



Unione centrale svizzera per il bene dei ciechi

Servizio specializzato per la sordocecità

Programma

**Formazione e tempo libero
da gennaio a luglio 2026**

Lenzburg, 3 novembre 2025

Gentili signore, egregi signori,

è con grande piacere che vi facciamo pervenire il nuovo programma per i mesi da gennaio a luglio 2026, augurandoci che possiate trovare tante informazioni interessanti e offerte allettanti.

La settimana di vacanza della Svizzera tedesca avrà luogo alla fine di giugno al Lago di Sarnen nel canton Obvaldo.

Gli svizzeri francesi trascorreranno il loro fine settimana a Sainte-Croix nel canton Vaud, mentre gli svizzeri tedeschi andranno a Coira, nel canton Grigioni.

Non vediamo l'ora di darvi il benvenuto alle varie attività e di scambiare con voi opinioni ed esperienze.

Cordiali saluti,

Sacha Pedroia

Formazione e tempo libero

Indice

Appuntamenti di una giornata Ticino	5
L'universo dei profumi, 6 marzo	5
Attività a sorpresa! 16 aprile	6
Alla scoperta del cavallo, 15 maggio	7
Flora ticinese e biodiversità, 19 giugno	8
Organizzate la vostra giornata di corso	9
Appuntamenti con pernottamento	10
Fine settimana a Sainte-Croix, 2 e 3 maggio	10
Fine settimana a Coira e Bad Ragaz, 2 e 3 maggio	11
Settimana di vacanza al Lago di Sarnen, 27 giugno a 4 luglio	12
Anteprima secondo semestre 2026	13
Settimana di vacanza a Emmetten, 27 settembre a 3 ottobre	13
Settimana del wellness ad Andeer, 25 a 30 ottobre	13
Segnalazione di manifestazioni di altre organizzazioni	14
Attività per il tempo libero proposte dalla CAB	14
Attività per il tempo libero proposte da PluSport	14
Informazioni sul programma	15
Come iscriversi	20
Indirizzo di contatto	21

L'offerta di Formazione e tempo libero

Uscire con altre persone, condividere con loro nuove esperienze e scambiare idee e opinioni con altri diretti interessati: tutto ciò è qualità di vita. Avete l'opportunità di conoscere cose nuove, fare nuove conoscenze e approfondire le amicizie.

Le esperienze condivise permettono di sviluppare la creatività, la fiducia in sé e la comprensione reciproca. Quando si è tra persone con un vissuto simile al proprio ci si sente parte di un gruppo e per una volta non si è diversi e non si devono dare spiegazioni.

Con una disabilità visiva e uditiva o una sordocecità si incontrano tante barriere, spesso invisibili. Nei gruppi queste barriere sono ancora più grandi e più difficili da superare rispetto a quando si interagisce con singole persone. Per questo motivo, il nostro obiettivo è permettervi di fare esperienze di gruppo indimenticabili nonostante la vostra disabilità visiva e uditiva. Fatevi sorprendere dalle nostre proposte!

Organizziamo offerte di Formazione e tempo libero adatte alle vostre esigenze.

- Scambio di idee e di esperienze tra diretti interessati
- Corsi di formazione tematici
- Atelier e corsi creativi
- Appuntamenti culturali
- Gite in compagnia e sportive
- Gite della durata di un fine settimana, settimane del wellness e di vacanza

In fondo a questo programma trovate tutte le informazioni necessarie e le condizioni di partecipazione.

Non ci conoscete ancora e vorreste "provare" partecipando a un'attività? In caso d'interesse non esitate a mettervi in contatto con noi.

Appuntamenti di una giornata Ticino

Canton Ticino e Grigioni italiano

L'universo dei profumi

Venerdì 6 marzo dalle 11.00 alle 17.00

Visiteremo il raffinato laboratorio Profumi e Saponi di Sessa, dove da più di vent'anni lavora l'artigiano profumiere Emilio Raccagni. Egli vi introdurrà alla storia e ai segreti alla base della fragranza di questi prodotti, rigorosamente fatti a mano con oli ed elementi presenti nella natura. In questo modo si possono unire piacere e benessere, eleganza e terapia.

Naturalmente avrete anche l'opportunità di conoscere e di sperimentare personalmente attraverso l'olfatto la qualità e la particolarità di ogni creazione.

Organizzazione: Sacha Pedroia

Partecipazione alle spese: CHF 30.--

Partecipazione alle spese di viaggio: massimo CHF 10.--

Termine d'iscrizione: 15 febbraio

Attività a sorpresa!

Giovedì 16 aprile dalle 10.00 alle 16.00

In questa giornata all'insegna della creatività potremo preparare la primavera in tanti modi diversi! Lasciamoci sorprendere!

Conto su di voi: fatemi sapere le vostre migliori idee telefonando allo 078 636.94.65 o scrivendomi una mail all'indirizzo sacha.pedroia@ucbc.ch

Organizzazione: Sacha Pedroia

Partecipazione alle spese: CHF 30.--

Partecipazione alle spese di viaggio: massimo CHF 10.--

Termine d'iscrizione: 25 marzo

Alla scoperta del cavallo

Venerdì 15 maggio dalle 11.00 alle 17.00

Visiteremo la Scuderia La Finca di Cresciano, dove il cavallo è al centro dell'attenzione e viene curato nel massimo rispetto della sua natura. Beneficeremo della guida e delle spiegazioni di Marco Taminelli, che ha fondato e modellato nel corso degli anni la struttura e che condividerà con noi la sua profonda conoscenza del mondo di questo affascinante animale, avvicinandoci a lui nel miglior modo possibile.

Organizzazione: Sacha Pedroia

Partecipazione alle spese: CHF 30.--

Partecipazione alle spese di viaggio: massimo CHF 10.--

Termine d'iscrizione: 25 aprile

Flora ticinese e biodiversità

Venerdì 19 giugno dalle 11.00 alle 17.00

Vi piacerebbe diventare esperti nel coltivare e riconoscere toccando con mano e sentendo i profumi della flora che cresce solo in Ticino?

Lo potrete fare grazie all'esperto botanico Mattia Boggia, che ci farà visitare il suo vivaio e il suo laboratorio delle erbe spontanee ticinesi. In seguito, ci condurrà nei dintorni, in campagna, per raccogliere semenze e piantine in vista della semina o del trapianto, al centro di un'attività che terremo in autunno.

Organizzazione: Sacha Pedroia

Partecipazione alle spese: CHF 30.--

Partecipazione alle spese di viaggio: massimo CHF 10.--

Termine d'iscrizione: 29 maggio

Organizzate la vostra giornata di corso

Avete una particolare conoscenza su un tema che vi piacerebbe condividere con altre persone? Per esempio nei settori natura, essere umano, ambiente, letteratura, musica, movimento, creatività o altro?

Vorreste tenere una conferenza, insegnare a usare un'applicazione o lavorare insieme ad altre persone e dare sfogo alla vostra creatività? O pensate semplicemente a un evento conviviale durante il quale si possa cucinare, mangiare, chiacchierare e fare dei giochi insieme? Se del caso, avete la possibilità di organizzare una giornata di corso.

Vi interessa? Noi vi sosteniamo, se ne avete bisogno, prima, durante e dopo il corso che intendete proporre. Rivolgetevi a noi per informazioni dettagliate.

Per l'iscrizione definitiva riceverete poi un foglio d'istruzioni con le condizioni per il corso e un formulario d'iscrizione definitivo.

Per maggiori informazioni potete rivolgervi a Sacha Pedroia.

Appuntamenti con pernottamento

Fine settimana a Sainte-Croix

Sabato 2 maggio e domenica 3 maggio

Quest'anno la tradizionale gita della durata di un fine settimana ci porterà a Sainte-Croix, nel canton Vaud, dove pernosteremo al Grand Hôtel des Rasses.

Organizzazione: Leda Béguin e Andrea Bonzon

Luogo: www.grandhotelrasses.ch

Numero massimo di partecipanti: 15

Partecipazione alle spese:

CHF 260.-- per persona in camera singola

CHF 300.-- per persona in camera doppia

Partecipazione alle spese di viaggio: massimo CHF 20 (andata e ritorno)

I costi per i cani guida sono a carico dei detentori dei cani.

Termine d'iscrizione: 3 febbraio

Fine settimana a Coira e Bad Ragaz

Sabato 2 maggio e domenica 3 maggio

La gita della durata di un fine settimana ci porterà sabato a Coira, un vero e proprio gioiello nel cuore dei Grigioni. Capoluogo del cantone e città più antica della Svizzera, Coira offre un affascinante mix di storia, cultura e natura.

Il programma prevede diverse possibilità, tra le quali potrete scegliere quelle che più vi interessano.

Museo d'arte di Coira: durante una visita guidata potrete ammirare i dipinti dai colori intensi di alcuni pittori famosi come Giovanni Segantini, Giovanni e Augusto Giacometti o sperimentare direttamente sul modello la tecnica pittorica e le pennellate.

- Due passi nel centro storico: il centro storico con le sue viuzze, gli edifici storici e le incantevoli piazze invita a una passeggiata rilassante.

- Escursione nei dintorni di Coira: la natura pittoresca e i numerosi sentieri escursionistici nei dintorni di Coira attirano molti amanti della natura. Per gli appassionati di escursionismo è prevista una breve camminata di rara bellezza.

Trascorreremo la giornata di domenica a Bad Ragaz, stazione termale ricca di storia a pochi chilometri da Coira, dove potrete rilassarvi nei suoi famosi bagni, fare una passeggiata nel Giessenpark o un'escursione fino alla famosa gola della Tamina.

Organizzazione: Simone Leuenberger e Pia Huber

Punto d'incontro: stazione di Zurigo o di Coira

Pernottamento: Hotel Freieck o Drei Könige

Partecipazione alle spese:

CHF 300.-- per persona in camera singola

CHF 260.-- per persona in camera doppia

Partecipazione alle spese di viaggio: massimo CHF 20 (andata e ritorno)

I costi per i cani guida sono a carico dei detentori dei cani.

Termine d'iscrizione: 2 marzo

Settimana di vacanza al Lago di Sarnen

Da sabato 27 giugno a sabato 4 luglio

Nel 2026 la meta del nostro viaggio è il canton Obvaldo con tutte le sue bellezze.

In riva al Lago di Sarnen abbiamo scoperto l'albergo Kurhaus, un luogo speciale dove trascorreremo le nostre vacanze estive.

Il Kurhaus, immerso in un magnifico paesaggio di montagna, si trova in una posizione idilliaca sulle rive del Lago di Sarnen.

Qui trascorreremo giornate indimenticabili con attività di gruppo e momenti di relax immersi nella natura. Questa regione sa accontentare tutti: da chi ama le tranquille passeggiate lungo il lago, le gite in battello o le escursioni, a chi invece adora trascorrere momenti in compagnia in una bella atmosfera.

Organizzazione: Isabelle Hofstetter e Cosima Ruinatscha

Punto d'incontro: stazione di Sarnen oppure Hotel Kurhaus am Sarnersee

Pernottamento: www.kurhaus-sarnersee.ch

Partecipazione alle spese:

CHF 1040.-- per persona in camera singola

CHF 1200.-- per persona in camera doppia

Partecipazione alle spese di viaggio: massimo CHF 20 (andata e ritorno)

I costi per i cani guida sono a carico dei detentori dei cani.

Termine d'iscrizione: 15 marzo

Anteprima secondo semestre 2026

Affinché possiate pianificare in anticipo le vostre vacanze e attività del tempo libero, vi comunichiamo le date delle vacanze organizzate dall'UCBC del secondo semestre 2026.

Vi preghiamo però di annunciarvi solo dopo la pubblicazione ufficiale. Grazie.

Svizzera francese

Settimana di vacanza a Emmetten

Da domenica 27 settembre a sabato 3 ottobre 2026

Svizzera tedesca

Settimana del wellness ad Andeer

Da domenica 25 ottobre a venerdì 30 ottobre 2026

Segnalazione di manifestazioni di altre organizzazioni

Qui di seguito vi segnaliamo altre manifestazioni destinate a persone con disabilità visiva e uditiva o sordocieche.

Attività per il tempo libero proposte dalla CAB

Azione Caritas Svizzera dei Ciechi (CAB)

Vi segnaliamo le proposte di formazione e per il tempo libero a carattere sportivo e culturale della CAB. Trovate il programma sul loro sito web www.cab-org.ch/kurse/

Le persone di riferimento sono Andrea Vetsch e Barbara Gisler.

Indirizzo e-mail: kurse@cab-org.ch

Attività per il tempo libero proposte da PluSport

Vi segnaliamo le attività sportive proposte da PluSport. Il programma è disponibile sul sito web www.plusport.ch/it/.

PluSport è il centro di competenze riconosciuto per lo sport per disabili in Svizzera. Offre molte possibilità di praticare dello sport, individualmente o in gruppi per tutti i livelli. Siamo in contatto con PluSport e possiamo raccomandarvi le loro proposte.

La nostra persona di contatto presso PluSport è Chantal Cavin, responsabile di progetti e cieca, che potrà anche aiutarvi a trovare una guida. In caso di domande, Chantal Cavin è a vostra completa disposizione! Non esitate a mettervi in contatto con lei per e-mail: cavin@plusport.ch

Informazioni sul programma

Partecipazione

Il programma viene inviato due volte all'anno.

Le attività di una giornata sono aperte a tutte le persone con disabilità visiva e uditiva. La partecipazione alle attività di più giorni è riservata agli utenti del Servizio specializzato per la sordocecità dell'UCBC.

Potete ricevere il programma formato stampa a grandi caratteri, in Braille o in formato elettronico.

Iscrizione

Per partecipare alle varie attività occorre dapprima iscriversi. Importante: nell'iscrizione indicate tutti i dati richiesti, per ulteriori informazioni consultate «Come iscriversi».

Vi preghiamo di attenervi al termine d'iscrizione, tenendo presente che la vostra iscrizione è vincolante.

Annullamento da parte dell'UCBC

Nel caso in cui non avessimo a disposizione abbastanza persone di accompagnamento, potremmo vederci costretti ad annullare le iscrizioni di singoli partecipanti.

Se a un evento vi fossero più iscritti che posti disponibili, saremmo purtroppo costretti ad annullare qualche iscrizione. Ecco i criteri di annullamento:

- per gli appuntamenti di una giornata viene data la priorità ai partecipanti che non vi hanno ancora preso parte o vi hanno preso parte più di rado. Se più partecipanti sono in situazioni più o meno uguali, sarà la sorte a decidere;
- per gli appuntamenti con pernottamento teniamo conto della partecipazione degli ultimi 10 anni. Chi vi ha partecipato più spesso, deve per una volta saltare l'appuntamento. Se più partecipanti sono in situazioni più o meno uguali, sarà la sorte a decidere.

Nei casi in cui siamo costretti ad annullare un'iscrizione, dobbiamo tenere conto sia dei bisogni a livello di comunicazione e mobilità, sia delle competenze e risorse delle collaboratrici e dei collaboratori volontari a disposizione.

Annullamento da parte del partecipante

In caso di impedimento per un'emergenza o per un problema di salute, potete annullare l'iscrizione a qualsiasi evento senza costi a vostro carico.

Annullamenti con costi a vostro carico

Appuntamenti di una giornata: in caso di annullamento dell'iscrizione senza una motivazione valida e a meno di due settimane dall'attività, vi viene addebitata la partecipazione alle spese di CHF 30.--.

Appuntamenti con pernottamento: fino a un mese prima dell'attività è possibile annullare l'iscrizione senza costi a vostro carico. Da 3 a 4 settimane prima dell'attività vi vengono addebitati CHF 100.--. Se l'iscrizione è annullata meno di due settimane prima dell'attività, vi sarà addebitato il 50% della partecipazione alle spese.

Modifiche al programma o annullamento di un'attività

Se un appuntamento non raggiunge il numero minimo di partecipanti, possiamo modificare il programma o annullare l'appuntamento.

Informazioni concernenti l'attività

Una o due settimane prima dell'attività riceverete una lettera con informazioni dettagliate sul programma e un piano di viaggio, denominata lettera informativa. Riceverete inoltre un elenco con gli indirizzi di tutti i partecipanti e di tutte le persone di accompagnamento volontarie.

Se sette giorni prima dell'appuntamento non avrete ancora ricevuto la lettera informativa, vi preghiamo di annunciarvi alla persona incaricata di Formazione e tempo libero.

Partecipazione alle spese

In questa partecipazione sono comprese tutte le spese, come le entrate, il vitto e i costi relativi alla persona che vi accompagna. Con la partecipazione alle spese si contribuisce solo in minima parte ai costi complessivi di un'attività o di un appuntamento. I corsi proposti rimangono convenienti poiché beneficiamo dei sussidi dell'Ufficio federale delle assicurazioni sociali. Inoltre possiamo contare sul generoso e costante sostegno di molti privati e di diverse fondazioni.

La chiusura dei conti relativa ai corsi e alle spese di viaggio è affidata alla contabilità di San Gallo.

Qualora per voi l'importo previsto per la partecipazione alle spese dovesse essere troppo elevato, vi preghiamo di rivolgervi al vostro Servizio specializzato.

Spese di viaggio

L'UCBC rimborsa le spese di viaggio di andata e ritorno, dopo aver dedotto la partecipazione massima di CHF 10.--, in conformità a quanto indicato nel piano di viaggio che vi verrà inviato: biglietto ½ prezzo delle FFS in 2a classe o un taxi per persone disabili. Vi preghiamo di acquistare il vostro biglietto ferroviario in anticipo. Nel piano di viaggio non è previsto tempo per l'acquisto. Se avete bisogno di sostegno, vi preghiamo di rivolgervi quanto prima al vostro Servizio specializzato.

Persone di accompagnamento

Organizziamo per voi dei collaboratori volontari dell'UCBC, debitamente formati come persone di accompagnamento.

Se desiderate portare con voi una persona di accompagnamento privata, ciò è possibile per gli appuntamenti di un giorno o per le gite della durata di un fine settimana.

Per gli eventi su più giorni non è invece possibile avvalersi di persone di accompagnamento private. In queste occasioni, le persone di accompagnamento si danno il cambio e devono disporre obbligatoriamente di intervalli di tempo libero.

Assistenti in comunicazione

Per le attività proposte nel programma non si può ricorrere ad assistenti in comunicazione, fatta eccezione per "l'incontro con la lingua dei segni", perché disponiamo di un numero troppo esiguo di collaboratori/collaboratrici volontari/e sufficientemente formati/e per poter seguire a pieno titolo le conversazioni nella lingua dei segni, tenuto anche conto della cultura delle persone sorde. I costi dell'assistente in comunicazione sono a carico dei partecipanti.

Lingue

La lingua parlata durante gli eventi di una giornata è l'italiano della Svizzera italiana. Gli appuntamenti di più giorni nella Svizzera tedesca sono tenuti in tedesco e quelli nella Svizzera francese in francese. Presupposto per la partecipazione a un'attività è la buona conoscenza da parte del partecipante della lingua prevista oppure che il partecipante disponga di una persona di accompagnamento che traduca quanto viene detto. Se necessario, organizziamo la presenza di un/una interprete della lingua dei segni che parli la lingua della regione da cui proviene la richiesta.

Cani guida

È permesso l'uso dei cani guida, a meno che ciò sia specificamente escluso nel programma. Il detentore del cane è pienamente responsabile dell'animale, quindi anche delle passeggiate con il cane e della sua pulizia e cura.

Durante gli appuntamenti di più giorni le spese aggiuntive per i cani guida sono a carico dei detentori dei cani.

Assistenza medica e sedie a rotelle

Vi preghiamo di accertare prima con noi se è possibile partecipare all'attività in sedia a rotelle. L'UCBC non predispone alcun servizio in questo senso.

Tenete inoltre presente che non mettiamo a disposizione alcuna assistenza medica o infermieristica.

Spetta ai partecipanti comunicare alle loro persone di accompagnamento tutte le informazioni importanti. Vi preghiamo di mettervi in contatto con noi nel caso in cui abbiate dei dubbi.

Fotografie, diritto d'immagine e protezione dei dati

Iscrivendovi a un'attività o a un evento date ai responsabili dell'UCBC il vostro consenso a trasferire i dati personali ai fornitori di prestazioni nella misura in cui questo sia necessario per la loro prestazione di servizio (per es. alberghi, collaboratrici e collaboratori volontari).

Con l'iscrizione autorizzate inoltre l'UCBC a utilizzare le fotografie, scattate in occasione delle attività e degli eventi di Formazione e tempo libero, a scopo informativo, per le relazioni con i media, la raccolta di fondi e i rapporti della fondazione.

Potete comunicarci se non desiderate essere fotografati e se non siete d'accordo che l'UCBC utilizzi fotografie in cui apparite anche voi.

Se desiderate sapere in quale modo l'UCBC tratta i vostri dati, sulla seguente pagina web potete trovare l'Informativa sulla protezione dei dati: www.ucbc.ch/legale/protezione-dei-dati

Assicurazione e responsabilità

La protezione assicurativa personale contro l'infortunio e la malattia nonché l'assicurazione di responsabilità civile sono a carico dei partecipanti.

L'UCBC declina la responsabilità in caso di infortuni o incidenti e non risponde dei danni materiali causati da negligenza leggera o media di uno o più partecipanti. Inoltre non è responsabile delle persone di accompagnamento o dei collaboratori.

Come iscriversi

Potete iscrivervi ai nostri appuntamenti e alle nostre attività usando i formulari che trovate nel programma.

Se preferite iscrivervi per e-mail o per telefono, vi preghiamo di rispondere alle seguenti domande:

Nome e cognome?

A quale attività o appuntamento vorreste partecipare?

Quando possiamo raggiungervi durante il giorno?

Qual è il vostro numero di telefono, di fax o il vostro indirizzo mail?

Dobbiamo organizzare una persona di accompagnamento?

Se avete una persona di accompagnamento privata, qual è il suo indirizzo?

Mangiate carne o seguite una dieta vegetariana? E la vostra persona di accompagnamento?

Potete raggiungere per conto vostro il punto d'incontro?

Avete un abbonamento metà-prezzo o un abbonamento generale?

Avete una carta di accompagnamento valida?

Domande supplementari per appuntamenti con pernottamento

Desiderate una camera singola o doppia? Se doppia, avete preferenze per la seconda persona?

Siete accompagnati da un cane guida?

Necessitate di una dieta particolare?

Indirizzo di contatto

UCBC

Servizio specializzato per la sordocecità

Sacha Pedroia

Via San Giovanni 7

6500 Bellinzona

Tel.: 091 825 82 72

E-mail: sacha.pedroia@ucbc.ch

sordocecita@ucbc.ch

www.ucbc.ch

www.sordocecita.ch