

# Boccate d'aria 2023

Offerte di vacanze per persone con malattie respiratorie e polmonari e i loro familiari

Iscrivetevi per tempo e approfittate di fantastiche offerte per le vostre vacanze!

**LUNGENLIGA SCHWEIZ**  
**LIGUE PULMONAIRE SUISSE**  
**LEGA POLMONARE SVIZZERA**  
**LIA PULMUNARA SVIZRA**



# Tanto divertimento lontano dalla routine quotidiana

Che cosa preferite fare durante il periodo più bello dell'anno? Avete voglia di una crociera sul Reno per la fioritura dei tulipani o di un'esperienza culinaria con tante nuove impressioni? Oppure preferite piacevoli passeggiate lungo il lago o il mare. Nessun problema, abbiamo l'offerta giusta per tutti!





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 accompagnatori vi proporrà un variegato programma di contorno: attività per respirare e fare moto, 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

#### – Certificato medico

Prima del viaggio definiremo il tipo di assistenza ideale per voi. A tale scopo necessitiamo di un certificato medico sul vostro stato di salute. 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.

#### – Viaggi di gruppo

I viaggi di gruppo vengono organizzati per un minimo di 15 e un massimo di 30 persone.

#### – Fatturazione dell'ossigeno

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

#### – Condizioni di iscrizione

Il numero di posti disponibili è limitato. **Le iscrizioni verranno prese in considerazione solo a partire dalla data indicata e in ordine di ricevimento.** Chi ha già potuto partecipare a un viaggio durante l'anno in corso, in caso di iscrizione a un altro viaggio viene messo in lista di attesa. La data di iscrizione è contenuta nelle descrizioni di ogni viaggio.

La Lega polmonare ringrazia cordialmente i propri sostenitori e donatori, senza il cui aiuto non sarebbe possibile offrire vacanze a prezzi convenienti per persone con malattie respiratorie e polmonari.

### Le vostre persone di contatto

Lega polmonare svizzera  
 Monika Husi-Hostettler & Nadia Schawalder  
 Chutzenstrasse 10  
 3007 Berna  
 Tel. 031 378 20 00  
 Fax 031 378 20 51  
 sejoursboldair@lung.ch  
 www.legapolmonare.ch/giornate

12 al 20 aprile 2023

# Lussuosa crociera sul Reno con la MS Antonio Bellucci

Godetevi un'indimenticabile crociera fluviale sulla MS Antonio Bellucci. Durante il viaggio sarete completamente assistiti. Avrete infatti a disposizione un team di accompagnatori della Lega polmonare che vi offrirà assistenza medica, per le escursioni e 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 cabina

#### Ponte superiore

- Cabina 2 letti CHF 4 400
- Cabina 2 letti occupazione singola CHF 3 000

#### Ponte intermedio

- Cabina 2 letti CHF 4 000
- Cabina 2 letti occupazione singola CHF 2 000

Le iscrizioni verranno prese in considerazione a partire dal 12.1.2023 e in ordine di ricevimento.

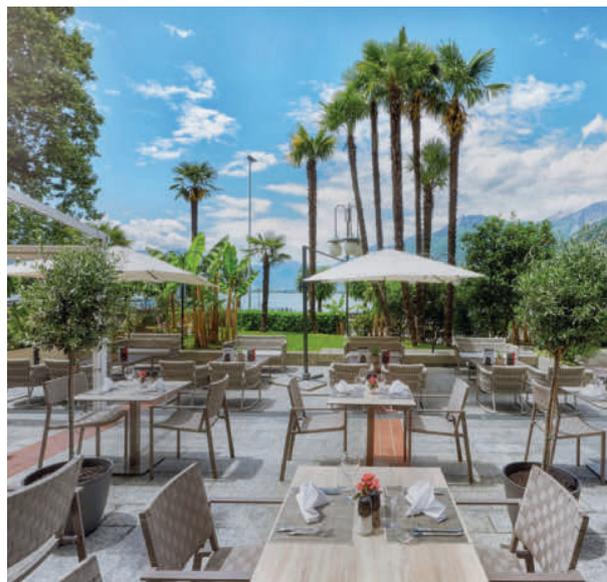
Maggiori dettagli: [www.thurgautravel.ch](http://www.thurgautravel.ch)

7 al 17 maggio 2023

# Giorni di benessere sul Lago Maggiore

Che ne dite di passeggiare in Piazza Grande, ammirare il panorama sul lago e sui monti e liberare la mente dai pensieri? Locarno merita davvero una visita. Alloggerete in posizione centrale, direttamente sul lungolago, nel confortevole H4 Hotel Arcadia. Con le sue camere spaziose e il suo incantevole giardino, l'hotel invita al relax. Nelle immediate vicinanze potete gustare la variegata cucina ticinese in un grotto o ammirare le magnifiche foreste durante un'escursione nelle valli circostanti.





### Il vostro albergo

L'hotel è situato in posizione centrale direttamente sul lungolago e dispone di una terrazza panoramica sul tetto e di un giardino con piscina. Tutte le camere hanno vista lago frontale o laterale, sono climatizzate e sono dotate di doccia/WC, accappatoi, asciugacapelli, macchina del caffè, TV, radio, telefono, Wi-Fi e cassetta di sicurezza. L'intero immobile è accessibile in sedia a rotelle. Rimarrete incantati dall'atmosfera familiare, dalla cortesia del personale e dalla cucina mediterranea.

### Abbiamo pensato a tutto

La Lega polmonare vi assicura la disponibilità della fornitura di ossigeno 24 ore su 24. Il nostro personale medico alloggia nell'albergo ed è a vostra disposizione se avete bisogno di assistenza o in caso di emergenza.

### Il prezzo comprende

- Camera con mezza pensione (colazione a buffet, cena di tre portate)
- Offerte di gruppo del team di accompagnatori: movimento e respirazione, giochi, scambio d'esperienze, serate film

### Il prezzo non comprende

- Viaggio di andata e ritorno residenza/Locarno
- Parcheggio
- Bevande, pranzo, mance
- Gite nei dintorni (gite in battello, mezzi pubblici, biglietti d'ingresso ecc.)

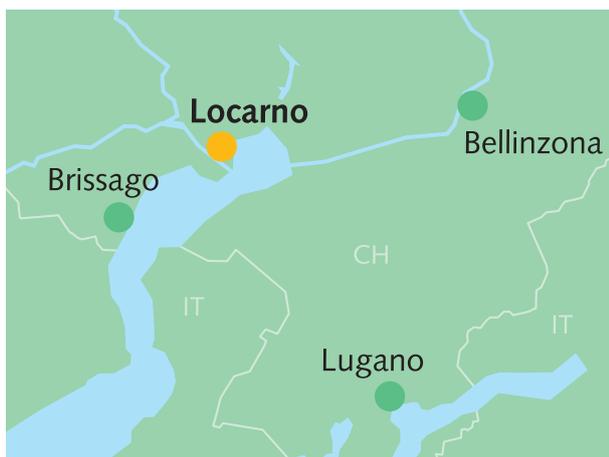
### Costi per camera

#### Superior con vista laterale sul lago

- Camera doppia CHF 2 850
- Camera doppia occupazione singola CHF 2 450

#### Deluxe con vista frontale sul lago

- Camera doppia CHF 3 050
- Camera doppia occupazione singola CHF 2 650



© Foto: Switzerland Tourism; H-Hotels GmbH

Le iscrizioni verranno prese in considerazione a partire dal 7.2.2023 e in ordine di ricevimento.

Maggiori dettagli: [www.h-hotels.com/locarno](http://www.h-hotels.com/locarno)

15 al 25 agosto 2023

# 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 aperto sia a chi soggiorna per motivi di cura che ai vacanzieri. Tutte le camere hanno la vista lago e sono dotate di doccia, telefono, radio e TV. L'intero edificio è accessibile alle sedie a rotelle. Se dovesse piovere, il ristorante panoramico, diverse sale accoglienti e piene di charme e terrazze coperte offrono comunque la possibilità di distrarsi. L'atmosfera familiare, la cortesia del personale, l'ottima cucina e le offerte benessere vi entusiasmeranno.

### 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, man- ce
- 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 camera

- Camera con vista lago e balcone CHF 1300
- Camera con vista lago senza balcone CHF 1100



© Foto: Perretfoto.ch; Hotel Kurhaus Sarnersee

Le iscrizioni verranno prese in considerazione **a partire dal 15.5.2023** e in ordine di ricevimento.

Maggiori dettagli: [www.kurhaus-am-sarnersee.ch](http://www.kurhaus-am-sarnersee.ch)

26 settembre al  
10 ottobre 2023

## 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.



© Foto: Hotel Tirreno

### 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
- Visita guidata alla scoperta della cittadina turistica di Spotorno

### Il prezzo non comprende

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

### Costi per camera

**Standard** con vista laterale sul mare

- Camera doppia CHF 1 100
- Camera doppia occupazione singola CHF 1 710

**Superior** con vista frontale sul mare

- Camera doppia CHF 1 300
- Camera doppia occupazione singola CHF 2 000

Le iscrizioni verranno prese in considerazione **a partire dal 26.6.2023** e in ordine di ricevimento.

Maggiori dettagli: [www.hotel-tirreno.it](http://www.hotel-tirreno.it)



**Legapolmonare svizzera**  
Chutzenstrasse 10  
3007 Berna  
Tel. 031 378 20 50  
Fax 031 378 20 51  
info@lung.ch  
www.legapolmonare.ch