



LUFTHOLTAGE 2026

Begleitete Ferien für Menschen mit
Lungen- und Atemwegserkrankungen
sowie ihre Angehörigen

Gönnen Sie sich eine Auszeit!

Die Lungenliga bietet Menschen mit Lungen- und Atemwegserkrankungen sowie deren Angehörigen begleitete Ferien an, die weit mehr als Erholung ermöglichen. Unsere Angebote unterstützen die Teilnehmenden dabei, den Alltag hinter sich zu lassen, soziale Kontakte zu knüpfen und sich mit anderen Betroffenen auszutauschen.

Im Zentrum steht die Förderung von Selbständigkeit, Bewegung und aktiver Teilhabe am Leben. Durch gemeinsame Aktivitäten an der frischen Luft sowie ein auf die Bedürfnisse abgestimmtes Rahmenprogramm werden Selbstvertrauen und Lebensqualität gestärkt. Der Aufenthalt bietet Gelegenheit, Isolation zu überwinden und neue Perspektiven für den Alltag zu gewinnen.

Das Begleitteam der Lungenliga Schweiz, bestehend aus medizinischen Fachpersonen, ist während Ihres Aufenthaltes rund um die Uhr für Sie da und sorgt für ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm. So können Sie die Tage unbeschwert genießen, in der Gewissheit, jederzeit auf Unterstützung und Sicherheit zählen zu können – auch bei der Organisation der Sauerstoffversorgung.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

Allgemeine Informationen

Anmeldung

- Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt.
- Die Anmeldungen werden ab dem jeweils angegebenen Anmeldebeginn in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.
- Den Anmeldebeginn finden Sie bei der Beschreibung der jeweiligen Reise.
- Wir nehmen nur telefonische Anmeldungen entgegen.
- Anmeldungen via E-Mail werden nicht berücksichtigt.
- Wer im laufenden Jahr schon an einer Reise teilgenommen hat, wird bei der Anmeldung für eine weitere Reise auf eine Warteliste gesetzt.

Arztzeugnis

Vor der Reise klären wir ab, welche Betreuung für Sie ideal ist. Dazu erhalten Sie von uns nebst den Anmeldeformularen ein Arztzeugnis, welches Ihr behandelnder Arzt oder Ihre behandelnde Ärztin ausfüllen muss. Eventuell wird sich der Begleitarzt der Reise mit Ihrer Ärztin / Ihrem Arzt in Verbindung setzen, um gemeinsam zu beurteilen, ob Ihre Teilnahme möglich ist.

Versicherungen

Für den Versicherungsschutz wie Krankheit, Unfall, Haftpflicht und Annulationsversicherung sind die Teilnehmenden selbst verantwortlich.

Anzahl Teilnehmende

Gruppenreisen werden mit mindestens 15, maximal 30 Personen durchgeführt.

Sauerstoff

Wir kümmern uns um die Sauerstoffversorgung während Ihrer Reise. Die Sauerstoff-Verrechnung erfolgt durch Ihre kantonale Lungenliga.

Die Lungenliga Schweiz bedankt sich herzlich bei ihren Gönnerinnen und Gönnern sowie Spendern und Spenderinnen: Sie machen es möglich, dass wir Menschen mit Lungen- und Atemwegserkrankungen Ferien im In- und Ausland anbieten können.

Ihre Kontaktperson

Lungenliga Schweiz
Pamela Wittwer
Sägestrasse 79
3098 Köniz

+41 31 378 20 00
Mo–Do, 9–11.30 Uhr
luftholtage@lung.ch
lungenliga.ch/luftholtage



1. – 11. MAI 2026

AUSZEIT MIT TRAUMPANORAMA IN GUNTEN

Thunersee

*«Neue Kraft tanken, schöne
Erinnerungen sammeln – davon
zehre ich noch lange im Alltag.»*

Patricia D.

Verbringen Sie erholsame Maitage am Thunersee mit Blick auf Eiger, Mönch und Jungfrau. Das Parkhotel Gunten verbindet stilvolles Ambiente, exzellenten Service und eine einzigartige Lage direkt am Wasser.

Geniessen Sie die Parkanlage mit Seezugang, das Restaurant mit Terrasse oder entspannen Sie in der Panorama-Sauna. Die Schifflanlegestelle liegt nur wenige Schritte entfernt – ideal, um die Region vom Wasser aus zu erkunden.

Ihr Hotel

Das Parkhotel Gunten liegt direkt am Thunersee zwischen Thun und Interlaken und bietet damit ideale Voraussetzungen für abwechslungsreiche Freizeiterlebnisse in der Region. Die grosszügige Parkanlage mit zahlreichen Sitzgelegenheiten am Seeufer lädt zum Verweilen und Geniessen ein. Es stehen komfortable Zimmer mit Seesicht zur Verfügung, einige davon mit Balkon. (Ohne Aufpreis, Vergabe nach Reihenfolge der Anmeldung). Alle Zimmer sind modern ausgestattet mit Dusche/WC, TV, Radio und Telefon.

Sauerstoff

Die Lungenliga sorgt dafür, dass Ihre Sauerstoffversorgung rund um die Uhr gewährleistet ist.



Quelle Foto: Parkhotel Gunten



Kosten pro Person

Doppelzimmer
Seeblick (einige mit
Balkon)
CHF 1750.–

Einzelzimmer Seeblick
(einige mit Balkon)
CHF 1750.–

Das alles ist inbegriffen

- Hotelkosten inklusive Vollpension:
Frühstücksbuffet, 2-Gang-Mittagessen, 2-Gang-Abendessen
- Benutzung des hoteleigenen SPA mit finnischer Sauna sowie Whirlpool mit Blick auf den See
- PanoramaCard (Gästekarte) für gratis Busbenützung und attraktiven Vergünstigungen
- Begleitteam der Lungenliga
- Rahmenprogramm und Ausflüge, organisiert durch das Begleitteam

Nicht inbegriffen sind

- An- und Rückreise Wohnort – Gunten
- Parkplätze
- Getränke, Zwischenverpflegungen, Trinkgelder, Telefongespräche vom Hotelzimmer aus
- Ausflüge in die Umgebung (Schiff-fahrten, Eintritte, usw.)
- Individuelle Leistungen wie Medika-mente oder Arztbesuche

Weitere Infos:

parkhotel-gunten.swiss



Quelle Fotos: Parkhotel Gunten, iStock



Anmeldung:

+41 31 378 20 00

Ab Montag, 19. Januar 2026

9 – 12 Uhr / 13 – 16 Uhr

29. MAI – 8. JUNI 2026

MEDITERRANES FLAIR IN MONTREUX

Genfersee

*«Das Begleitteam war sehr hilfs-
bereit, freundlich und unterstützend
– das gibt Sicherheit.»*

Markus T.

Montreux, wunderschön gelegen am Ufer des Genfersees, bietet eine grandiose Alpenkulisse und Sehenswürdigkeiten wie das Schloss Chillon. Auf der 13 Kilometer langen Uferpromenade mit Pinien, Zypressen, Palmen und vielen Sitzmöglichkeiten genießen Sie beim gemütlichen Spaziergang das Panorama.

Erleben Sie das traditionsreiche Viersterne-Hotel Eden Palace au Lac, das 1896 erbaut und kürzlich sanft renoviert wurde. Das Hotel liegt zentral in Montreux, direkt an der langen Uferpromenade am Genfersee. Ein angenehmes Ambiente lädt dazu ein, den Aufenthalt entspannt zu genießen und die Umgebung bei einem Spaziergang entlang der Promenade zu entdecken.

Ihr Hotel

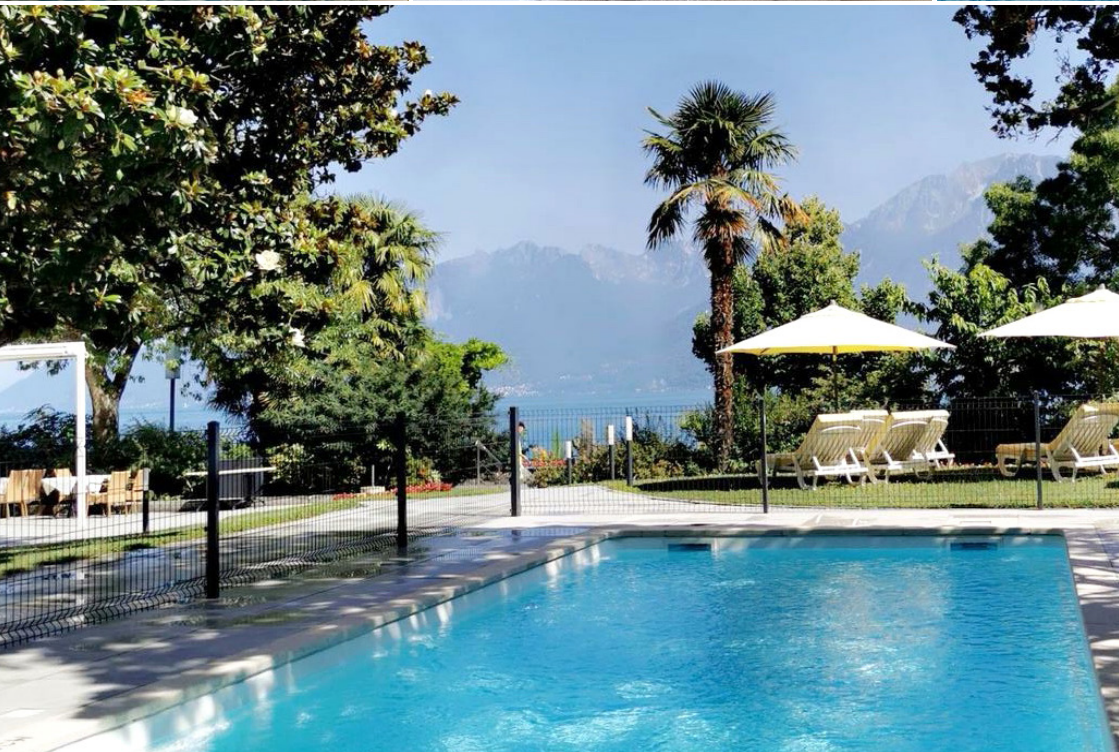
Es sind Standard- sowie Deluxe-Doppelzimmer verfügbar. Die Einzelzimmer sind Doppelzimmer zur Alleinbenutzung. Alle Zimmer sind mit Bad (alle mit Badewanne), Haarföhn, Minibar, Schreibtisch mit Telefon und WLAN-Zugang ausgestattet. Standardzimmer: 16 m² mit Stadtblick, meist ohne Balkon. Deluxe-Zimmer: 18 m² mit Seeblick, mit Balkon. Die Terrasse mit Blick auf den Genfersee lädt zum Verweilen ein. Ein kurzer Fussweg führt direkt vor dem Hotel ins Zentrum von Montreux mit vielen Cafés, Restaurants und Einkaufsmöglichkeiten.

Sauerstoff

Die Lungenliga sorgt dafür, dass Ihre Sauerstoffversorgung rund um die Uhr gewährleistet ist.



Quelle Foto: Hotel Eden Palace



Kosten pro Person

Standard mit Stadtblick, ohne Balkon

- Doppelzimmer CHF 1600.–
- Doppelzimmer zur Alleinbenutzung CHF 2100.–

Deluxe mit Seeblick und Balkon

- Doppelzimmer CHF 1750.–
- Doppelzimmer zur Alleinbenutzung CHF 2400.–

Das alles ist inbegriffen

- Hotelkosten inklusive Halbpension: Frühstücksbuffet, 3-Gang-Abendessen
- Begleiteteam der Lungenliga
- Rahmenprogramm und Ausflüge, organisiert durch das Begleiteteam

Nicht inbegriffen sind

- An- und Rückreise Wohnort – Montreux
- Getränke, Zwischenverpflegungen, Telefongespräche vom Hotelzimmer aus, Trinkgelder
- Ausflüge in die Umgebung (Schifffahrten, öffentliche Verkehrsmittel, Eintritte usw.)
- individuelle Leistungen wie Medikamente oder Arztbesuche

Quelle Fotos: Hotel Eden Palace

Weitere Infos:
edenpalace.ch



Anmeldung:

+41 31 378 20 00

Ab Montag, 16. Februar 2026

9 – 12 Uhr / 13 – 16 Uhr



18. – 28. AUGUST 2026

ERHOLUNG UND GENUSS AM SARNERSEE

Kanton Obwalden

*«Wir sind sehr dankbar,
dass Spender solche besonderen
Erlebnisse für uns möglich machen.»*

Peter V.

Tanken Sie neue Energie. Zwischen dem Obwaldner Hauptort Sarnen und dem Anstieg zum Brünigpass erstreckt sich in wunderschöner Landschaft auf einer Fläche von 7,5 Quadratkilometern der Sarnersee. Von April bis Oktober verkehrt auf dem See das Kursschiff «Seestern».

Das «Hotel Kurhaus am Sarnersee» steht Kur- und Feriengästen gleichermassen offen und verfügt über eine grosszügige Parkanlage mit hauseigenem Badeplatz und Schiffsanlegestelle. Auf dem Seeuferweg spazieren Sie direkt vom Hotel nach Sarnen. Sollten Sie auf Pflegeleistungen angewiesen sein, unterstützt Sie das Pflegepersonal des Hotels gerne.

Ihr Hotel

Es sind Einzel- und Doppelzimmer im Bestandes- wie im Neubau verfügbar. Alle Zimmer sind mit Dusche, Telefon, Radio und TV ausgestattet. Das ganze Haus ist rollstuhlgängig und erstrahlt nach dem Umbau im Jahr 2024 in neuem Glanz. Das Panoramarestaurant, diverse Aufenthaltsräume und die Terrasse laden zum Verweilen ein. Die familiäre Atmosphäre, das freundliche Personal, die ausgezeichnete Küche und die Wohlfühlangebote werden Sie begeistern.

Sauerstoff

Die Lungenliga sorgt dafür, dass Ihre Sauerstoffversorgung rund um die Uhr gewährleistet ist.



Quelle Foto: LLS, Stéphanie Eger



Kosten pro Person

Zimmer **mit Balkon**,
mit Seesicht
CHF 1550.–

Zimmer **ohne Balkon**,
mit Seesicht
CHF 1350.–

Zimmer **ohne Balkon**,
ohne Seesicht
CHF 1200.–

Quelle Fotos: LLS, Stéphanie Eger
und Hotel Kurhaus am Sarnersee

Das alles ist inbegriffen

- Hotelkosten inklusive Vollpension:
Frühstücksbuffet, 4-Gang-Mittagessen
zur Auswahl, Abendessen zur Auswahl
- Hahnenwasser in 1-Liter-Glasflasche auf
dem Zimmer
- Begleitteam der Lungenliga
- Rahmenprogramm und Ausflüge,
organisiert durch das Begleitteam

Nicht inbegriffen sind

- An- und Rückreise Wohnort – Sarnen
- Getränke, Telefongespräche vom Hotel-
zimmer aus, Trinkgelder
- Ausflüge in die Umgebung (Schifffahr-
ten, öffentliche Verkehrsmittel, Eintritte
usw.)
- Kosten für Wohlfühlangebote wie Coif-
feur, Massage, Fusspflege
- allfällige Pflegeleistungen und ärztliche
Versorgung (Krankenkasse)

Weitere Infos:

kurhaus-sarnersee.ch



Anmeldung:

+41 31 378 20 00

Ab Montag, 4. Mai 2026

9 – 12 Uhr / 13 – 16 Uhr

A close-up photograph of two elderly women with white hair, smiling and embracing each other. The woman on the right is wearing a pink floral patterned jacket and a pearl necklace. The woman on the left is wearing a striped shirt and a gold ring. The background is bright and out of focus.

15. – 29. SEPTEMBER 2026

STRANDFERIEN IN SPOTORNO

Ligurische Küste, Italien

*«Hier treffe ich Menschen,
die verstehen, wie es mir geht –
das ist ein Geschenk.»*

Elena Z.

Der malerische Ort Spotorno liegt 45 Kilometer westlich von Genua. Mit über zwei Kilometern Strand und einem kristallklaren Meer ist Spotorno ein beliebter Badeort an der ligurischen Küste. Spotorno wurde für seine hohe Wasserqualität mit mehreren «Blauen Flaggen» ausgezeichnet.

Der lange Sandstrand und die von Palmen gesäumte Strandpromenade eignen sich perfekt zum Sonnenbaden und Spazieren. Flanieren Sie in der verkehrsberuhigten Altstadt mit einigen Restaurants und Cafés und genießen Sie La Dolce Vita. In der Umgebung befinden sich weitere interessante Orte wie zum Beispiel das mittelalterliche Dorf Noli, das für seine historischen Gebäude und engen Gassen bekannt ist.

Ihr Hotel

Das Viersterne-Mittelklassehotel «Tirreno» liegt direkt am Meer und verfügt über einen hoteleigenen, flachen Sand-/Kieselstrand, der mit Liegenstühlen und Sonnenschirmen ausgestattet ist. Alle von uns reservierten Zimmer sind mit Balkon oder Terrasse, Telefon, TV und Minibar ausgestattet. Die Einzelzimmer sind Doppelzimmer zur Alleinbenutzung.

Sauerstoff

Die Lungenliga sorgt dafür, dass Ihre Sauerstoffversorgung während der begleiteten Hin- und Rückreise im Bus und während Ihres Aufenthaltes in Spotorno rund um die Uhr gewährleistet ist.



Quelle Foto: Hotel Tirreno



Kosten pro Person

Standard mit seitlichem Meerblick

- Doppelzimmer CHF 1350.–
- Doppelzimmer zur Alleinbenutzung CHF 2000.–

Superior mit direktem Meerblick

- Doppelzimmer CHF 1500.–
- Doppelzimmer zur Alleinbenutzung CHF 2300.–

Quelle Fotos: Hotel Tirreno

Das alles ist inbegriffen

- Hin- und Rückreise nach Spotorno ab Einstiegsort Köniz, Sursee, Arth-Goldau, Bellinzona – inkl. Reisebegleitung im komfortablen Reisebus
- Hotelkosten mit Halbpension: Frühstücksbuffet und 3-Gang-Abendessen
- Begleitteam der Lungenliga
- Rahmenprogramm und Ausflüge, organisiert durch das Begleitteam

Nicht inbegriffen sind

- An- und Rückreise Wohnort – Einstiegsort Reisebus
- Zwischenverpflegungen, Getränke
- Telefongespräche vom Hotelzimmer aus, Trinkgelder
- Ausflüge in die Umgebung (öffentliche Verkehrsmittel, Taxi, Eintritte usw.)
- individuelle Leistungen wie Medikamente oder Arztbesuche

Weitere Infos:
hotel-tirreno.it



Anmeldung:

+41 31 378 20 00

Ab Mittwoch, 27. Mai 2026

9 – 12 Uhr / 13 – 16 Uhr

Die aktuellen Adressen,
Telefonnummern und
Notfall-Kontakte der
kantonalen Lungenligen
finden Sie hier:



lungenliga.ch/kl



Lungenliga Schweiz

Sägestrasse 79

3098 Köniz

+41 31 378 20 50

info@lung.ch

lungenliga.ch

Spendenkonto

IBAN CH92 0900 0000 3000 0882 0