



Die Damen der Tafelrunde

STADT BERN «La Tavolata» heisst ein Projekt, bei dem ältere Menschen zusammen kochen und essen. Diese Mittagstische sollen die Geselligkeit der Seniorinnen und Senioren fördern. Die Berner Zeitung hat sich zu einer Gruppe an den Tisch gesetzt.

Kaum hat Vreni Krähenbühl die Wohnungstür geöffnet, strömt der Bratenduft in den Gang. In Krähenbühls Wohnzimmer ist bereits eine gesellige Damenrunde beisammen und freut sich auf das Mittagessen. Wer sieht, wie die 66 bis 70 Jahre alten Frauen diskutieren, denkt nicht an eine Seniorenrunde. Geselligkeit, so beweisen die Damen, ist nicht der Jugend vorbehalten. Die sechs Frauen der «Tavolata viva Berna» treffen sich einmal im Monat zu einer Tafelrunde. Dieses Mal ist Vreni Krähenbühl an der Reihe. Und darum verschwindet sie nach dem Anstossen schnell wieder in die Küche.

Auch im Alter kann man gemeinsam essen, diskutieren und eine gute Zeit verbringen. Darum geht es den sechs Berner Frauen bei ihrem Mittagstisch. Das Projekt «Tavolata» wurde im Jahr 2010 vom Migros-Kulturprozent ins Leben gerufen. Bei den Tischrunden kochen und essen ältere Menschen gemeinsam. Dies kann zu Hause oder in einem öffentlichen Lokal sein. 75 solche Gruppen gibt es in der Schweiz – in der Region Bern sind es sieben.

Viele Alleinstehende hätten im Alter oft Mühe, für sich alleine zu kochen, sagen die Frauen. Essen ist für viele von ihnen gleichbedeutend mit Beisammensein.

Fehlt das Gegenüber, lässt man das Kochen bleiben oder isst vor dem Fernseher. Die «Tavolata» bietet darum die Gelegenheit, ab und zu in Gemeinschaft etwas Gesundes zu essen. Dass sie selber mal vereinsamen könnten, darüber machen sich die sechs Frauen im Berner Breitenrainquartier aber kaum Sorgen. Gefährdet seien eher jene Rentnerinnen und Rentner, die zu Hause bleiben und sich keiner Runde anschliessen würden.

«Mmmh, köstlich»

Auf dem Tisch steht ein Gesteck frischer Tulpen. Die Gastgeberin hat sich ins Zeug gelegt. Nach der Wärend der drei bis vier Stunden Mittagstisch ist Vreni Krähenbühls Partner ausser Haus.

Vorspeise, einem Frühlingssalat, kommt der Braten auf den Tisch. «Mmmh, köstlich», loben die Frauen das Mahl. «Ich habe den Schweinehals in Milch eingelegt und nur mit Salz mariniert», sagt Vreni Krähenbühl. Für ihr kreatives Rezept erntet sie bewundernde Blicke.

Einen Konkurrenzkampf um die spektakulärsten Gerichte führen die Frauen aber nicht. Sie wollen sich nicht gegenseitig mit Menüs übertrumpfen. «Mein Partner hat mir geholfen, einen passenden Wein zu finden», sagt die Gastgeberin. Während der drei bis vier Stunden Mittagstisch ist Vreni Krähenbühls Partner aber ausser Haus. Dass nur

Frauen am Tisch Platz genommen haben, ist beabsichtigt. Männer sind nur zweimal im «Bei der «Tavolata viva Berna» gibt es keine Tabus, jedes Thema wird offen angesprochen.»

Die Teilnehmerinnen

Jahr zugelassen, nämlich dann, wenn die lustige Gruppe ihren privaten Kreis öffnet. Die Damen fürchten um ihre ungezwungene Atmosphäre. Bei der «Tavolata viva Berna» gebe es nämlich keine Tabus, jedes Thema werde offen angesprochen. Wenn Männer am Tisch sitzen würden, könnte sich dies ändern, denken sie.

Vielseitig interessiert

Das Dessert, Früchte und Beeren mit Pannacotta, ist gegessen. Die Damen haben ihre Agenden hervorgeholt. In einem Monat werden sie sich erneut zum Essen treffen.

Im Verlauf des Dinners ist vieles diskutiert und besprochen worden: «Nachhaltiger Fischfang, saisongerechtes Einkaufen oder Alterswohnungen.» Die Frauen sind vielseitig interessiert. Nur über Männer sprachen die Damen kaum. Vielleicht lag es daran, dass ein Mann anwesend war. Höchste Zeit also, dass der Journalist sich von der Tafelrunde verabschiedet. Tobias Marti

«Tavolata»-Informationsanlass,

Mi, 5. Juni, 14–15.30 Uhr, Migros-Klubschule Bern, Bahnhof, Parkterrasse 14/16, 3012 Bern.

Datum: 11.05.2013

BZ BERNER ZEITUNG

Ausgabe Stadt+Region Bern

Berner Zeitung AG
3001 Bern
031/ 330 33 33
www.bernerzeitung.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 52'746
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich



Themen-Nr.: 800.12
Abo-Nr.: 1084696
Seite: 5
Fläche: 41'446 mm²



Gemeinsamer Mittagstisch: Elisabeth Marbach, Bernadette Hunkeler, Zita Stahel, Vreni Krähenbühl, Erika Schulthess, Ruth Sasdi (von links). *Tanja Buchser*