF 1200.-



Photos : LPS, Stéphanie Eger et  
hôtel Kurhaus am Sarnersee



## Compris dans le prix

- Hébergement en pension complète : buffet de petit-déjeuner, repas de midi à quatre services au choix, ainsi qu'un repas du soir également au choix
- Eau du robinet en bouteille en verre d'1 L dans la chambre
- Équipe d'accompagnement de la Ligue pulmonaire
- Programme d'animations et excursions organisé par l'équipe d'accompagnement

## Non compris dans le prix

- Aller-retour entre votre lieu de résidence et Sarnen
- Boissons, appels téléphoniques depuis la chambre, pourboires
- Excursions dans les environs (promenades en bateau, transports publics, entrées, etc.)
- Frais liés aux offres bien-être (coiffure, massage, pédicure)
- Éventuels soins et consultations médicales

Plus d'informations :  
[kurhaus-sarnersee.ch](http://kurhaus-sarnersee.ch)



## Inscription :

+41 31 378 20 00

**Dès lundi 4 mai 2026**  
9h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

DU 15 AU 29 SEPTEMBRE 2026

# ÉVASION PLAGE À SPOTORNO

Côte ligure, Italie



« Ici, je rencontre des personnes qui comprennent ce que je vis – un cadeau précieux. »

Elena Z.

Le pittoresque village de Spotorno se situe à 45 km à l'ouest de Gênes. Avec plus de deux kilomètres de plage et une mer d'une clarté cristalline, Spotorno est une station balnéaire prisée de la côte ligure. La qualité de ses eaux lui a valu plusieurs « Drapeaux bleus ».

La longue plage de sable et la promenade bordée de palmiers se prêtent parfaitement aux bains de soleil et aux balades. Flânez dans la vieille ville piétonne, ponctuée de restaurants et cafés, et savourez la Dolce Vita. Dans les environs, d'autres lieux intéressants méritent le détour, comme le village médiéval de Noli, réputé pour ses bâtiments historiques et ses ruelles étroites.

## Votre hôtel

L'hôtel 4 étoiles « Tirreno », de catégorie moyenne, se situe en bord de mer et dispose d'une plage privée de sable et de galets, équipée de transats et parasols. Toutes les chambres réservées par nos soins possèdent un balcon ou une terrasse, un téléphone, une TV et un minibar. Les chambres simples correspondent à des chambres doubles utilisées en occupation individuelle.

## Oxygène

La Ligue pulmonaire veille à ce que votre approvisionnement en oxygène soit assuré 24 h/24, tant pendant le trajet accompagné en bus que tout au long de votre séjour à Spotorno.



Photo : Hôtel Tirreno





## Prix par personne

**Standard** avec vue latérale sur la mer

- chambre double : CHF 1350.–
- chambre double à usage individuel : CHF 2 000.–

**Superior** avec vue directe sur la mer

- chambre double : CHF 1500.–
- chambre double à usage individuel : CHF 2 300.–



Photos : Hôtel Tirreno



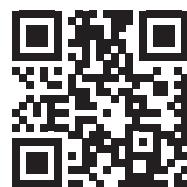
## Compris dans le prix

- Aller-retour à Spotorno depuis les lieux d'embarquement de Köniz, Sursee, Arth-Goldau et Bellinzona, avec accompagnement durant le voyage à bord d'un car confortable
- Hébergement en demi-pension : petit-déjeuner et repas du soir à trois services
- Équipe d'accompagnants de la Ligue pulmonaire
- Programme d'animations et excursions organisé par l'équipe d'accompagnement

## Non compris dans le prix

- Transport aller-retour entre votre domicile et le lieu d'embarquement en car
- En-cas, boissons, appels téléphoniques depuis la chambre et pourboires
- Excursions dans les environs (transports publics, taxi, billets d'entrée, etc.)
- Prestations individuelles, p. ex. médicaments ou consultations chez le médecin

Plus d'informations :  
[hotel-tirreno.it](http://hotel-tirreno.it)



**Inscription :**

+41 31 378 20 00

**Dès mercredi 27 mai 2026**  
 9h00 à 12h00 / 13h00 à 16h00

Vous trouverez ici les  
adresses, numéros de  
téléphone et contacts  
d'urgence actuels des  
Ligues pulmonaires  
cantonales :



[ligeepulmonaire.ch/lpc](http://ligeepulmonaire.ch/lpc)

Ligue pulmonaire suisse  
Sägestrasse 79  
3098 Köniz  
+41 31 378 20 50  
[info@lung.ch](mailto:info@lung.ch)  
[ligeepulmonaire.ch](http://ligeepulmonaire.ch)

Compte de dons  
IBAN CH92 0900 0000 3000 0882 0

