

Boccate d'aria 2024

Vacanze per persone con malattie polmonari e delle vie respiratorie e per i loro parenti

Quest'anno
con una
nuova
proposta!

LUNGENLIGA SCHWEIZ
LIGUE PULMONAIRE SUISSE
LEGA POLMONARE SVIZZERA
LIA PULMUNARA SVIZRA



Pronti per cambiare aria?

Qual' è la vostra destinazione ideale per la stagione più bella dell'anno? Vi piacerebbe godervi una crociera lungo il Reno durante lo spettacolo dei tulipani in fiore? Oppure preferite rilassarvi in riva al mare cullati dal fruscio delle onde? O magari volete trascorrere le vacanze in Svizzera sulle rive del lago di Sarnen o del lago di Thun? Nessun problema: abbiamo l'offerta giusta per tutte le esigenze.



La Lega polmonare vi offre vacanze di vario tipo ed è presente sul posto per assistervi. In caso di emergenza, un medico si prenderà cura di voi, mentre un team di accompagnamento vi proporrà un variegato programma di contorno: attività per respirare e attività fisiche, scambio di esperienze e assistenza durante le escursioni. Inoltre, ci occupiamo per voi del rifornimento di ossigeno. Saremo lieti di ricevere la vostra iscrizione e vi auguriamo vacanze rilassanti!

Informazioni generali

– Condizioni per l'iscrizione

I posti sono limitati. **Le iscrizioni verranno prese in carico a partire dalla data indicata e saranno considerate in base all'ordine di arrivo. Vengono accettate solo iscrizioni telefoniche. Non è possibile iscriversi tramite e-mail.** Se chi si iscrive ha già partecipato a un viaggio durante l'anno in corso, la richiesta sarà messa in lista d'attesa. La data di apertura delle iscrizioni è indicata nella descrizione del viaggio.

– Certificato medico

Prima del viaggio definiremo il tipo di assistenza ideale per voi. Riceverete da noi un certificato medico che dovrà essere compilato dal vostro medico. Eventualmente il nostro responsabile dell'équipe medica si metterà in contatto con il vostro medico per valutare insieme se possiate o meno partecipare.

– Assicurazioni

La copertura assicurativa (malattia, infortuni, responsabilità civile ecc.) spetta ai partecipanti.

– Assicurazione contro l'annullamento

Spetta ai partecipanti.

– Numero di partecipanti

I viaggi di gruppo prevedono un minimo di 15 e un massimo di 30 partecipanti.

– Fatturazione dell'ossigeno

Vi preghiamo di considerare che l'ossigeno vi verrà fatturato dal vostro fornitore.

La Lega polmonare svizzera ringrazia di cuore tutti i suoi sponsor e donatori: è grazie a loro che possiamo proporre vacanze in Svizzera e all'estero per le persone con malattie polmonari e delle vie respiratorie.

Persona di riferimento

Lega polmonare svizzera
 Pamela Wittwer
 Sägestrasse 79
 3098 Köniz
 Tel. 031 378 20 00
 Lun. - gio. ore 09.00 - 11.30
 sejoursboldair@lung.ch
 www.legapolmonare.ch/giornate

Dall'11 al 19 aprile 2024

Lussuosa crociera sul Reno con la MS Antonio Bellucci

Godetevi un'indimenticabile crociera fluviale a bordo della motonave Antonio Bellucci. Basta salire a bordo e al resto ci pensiamo noi. Sarà inoltre presente un team di accompagnatori della Lega polmonare, che vi fornirà assistenza medica e supporto sia durante le escursioni che a bordo.

Itinerario: Basilea – Rotterdam – Amsterdam – Basilea



Un viaggio sul Reno, una delle vie d'acqua più importanti d'Europa, offre una grande varietà dal punto di vista sia culturale che paesaggistico. Lungo il fiume i partecipanti potranno scoprire testimonianze di importanti avvenimenti storici e tradizioni multiformi. Dal punto di vista del paesaggio, il momento clou è rappresentato senza dubbio dall'attraversamento a bordo della nave della leggendaria Media Valle del Reno sul cosiddetto «Reno romantico», con vista sulla «Loreley», cantata da molti poeti, e dal Keukenhof in Olanda. Durante la fioritura dei tulipani, il più grande parco floreale del mondo affascina non solo gli amanti delle piante e dei fiori.

La vostra nave

A bordo della MS Antonio Bellucci vi attende un ambiente lussuoso. L'elegante arredamento, le ampie cabine e gli spazi comuni completano l'offerta.

Vi preghiamo di considerare i seguenti punti: la nave non è accessibile in sedia a rotelle. Per le escursioni possono tuttavia essere messi a disposizione sedie a rotelle e deambulatori.



© Foto: Thurgau Travel; iStock

Ossigeno

La Lega polmonare si occupa di garantire il rifornimento di ossigeno sulla nave 24 ore su 24.

Il prezzo comprende

- Cabina a 2 letti con balcone alla francese
- Pensione completa
- Pacchetto escursioni
- Team di assistenza della Lega polmonare

Il prezzo non comprende

- Viaggio di andata e ritorno residenza/Basilea
- Spese per gli spuntini e bevande
- Chiamate telefoniche dalla cabina
- Mance

Costi per persona

Ponte superiore

- Cabina 2 letti CHF 2 200
- Cabina 2 letti occupazione singola CHF 2 950

Ponte intermedio

- Cabina 2 letti CHF 2 000
- Cabina 2 letti occupazione singola CHF 2 000

Le iscrizioni telefoniche verranno prese in carico dal 15.01.2024 e saranno considerate in base all'ordine di arrivo.

Durante questa giornata il servizio telefonico sarà disponibile dalle 09.00 alle 12.00 e dalle 13.00 alle 16.00.

Maggiori dettagli: www.thurgautravel.ch

Dal 28 maggio
all'11 giugno 2024

Vacanze balneari a Spotorno, Riviera ligure, Italia

Rilassatevi sulla Riviera ligure: acqua turchese e una spiaggia di sabbia da sogno vi invitano al relax. L'aria salmastra e a basso contenuto di allergeni del Mar Mediterraneo è particolarmente benefica per le persone con problemi respiratori. Sul posto è disponibile personale medico che si occuperà anche di organizzare il rifornimento di ossigeno.



La pittoresca cittadina di Spotorno si trova sulla Riviera ligure a 35 km a ovest di Genova. La lunga spiaggia di sabbia e il bellissimo lungomare sono perfetti per prendere il sole e passeggiare. Passeggiate in tranquillità nel centro storico a traffico limitato e godetevi il fascino dell'Italia. Se lo desiderate, potrete anche partecipare ad attività come «Respirazione e movimento» e scambiare con altre persone le vostre esperienze nella gestione delle malattie respiratorie e polmonari.

Il vostro hotel

L'hotel Tirreno, a quattro stelle, è situato direttamente sul mare e dispone di una spiaggia di sabbia di proprietà dell'albergo. Tutte le camere che abbiamo prenotato sono dotate di balcone o terrazzo, telefono, TV e minibar.

Ossigeno

Noi garantiamo il rifornimento di ossigeno durante il viaggio di andata e ritorno con accompagnatore in pullman e a Spotorno.

Il prezzo comprende

- Viaggio di andata e ritorno a Spotorno dal punto di imbarco: Berna, Sursee, Arth Goldau, Bellinzona
- incl. accompagnatore in un comodo pullman
- Camera in albergo con mezza pensione
- Assistenza da parte di specialisti e accertamenti preliminari da parte del nostro medico di fiducia
- Attività come «Respirazione e movimento» più volte alla settimana
- Gite nei dintorni

Il prezzo non comprende

- Viaggio di andata e ritorno residenza/punto di imbarco
- Bevande, chiamate telefoniche dalla camera, mance
- Gite nei dintorni (mezzi pubblici, biglietti di ingresso ecc.)
- Prestazioni individuali come medicinali o visite mediche

Costi per persona

Standard con vista laterale sul mare

- Camera doppia CHF 1250
- Camera doppia occupazione singola CHF 1850

Superior con vista frontale sul mare

- Camera doppia CHF 1400
- Camera doppia occupazione singola CHF 2150

Le iscrizioni telefoniche verranno prese in carico dal 19.02.2024 e saranno considerate in base all'ordine di arrivo.

Durante questa giornata il servizio telefonico sarà disponibile dalle 09.00 alle 12.00 e dalle 13.00 alle 16.00.

Maggiori dettagli: www.hotel-tirreno.it



© Foto: Hotel Tirreno

Dal 20 al 30 agosto 2024

Relax e divertimento sul Lago di Sarnen

Fate il pieno di energia sul Lago di Sarnen. Godetevi l'ampio parco, l'idilliaca zona balneare di proprietà dell'albergo e la stupenda vista sulle cime alpine. Un team di accompagnatori organizzerà per voi escursioni ed esercizi di respirazione di gruppo, creando occasioni per uno scambio di esperienze. Scoprite il centro storico di Sarnen, i luoghi in cui visse e operò San Nicolao della Flüe, l'eremita patrono della Svizzera, oppure godetevi una gita in barca sul lago.



Il vostro hotel

L'Hotel «Kurhaus am Sarnersee» è disponibile sia per i soggiorni termali che per le vacanze. Tutte le camere sono dotate di doccia, telefono, radio e TV. L'intero immobile è accessibile in sedia a rotelle. L'hotel offre anche un ristorante panoramico, diverse salette particolarmente accoglienti e terrazze coperte, per godersi appieno il soggiorno anche in caso di pioggia. Rimarrete incantati dall'atmosfera familiare, dalla cortesia del personale, dall'eccellente proposta culinaria e dalle offerte wellness. Il numero di camere con vista lago e balcone è limitato.

Pensiamo noi a tutto

La Lega polmonare si occupa di garantire che il rifornimento di ossigeno sia disponibile 24 ore su 24. Nel caso siano necessarie prestazioni infermieristiche o per i casi di emergenza, il personale sanitario dell'albergo è a disposizione degli ospiti.

Il prezzo comprende

- Camera in hotel con pensione completa (prima colazione a buffet, pranzo con menù di 4 portate a scelta, cena leggera)
- Offerte di gruppo del team di accompagnatori: «Respirazione e movimento», giochi, scambio di esperienze, serate di cinema

Il prezzo non comprende

- Viaggio di andata e ritorno residenza/Sarnen
- Bevande, chiamate telefoniche dalla camera, manuce
- Escursioni nelle vicinanze (gite in barca, mezzi pubblici, biglietti di ingresso ecc.)
- Costi delle offerte benessere come parrucchiere, massaggi, pedicure, ingresso ridotto alla spa del Seehotel Wilerbad
- Eventuali prestazioni di cura e assistenza medica (cassa malati)

Costi per persona

- Camera **con balcone** (alcune con vista lago) CHF 1400
- Camera **senza balcone** (alcune con vista lago) CHF 1200



© Foto: Perretfoto.ch; Hotel Kurhaus Sarnersee

Le iscrizioni telefoniche verranno prese in carico **dal 13.05.2024** e saranno considerate in base all'ordine di arrivo.

Durante questa giornata il servizio telefonico sarà disponibile dalle 09.00 alle 12.00 e dalle 13.00 alle 16.00.

Maggiori dettagli: www.kurhaus-am-sarnersee.ch

Dal 24 settembre
al 4 ottobre 2024

Vacanza al lago in un incantevole paesaggio alpino

Godetevi la magia dell'autunno sulle pittoresche rive del lago di Thun con vista su Eiger, Mönch e Jungfrau. Il Parkhotel Gunten mette a disposizione un ambiente elegante con un servizio eccellente: l'ideale per trascorrere una vacanza straordinaria in una cornice naturale da cartolina. La struttura include un bellissimo parco in riva al lago con accesso privato diretto, un ristorante con terrazza all'aperto all'interno del parco e una sauna finlandese con vista panoramica. Nelle vicinanze si trova anche il debarcadere, per poter ammirare le meraviglie della regione facendo una gita in battello.



Il vostro hotel

Un ambiente raffinato e rilassato in una posizione stupenda, con deliziose proposte gastronomiche e un'ottima offerta wellness: è questo il biglietto da visita del Parkhotel Gunten. Affacciato direttamente sul lago, l'hotel dispone di un ristorante con terrazza solarium che serve specialità locali e internazionali. Le tante panchine all'interno del parco invitano a trascorrere piacevoli momenti di relax. Le camere sono tinteggiate con tonalità fresche e accoglienti; alcune stanze sul lato del paese, recentemente ristrutturate e ammoderate, sono disponibili come camere di design. È possibile prenotare camere con vista sul lago o sul paese, alcune delle quali con balcone (nessuna differenza di prezzo, considerazione in base al ricevimento delle prenotazioni). Tutte le camere dispongono di doccia, WC, radio, TV e telefono. Il numero di camere con vista lago è limitato.

Ossigeno

La Lega polmonare vi assicura la disponibilità della fornitura di ossigeno 24 ore su 24.



© Foto: Parkhotel Gunten

Il prezzo comprende

- Hotel con pensione completa (ricca colazione a buffet, pranzo con 2 portate, cena con 2 portate)
- Accesso alla spa dell'hotel, con sauna finlandese, idromassaggio e vista lago
- PanoramaCard (tessera per gli ospiti) per viaggiare gratuitamente in autobus e usufruire di sconti interessanti
- Team di accompagnamento della Lega polmonare
- Programma di attività ed escursioni organizzate dal team di accompagnatori

Il prezzo non comprende

- Viaggio di andata e ritorno tra il luogo di domicilio e Gunten
- Parcheggio
- Bevande, merende, mance
- Escursioni (gite in battello, biglietti d'ingresso ecc.)
- Chiamate dal telefono dell'hotel

Costi per persona

Camera vista lago	
– Camera doppia	CHF 1 800
– Camera singola	CHF 1 800
Camera vista sul paese	
– Camera doppia	CHF 1 650
– Camera singola	CHF 1 700

Le iscrizioni telefoniche verranno prese in carico **dal 17.06.2024** e saranno considerate in base all'ordine di arrivo.

Durante questa giornata il servizio telefonico sarà disponibile dalle 09.00 alle 12.00 e dalle 13.00 alle 16.00.

Maggiori dettagli: www.parkhotel-gunten.swiss



Legapolmonare svizzera
Sägestrasse 79
3098 Köniz
Tel. 031 378 20 50
info@lung.ch
www.legapolmonare.ch