



Unione centrale svizzera per il bene dei ciechi

**Servizio specializzato per la sordocecità**

# **Programma**

**Formazione e tempo libero  
Da agosto a dicembre 2024**

Lenzburg, 30 aprile 2024

Gentili signore ed egregi signori

È con piacere che vi facciamo pervenire il nuovo programma per i mesi da agosto a dicembre 2024 e ci auguriamo che possiate trovarvi tante informazioni interessanti e diverse offerte allettanti.

La tradizionale settimana del wellness della Svizzera tedesca avrà luogo ad Andeer nei Grigioni. Gli svizzeri francesi effettueranno all'inizio dell'autunno la loro settimana di vacanza, che avrà luogo a Chavannes-de-Bogis.

Come è ormai tradizione, a coronamento dell'anno avrà luogo, a Giubiasco, la nostra piacevole Festa d'Avvento.

Attendiamo con piacere il momento d'incontrarvi in occasione di un'attività di gruppo e di porgervi i nostri saluti, scambiando con voi qualche idea.

Cordiali saluti

Cécile Kayar ed Enzo Bassetti  
Team Formazione e tempo libero

# Indice

<b>Appuntamenti di una giornata Ticino .....</b>	<b>5</b>
Il mondo del peperoncino, 13 settembre .....	5
Attività a sorpresa! 18 ottobre .....	6
Museo cantonale di storia naturale, 15 novembre .....	7
Festa natalizia, 13 dicembre .....	8
La comunicazione aptica e l'alfabeto Lorm .....	9
Organizzate la vostra giornata di corso .....	10
<b>Appuntamenti con pernottamento .....</b>	<b>11</b>
Settimana di vacanza alle porte di Ginevra, 21 a 28 settembre .....	11
Settimana del wellness all'Hotel Fravi ad Andeer, 27 ottobre a 1° novembre .....	12
<b>Anteprima primo semestre 2025 .....</b>	<b>13</b>
Vacanze estive a Salenstein, 5 a 12 luglio .....	13
Settimana del wellness all'Hotel Fravi ad Andeer, 26 a 31 ottobre	13
<b>Segnalazione di manifestazioni di altre organizzazioni .....</b>	<b>14</b>
Attività nel tempo libero della CAB .....	14
Attività nel tempo libero di PluSport .....	14
<b>Informazioni sul programma .....</b>	<b>15</b>
<b>Come iscriversi .....</b>	<b>20</b>
<b>Indirizzo di contatto .....</b>	<b>21</b>

## **L'offerta di Formazione e tempo libero**

Viaggiare insieme e vivere qualcosa assieme, scambiare idee con altri interessati: tutto questo è la qualità di vita. Avete l'opportunità di conoscere cose nuove, allacciare nuove conoscenze e approfondire le amicizie.

Vivendo qualcosa assieme si sviluppa la creatività, la fiducia in sé stessi e la reciproca comprensione. Tra le persone che hanno affinità di vedute ci si sente di appartenere a un'entità, per una volta si è diversi e non si devono dare spiegazioni.

Con una disabilità visiva e uditiva o sordocecità si incontrano tante barriere, spesso invisibili. Nei gruppi queste barriere sono più grandi e più difficili da superare rispetto a quanto si verifica nel contatto con singole persone. Nonostante la disabilità visiva e uditiva o la sordocecità, il nostro obiettivo è di consentire una partecipazione in un gruppo. Le nostre proposte vi sorprenderanno.

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

- Scambio di idee ed esperienze tra le persone colpite
- Corsi di formazione tematici
- Atelier e corsi creativi
- Appuntamenti culturali
- Gite in compagnia e sportive
- Gite di 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 appuntamento? Se siete interessati non esitate a prendere contatto con noi.

# Appuntamenti di una giornata Ticino

Canton Ticino e Grigioni italiano

## Il mondo del peperoncino

**Venerdì, 13 settembre dalle ore 11 alle ore 17**

La pianta del peperoncino ha una storia antichissima, risalente fino a 9000 anni fa, conosciuta già nelle civiltà precolombiane, e da allora coltivata in tutto il mondo. Al giorno d'oggi ne esistono più di duemila varietà, di forme e colori differenti.

Viene utilizzato in gastronomia, in medicina, per la bellezza e per innumerevoli altri aspetti.

Raffaele Gianora è un autentico appassionato ed esperto in Ticino, e vi accoglierà parlando della sua grande esperienza e delle sue conoscenze nella coltivazione, nel trattamento e nell'impiego di questo affascinante frutto.

**Organizzazione: Enzo Bassetti**

**Partecipazione alle spese: CHF 30.--**

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

**Termine d'iscrizione: 1° settembre**

## **Attività a sorpresa!**

**Venerdì, 18 ottobre dalle ore 10 alle ore 16**

Vi ricordate Céliane, che ci ha fatto il bellissimo corso dei cosmetici? Torna con noi ! Dobbiamo ancora decidere quale strepitosa idea verrà a condividere con noi, avete magari delle proposte?

Conto su di voi per farmi sapere le vostre migliori idee, per telefono allo 078 636 94 65 o per mail [kayar@ucbc.ch](mailto:kayar@ucbc.ch).

**Direzione: Cécile Kayar - 078 636.94.65**

**Luogo: a dipendenza di cosa scegliamo**

**Partecipazione alle spese: CHF 30.--**

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

**Termine d'iscrizione: 18 settembre**

## **Museo cantonale di storia naturale**

**Venerdì, 15 novembre dalle ore 11 alle ore 17**

Visiterete, accompagnati dalla responsabile che risponderà a tutte le curiosità, il Museo cantonale di storia naturale a Lugano.

Scoprirete, in un viaggio affascinante, tutte le forme del patrimonio naturale del Canton Ticino, composto da oltre mezzo milione di reperti: minerali, rocce, fossili, animali, piante e funghi. La mostra si basa sulla ricostruzione suggestiva dei vari ambienti. Avrete naturalmente la possibilità di conoscere alcuni reperti attraverso il tatto.

**Organizzazione: Enzo Bassetti**

**Partecipazione alle spese: CHF 30.--**

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

**Termine d'iscrizione: 30 ottobre**

## **Festa natalizia**

**Venerdì, 13 dicembre dalle ore 11 alle ore 16**

Ci ritroveremo come sempre in un ambiente accogliente e rilassato per passare una giornata all'insegna della convivialità per salutarci prima delle festività di fine anno. Verrete accolti con un ricco buffet freddo e, dopo i primi contatti di rito, ci verrà servito il pranzo. Durante il pomeriggio avremo un momento di riflessione e di animazione a cui seguiranno gli auguri per tutti.

**Direzione: Enzo Bassetti**

**Luogo d'incontro: Giubiasco FFS**

**Partecipazione alle spese: l'UCBC si assume le spese partecipazione**

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

**Termine d'iscrizione: 25 novembre**

## **La comunicazione aptica e l'alfabeto Lorm**

**Forma di comunicazione tattile come complemento alla lingua parlata e alla lingua dei segni, per principianti e iniziati.**

In caso di rumore, spesso l'apparecchio acustico non è molto di aiuto. Quando l'illuminazione è debole, la lettura labiale o il riconoscimento dei segni diventano difficoltosi. Sia nella relazione individuale che in quella di gruppo, può capitare di dover comunicare qualcosa in modo rapido. Le vostre mani possono allora rendersi utili: un buon strumento al pari di coltello e forchetta.

La comunicazione aptica si sviluppa dunque attraverso il contatto fisico. Si tratta di indicazioni tattili che possono essere trasmesse ad esempio sul braccio o sulla spalla. In questo modo potete ricevere brevi informazioni sulle persone, sull'ambiente circostante o sull'orientamento. È un semplice ed efficace complemento alla lingua parlata, alla lingua dei segni o all'alfabeto Lorm.

Si tratta di un alfabeto che sostituisce le lettere con punti e trattini tracciati sul palmo della mano. Generalmente, si scrive nella mano sinistra della persona sordocieca.

**Se questo tema è di vostro interesse potete annunciarvi presso il vostro centro di competenza UCBC: Cécile Kayar e Mäde Müller sono disponibili a organizzare un corso in Ticino.**

## **Organizzate la vostra giornata di corso**

Avete una particolare conoscenza su un tema che vi piacerebbe condividere con altri? Nei settori, p.es. natura, essere umano, ambiente, letteratura, musica, movimento, creatività o altro?

Vorreste tenere una conferenza, insegnare un'applicazione o lavorare insieme e creare? O deve essere semplicemente un evento comune durante il quale cucinate, mangiate, chiacchierate e giocate insieme? In questo caso vi viene data la possibilità di organizzare una giornata di corso.

Siete interessati? Noi vi sosteniamo, se ne avete bisogno, nella preparazione, attuazione e rielaborazione del vostro corso. Rivolgetevi a noi per informazioni sui dettagli.

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 Enzo Bassetti e Cécile Kayar.**

# Appuntamenti con pernottamento

## Settimana di vacanza alle porte di Ginevra

**Da sabato 21 settembre a sabato 28 settembre**

Vi proponiamo di trascorrere la settimana di vacanza all'hotel 4 stelle Everness a Chavannes-de-Bogis.

Questo albergo è situato vicino a Ginevra e non lontano dal Lago Lemano.

La città internazionale di Ginevra ci aprirà le sue porte e ci inviterà, per esempio, al Museo della Croce Rossa, alla teleferica del Salève, al Giardino Botanico, a una passeggiata sulle sponde del lago... e, perché no, a un giro in battello...

Siamo lieti di accogliervi:

**Direzione: Leda Béguin e Philippe Staempfli**

**Luogo: Hotel Everness, Les Champs-Blancs 70b, 1279  
Chavannes-de-Bogis**

**Partecipazione alle spese: CHF 960.-- per persona in camera  
singola**

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

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

**Termine d'iscrizione: 17 maggio**

## **Settimana del wellness ad Andeer**

**Da domenica 27 ottobre a venerdì 1° novembre**

La vita con una disabilità visiva e uditiva è faticosa. Concedetevi qualcosa di buono e venite con noi alla nostra Settimana del wellness.

Il nostro viaggio ha nuovamente come meta Andeer. Il villaggio è situato nei Grigioni, nella Val Schons, nel cuore del parco naturale di Beverin. Grazie al clima mite e a un'altitudine di ca. 1'000 m. s.l.m., Andeer è un luogo ideale per rigenerarsi e rilassarsi.

L'Hotel Fravi esiste dal 1828 e l'Art Nouveau è ben percepibile ovunque. Oggi l'albergo è un 3 stelle e offre comfort con un ampio settore wellness (bagni termali con piscina interna ed esterna, diverse saune, bagno di vapore, etc.).

Voi inoltre potete allestire un vostro programma individuale scegliendo tra le diverse terapie offerte. Potete, però, partecipare volontariamente anche alle offerte di gruppo come per esempio Aquagym o passeggiate. L'ampio paesaggio offre tante semplici possibilità di gite. L'AutoPostale si ferma direttamente davanti all'hotel. Vivete questa settimana rivitalizzante e confortevole! Vi aspettiamo con gioia!

**Direzione: Simone Leuenberger e Cosima Ruinatscha**

**Punto d'incontro: Stazione Coira, Stazione AutoPostale**

**Partecipazione alle spese:**

**CHF 720.-- per persona in camera singola**

**CHF 600.-- per persona in camera doppia**

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

**I costi per i cani guida per ciechi sono a carico dei detentori dei cani, CHF 25.-- al giorno**

**Termine d'iscrizione: 11 agosto**

# **Anteprima primo semestre 2025**

Affinché possiate pianificare in anticipo le vostre vacanze, vi diamo fin d'ora le date delle vacanze UCBC del primo semestre 2025.

Annunciatevi, però, solo dopo l'avvenuta pubblicazione ufficiale. Grazie.

**Svizzera tedesca:**

## **Vacanze estive a Salenstein**

**Da sabato 5 luglio a sabato 12 luglio 2025**

## **Settimana del wellness ad Andeer**

**Da domenica 26 ottobre a venerdì 31 ottobre 2025**

# Segnalazione di manifestazioni di altre organizzazioni

Saremo lieti di segnalarvi qui altre manifestazioni per persone con disabilità visiva e uditiva o sordocecità.

## Attività nel tempo libero della CAB

Schweizerische Caritasaktion der Blinden (CAB) [Azione Caritas Svizzera dei Ciechi (CAB)]

Con piacere vi segnaliamo le offerte di formazione e tempo libero sportive e culturali della CAB. Trovate il programma sul loro sito web: [www.cab-org.ch/kurse/](http://www.cab-org.ch/kurse/)

Le persone di riferimento sono: Andrea Vetsch e Barbara Gisler  
Indirizzo e-mail: [kurse@cab-org.ch](mailto:kurse@cab-org.ch)

## Attività nel tempo libero di PluSport

Con piacere vi segnaliamo le attività sportive di PluSport:  
[www.plusport.ch/it/](http://www.plusport.ch/it/).

PluSport è il Centro di competenza per lo sport per disabili in Svizzera. Offre molte possibilità di praticare dello sport, individualmente o in gruppi per tutti i livelli. Noi siamo in contatto con PluSport e possiamo raccomandarvi le proposte.

La nostra persona di contatto presso PluSport si chiama Chantal Cavin. È responsabile del progetto ed è cieca. Può anche aiutarvi a trovare una guida.

In caso di domande Chantal Cavin è volentieri a vostra disposizione! Prendete semplicemente contatto con lei per e-mail: [cavin@plusport.ch](mailto: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 forma elettronica.

## **Iscrizione**

Per tutti gli appuntamenti per le attività è necessario iscriversi precedentemente.

Importante: iscrivetevi per ogni singolo appuntamento con tutti i dati, vedi "Come iscrivermi per un appuntamento".

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

## **Disdette da parte dell'UCBC**

Nel caso in cui disponessimo di un numero insufficiente di persone d'accompagnamento, potremmo vederci costretti a disdire l'iscrizione di singoli partecipanti.

Se per un appuntamento vi sono più iscritti che posti a disposizione, anche in questo caso potremmo vederci costretti purtroppo a disdire qualche iscrizione. I criteri di disdetta sono:

per gli appuntamenti di una giornata viene data la priorità a quei partecipanti che non vi hanno ancora preso parte o vi hanno preso parte più raramente. 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 frequentemente, deve per una volta saltare l'appuntamento.

Se più partecipanti sono in situazioni più o meno uguali, sarà la sorte a decidere.

### **Disdetta da parte del partecipante**

In caso d'impedimento per un'emergenza o per un problema di salute potete disdire tutti gli appuntamenti senza alcuna spesa a vostro carico. Disdette con conseguenti costi a vostro carico:

appuntamenti di una giornata: se la disdetta non ha una motivazione valida e avviene a meno di due settimane prima dello svolgimento dell'attività, vi verrà addebitata la partecipazione alle spese di CHF 30.--.

appuntamenti con pernottamento: fino a un mese prima dello svolgimento dell'attività è possibile disdire l'iscrizione senza alcuna spesa a vostro carico. Da 3 a 4 settimane prima dello svolgimento dell'attività vi verranno addebitati CHF 100.--.

Se la disdetta viene data meno di 2 settimane prima dell'appuntamento, sarà addebitato il 50% della partecipazione alle spese.

### **Cambiamenti di programma o annullamento di un appuntamento**

Se un appuntamento proposto non raggiunge il numero di partecipanti previsto, possiamo cambiare il programma o annullare l'attività.

### **Informazioni concernenti l'appuntamento**

Una o due settimane prima dell'appuntamento riceverete una lettera con informazioni dettagliate sul programma e un piano di viaggio, denominato lettera informativa. Riceverete inoltre una lista degli indirizzi di tutti i partecipanti e di tutte le persone d'accompagnamento volontarie.

Se 7 giorni prima dell'appuntamento non aveste ancora ricevuto alcuna informazione, vi preghiamo di annunciarvi alla persona incaricata di Formazione e tempo libero.

## **Partecipazione alle spese**

Nel contributo alle spese sono comprese tutte le spese quali p.es. entrate, vitto e costi relative alla vostra persona d'accompagnamento. Con la vostra partecipazione alle spese pagate solo una piccola parte dei costi reali di un appuntamento. Le offerte dei corsi rimangono per voi molto convenienti poiché noi percepiamo dei sussidi dall'Ufficio federale delle assicurazioni sociali. Anche molti donatori privati e fondazioni ci sostengono con generosità.

Il conteggio dei corsi e delle spese di viaggio viene effettuato dalla contabilità.

Qualora l'importo previsto per la partecipazione alle spese fosse per voi troppo elevato potete rivolgervi al vostro Servizio specializzato.

## **Spese di viaggio**

UCBC vi rimborsa le spese di viaggio di andata e ritorno, dopo la detrazione della franchigia di CHF 10.--, in conformità a quanto indicato nel piano di viaggio già inviatovi: biglietto delle FFS ½ prezzo 2a classe o un taxi per persone disabili. Acquistate p.f. il vostro biglietto ferroviario in anticipo.

Nel piano di viaggio non è stato previsto il tempo per acquistarlo. Se avete bisogno di sostegno rivolgetevi p.f. tempestivamente al vostro Servizio specializzato.

## **Persone d'accompagnamento**

Predisponiamo per voi dei collaboratori volontari dell'UCBC, debitamente formati come persone d'accompagnamento.

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

Per appuntamenti sull'arco di più giorni non è invece possibile avvalersi di persone d'accompagnamento private. In queste occasioni, le persone d'accompagnamento si danno il cambio e devono disporre obbligatoriamente di intervalli di tempo libero.

## **Assistenti in comunicazione**

Non possono essere impiegati per le attività annunciate nel programma. Unica eccezione è "l'incontro con la lingua dei segni". Questo 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 appuntamenti di una giornata è l'italiano nella Svizzera italiana. Gli appuntamenti di più giorni nella Svizzera tedesca saranno condotti in lingua tedesca e quelli nella Svizzera francese saranno condotti in lingua francese. Presupposto per la partecipazione a un appuntamento è la buona conoscenza da parte del partecipante della lingua prevista oppure che il partecipante disponga di una persona d'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 responsabile a pieno titolo dell'animale. Il che include anche il controllo dei momenti di "libera uscita" dell'animale, la 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**

Accertate prima con noi se è possibile partecipare in sedia a rotelle. L'UCBC non predispone alcun servizio in questo senso.

Tenete presente che non mettiamo a disposizione alcuna assistenza medica o infermieristica. I partecipanti sono responsabili in prima persona della comunicazione alle loro persone d'accompagnamento di tutte le informazioni importanti. Prendete contatto con noi nel caso in cui abbiate dei dubbi in merito.

## **Fotografie, diritto d'immagine e protezione dei dati**

Con l'iscrizione 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 (p.es. alberghi; collaboratrici e collaboratori volontari).

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

Voi potete comunicarci se non desiderate essere fotografati e se non siete d'accordo che l'UCBC possa usare le fotografie nelle quali apparite voi.

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

## **Assicurazione e responsabilità**

La protezione assicurativa personale contro infortunio e malattia nonché l'assicurazione di responsabilità civile spettano ai partecipanti.

L'UCBC declina per principio la responsabilità in caso di infortuni o incidenti. L'UCBC non risponde dei danni materiali originati da leggera o media negligenza. L'UCBC non è responsabile delle persone d'accompagnamento o dei collaboratori.

# Come iscriversi

Potete iscrivervi ai nostri appuntamenti usando i formulari inseriti nel programma.

Se preferite iscrivervi per e-mail o per telefono rispondete per favore alle seguenti domande:

Nome e cognome?

A quale appuntamento vorreste partecipare?

Quando possiamo raggiungervi durante il giorno?

Il vostro numero di telefono, di fax o indirizzo e-mail?

Dobbiamo organizzare una persona d'accompagnamento?

Se avete una persona d'accompagnamento privata, quale è il suo indirizzo?

Desiderate mangiare anche piatti di carne o seguire una dieta vegetariana? E la vostra persona d'accompagnamento?

Potete viaggiare da soli fino al punto d'incontro?

Avete un abbonamento metà-prezzo o un abbonamento generale?  
Avete una tessera d'accompagnatore 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

Enzo Bassetti e Cécile Kayar

Via San Giovanni 7

6500 Bellinzona

Tel.: 091 825 82 72

E-mail: [bassetti@ucbc.ch](mailto:bassetti@ucbc.ch), [kayar@ucbc.ch](mailto:kayar@ucbc.ch)

[sordocecita@ucbc.ch](mailto:sordocecita@ucbc.ch)

[www.ucbc.ch](http://www.ucbc.ch)

[www.sordocecita.ch](http://www.sordocecita.ch)

Ringraziamo tutte le donatrici e tutti i donatori, gli sponsor, le collaboratrici e i collaboratori volontari per il loro prezioso sostegno.