

Porträt – Tavolata

Projektorganisation

Das Projekt «Tavolata» wurde 2010 vom Migros-Kulturprozent initiiert und fördert damit den sozialen Zusammenhalt mit Tischrunden, die ältere Menschen gemeinsam organisieren und gestalten.

Schon kurz nach dem Start des innovativen Programms hat sich gezeigt, dass die Idee von lockeren selbstorganisierten Tischgemeinschaften bei der Bevölkerung auf offene Ohren stösst. Seither leistet Tavolata einen wichtigen Beitrag zur gesellschaftlichen Integration und zur Förderung der Lebensqualität im Alter.

Für viele Menschen ist Tavolata eine willkommene Abwechslung im Alltag. Sie lernen neue Leute kennen, führen angeregte Gespräche und geniessen gemeinsam eine gesunde, selbst zubereitete Mahlzeit. Die Tischgemeinschaften organisieren sich selber, werden bei Bedarf aber durch die regionalen Tavolata-Vertreter/innen bei der Gründung und Organisation der ersten Treffen unterstützt. Diese sind ein wichtiges Bindeglied zwischen interessierten Personen, bestehenden Tischgemeinschaften, Organisationen und Vereinen in der Region, den regionalen Migros-Genossenschaften und dem zentralen Projektteam. Die regionalen Tavolata-Vertreter/innen ermuntern in ihrer Region Menschen, sich einer Tavolata anzuschliessen oder selber eine zu gründen.

Das Migros-Kulturprozent unterstützt das nationale Netzwerk und pflegt enge Kontakte zu den regionalen Tavolata-Vertreter/innen. Auf www.tavolata.ch werden nützliche Informationen und Unterlagen zur Verfügung gestellt. Das zentrale Projektteam veranstaltet ausserdem Tagungen und lädt regelmässig zum nationalen Erfahrungsaustausch ein.

Die Tischgemeinschaften

In der Regel setzt sich eine Tavolata-Gruppe aus vier bis acht Mitgliedern zusammen. Die Treffen finden regelmässig nach Absprache in öffentlichen Gemeinschaftsräumen oder privaten Wohnungen statt. Zusammen wird gekocht, gegessen und über den Alltag geplaudert. Oft entstehen aus den Tischgemeinschaften weitere Aktivitäten wie eine gemeinsame Wanderung, der Besuch einer kulturellen Veranstaltung oder ein Spiele-Nachmittag.

Engagierte Menschen, die eine Tavolata gründen möchten, erfahren an Informationsveranstaltungen mehr über das Projekt und den Ablauf. Es braucht nicht viel, um eine Gruppe zu gründen – nur eine Idee, mindestens zwei Mitglieder und Freude daran, Zeit mit anderen Menschen zu verbringen!

Die Spielregeln

Tavolata bietet eine Plattform, um mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen. Diese sieben Spielraum schaffen einen Rahmen für Tavolata:

- Jede Tischgemeinschaft organisiert sich selber und trifft sich regelmässig.
- Getroffene Vereinbarungen sind verbindlich.
- Arbeiten und Kosten werden aufgeteilt, so dass Geben und Nehmen ausgewogen sind.
- Die Mahlzeiten entsprechen einer gesunden und genussvollen Ernährung und werden nach Möglichkeit von den Gruppenmitgliedern selbst zubereitet.
- Das gemeinsame Essen ist der Kernpunkt einer Tavolata.
- Mit den Treffen werden keinerlei kommerzielle Interessen verfolgt.
- Eine Kontaktperson der Gruppe steht für Anfragen interessierter Menschen zur Verfügung und hält den Kontakt zum Tavolata-Netzwerk.

Tavolata in Zahlen

Gründung:	2010
Anzahl Tavolata in der Schweiz (Stand Mai 2018)	ca. 400, davon ca. 200 Tavolata auf www.tavolata.ch registriert.
Anzahl Kantone mit Tavolata	23
Anzahl «Tavolata-Mitglieder» bzw. Personen, die ihre Adresse hinterlegt haben	ca. 1500
Empfohlene Gruppengrösse	4-8 Personen
Häufigkeit der Treffen	Regelmässig, mind. einmal im Monat
<p>Einmal im Jahr lädt die Projektleitung zur Tavolata-Jahrestagung ein. Hier treffen sich die Mitglieder aller bestehenden Tavolata.</p> <p>Es ist eine Gelegenheit, Erfahrungen auszutauschen, Beziehungen zu pflegen, neue Kontakte zu knüpfen und sich weiterzubilden.</p> <p>Üblicherweise hält am Vormittag eine anerkannte Persönlichkeit ein Referat. Der Nachmittag ist der Vertiefung von Themen in Workshops gewidmet.</p>	Die Jahrestagung 2019 findet im Frühling 2019 statt.
Fokustreffen: Das Fokustreffen findet ein- bis zweimal jährlich statt. Eingeladen werden alle Tavolata-Kontaktpersonen. Am Treffen diskutiert die zentrale Leitung ein Thema oder eine Idee mit Vertreter/innen des Netzwerks. Auch strategische Projektziele sowie Projektänderungen werden besprochen.	1-2 Mal jährlich

Projektleitung

Dr. Robert Sempach, Gesamtleitung
Tel +41 (0)44 277 25 23 (Direktwahl)
robert.sempach@mgb.ch

Migros-Genossenschafts-Bund
Direktion Kultur und Soziales
TAVOLATA
Josefstrasse 214
Postfach
CH-8031 Zürich

E-Mail: info@tavolata.ch

Partnerorganisationen

Nationale Partner:

Forum elle
Age Stiftung
Gesundheitsförderung Schweiz
tavolata.ch/de/ueberuns/partner

Regionale Partner:

Genossenschaften Migros Aare,
Luzern und Ostschweiz
Pro Senectute AG, BE, JU/NE, SG,
TG, ZG, ZH
Suchtprävention Zürcher Unterland
Pädagogische Hochschule Zürich
tavolata.ch/de/ueberuns/partner

Das Migros-Kulturprozent ist ein freiwilliges, in den Statuten verankertes Engagement der Migros für Kultur, Gesellschaft, Bildung, Freizeit und Wirtschaft.

www.migros-kulturprozent.ch

Impressum

Herausgeberin: Migros-Genossenschafts-Bund, Direktion Kultur und Soziales
Projektleitung: Dr. Robert Sempach, Migros-Genossenschafts-Bund
Autoren: zentrales Team Tavolata, unter Mitwirkung regionaler Tavolata-Vertreter/innen