



Quelle: myschweizland.com

Olten



Stimmungsbilder aus Tavolata, dem Netzwerk des Migros-Kulturprozent für selbstorganisierte Tischgemeinschaften. Diese leisten einen wichtigen Beitrag zum gesellschaftlichen Zusammenhalt und zur Förderung der Lebensqualität im Alter.

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

www.migros-kulturprozent.ch

INFORMATIONEN

Tagungsort Stadtheater Olten AG, Frohburgstrasse 1, 4601 Olten

Anreise

ÖV: Drei Gehminuten vom Bahnhof entfernt, unmittelbar nach der Bahnhofbrücke, finden Sie auf der linken Seite das Kultur- und Tagungszentrum Stadtheater Olten.

Auto: Nebst den öffentlichen Parkplätzen an der Aare entlang besteht die Möglichkeit, das gegenüberliegende Parkhaus OL 10 zu nutzen. Der Eingang zum Parkhaus OL10 befindet sich in der Jurasstrasse.

Teilnehmer/Innen

Mitglieder von Tavolata-Tischgemeinschaften und Interessierte.

Kosten

Die Veranstaltung inkl. Mittagessen und Kaffee ist kostenlos.

Anmeldung

Bis Dienstag, 23. April 2019

via Internet

www.tavolata.ch > Veranstaltungen > Veranstaltungen > «Tavolata Jahrestagung» anwählen oder info@tavolata.ch

per Post

Benutzen Sie die beigelegte Anmeldekarte.

per Telefon

058 570 22 20 (Sekretariat Migros-Kulturprozent)



Herzliche Einladung zur Tavolata Jahrestagung

«Lebenslust»



Montag, 6. Mai 2019, 10 – 16 Uhr
im Stadtheater Olten

Konzept und
Realisation:
MIGROS
kulturprozent

EINLADUNG



Gerne laden wir Sie zur Jahrestagung nach Otten ein. Die Veranstaltung steht unter dem Thema «Lebenslust» und passt besonders gut zum Motto der über 400 Tischgemeinschaften, die in den letzten Jahren entstanden sind. Anregende Referate und inspirierende Workshops gehören zur Tradition der Tavolata-Tagung. Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt und der landesweite Austausch stärkt die Tavolata-Gemeinschaft.

Am Vormittag wird uns Cornelia Coenen-Marx aus der Region Hannover aufzeigen, wie wir unsere Zivilgesellschaft gestalten können. Ihr jüngst erschienenes Buch trägt den spannenden Titel «Noch einmal ist alles offen. Das Geschenk des Älterwerdens».

Prof. Dr. Christoph Steinbach von der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften hat die Studie «Die Wirkung von Tavolata» geleitet und ist einigen bereits ein Begriff. Er wird der Frage nachgehen: «Was brauchen sorgende Gemeinschaften?»

Das vielfältige Nachmittagsprogramm reicht wiederum von unterhaltsam bis tiefgründig. Wir freuen uns auf einen bereichernden gemeinsamen Tag in der charmanten Kleinstadt Otten.

Herzliche Grüsse

Robert Sempach
Projektleiter

Daniela Specht
Geschäftsstellenleiterin

PROGRAMM

ab 09:30 Uhr	Eintreffen und Begrüßungskaffee
10:00 Uhr	Begrüßung und Referate: «Auf ein Neues - Junge Alte gestalten Zivilgesellschaft» Cornelia Coenen-Marx, Theologin «Caring for Caring Communities: Was brauchen sorgende Gemeinschaften?» Prof. Dr. Christoph Steinbach, Direktor Departement Angewandte Psychologie ZHAW
12:00 Uhr	Mittagessen
13:45 Uhr	Nachmittagsprogramm: Workshop nach Wahl (Details siehe nachfolgend)
15:30 Uhr	So viel Gutes an diesem Tag - Wir tauschen aus.
16:00 Uhr	Ausklang bei Kaffee

Nachmittagsprogramm Details:

Geben Sie bitte Ihre Wahl an:

- **Vertiefung Referat von Cornelia Coenen-Marx.** Vertiefen Sie mit anderen Teilnehmenden das Referatsthema «Auf ein Neues - Junge Alte gestalten Zivilgesellschaft». Leitung: Cornelia Coenen-Marx
- **Erzählcafé.** Erzählen und zuhören – Ein Gewinn! Erzählen Sie sich von Ihren Glücksmomenten im Erzählcafé zum Thema: «Lebenslust – meine kleinen (und grossen) Momente des Glücks»
Leitung: Susi Semnhäuser und Rhea Braunwelder

Nachmittagsprogramm Fortsetzung:

- **Stadtführung Otter Autoren.** Erfahren Sie unterwegs mehr über bekannte Autoren wie Alex Capus, Franz Hohler und Pedro Lenz, welche eng mit der Stadt verbunden sind. Die Führung findet ohne Autoren statt.
- **Stadtführung Historische Altstadt.** Entdecken Sie unterwegs spannende Geschichten zur alten Holzbrücke, zum mittelalterlichen Stadtturm oder zum prächtigen Rathskeller, einem ehemaligen Gaststall aus dem 19. Jahrhundert.
- **Fotografieren.** Setzen Sie sich mit einfachen gestalterischen Grundlagen auseinander und lernen Sie, wie bessere Aufnahmen gelingen.
Leitung: Migros Klubschule Otten
- **Bauchtanz.** Musik, Farben, Bewegung. Tauchen Sie ein in die Welt von 1001 Nacht und probieren Sie Grundbewegungen des orientalischen Tanzes aus. Leitung: Sarah Stidwill
- **Slam Poetry.** Lernen Sie eine neue Form der Literatur kennen und probieren Sie es gleich selber aus. Leitung: Lisa Brunner
- **Chinesisch: ausprobieren oder vertiefen.** Erhalten Sie einen Einblick in die chinesische Sprache Mandarin oder vertiefen Sie Ihr Wissen vom letzten Jahr. Leitung: Su-Ling Pfäffli
- **Spielspass.** Verbringen Sie einen gemütlichen Spielernachmittag.
Leitung: Team Ludothek Otten
- **GIM - Generationen im Museum.** Entdecken Sie das Kunstmuseum Otten, lernen Sie GIM kennen und verbinden Ihre Kompetenz der Gastfreundschaft mit einem Museumsbesuch. Leitung: Yolanda Ludwig
- **Yoga.** Lernen Sie die Auswirkungen von Yoga auf Ihren Geist und Körper kennen. Leitung: Migros Klubschule Otten
- **Medientraining.** Erfahren Sie mehr über die Arbeit von Medienschaffenden und üben Sie sich im Umgang mit ihnen. Leitung: Beatrice Suter