

NEWSLETTER NOVEMBRE 2018

Chers membres et lecteurs intéressés à Tavolata

Kamlesh, notre professeur indien de yoga pour seniors, était venu en Suisse dans les années soixante pour effectuer un stage et il y est resté. Particulièrement actif, il ne savait pas ce qu'était la retraite et a enseigné le yoga jusqu'à son récent décès. Pour la communauté qui s'était créée autour de lui, continuer à se rencontrer, à boire une tasse de thé ensemble ou encore à fêter les anniversaires a été très important.

En lisant le portrait de Kamlesh dans le livre „Altern in der Fremde“ (Vieillir à l'étranger), je me suis demandée à quoi ressemblait la vie d'une migrante âgée en Suisse. Pourquoi ne pas inviter des personnes originaires d'Italie, du Kosovo ou du Sri Lanka à participer à votre table d'hôtes? Je vous souhaite de chaleureuses rencontres et d'intéressantes découvertes culinaires.

Pia Wälti, Fondation Dialogue intergénérationnel
Conseillère auprès de Tavolata



Une amitié particulière grâce à Tavolata?



Outre les tables communes locales, le réseau Tavolata permet un échange au niveau national et offre un cadre idéal pour lier de précieuses amitiés. Pour une publication, nous cherchons l'histoire de la plus belle amitié ou relation qui a vu le jour grâce à Tavolata. Nous vous remercions d'ores et déjà de bien vouloir partager votre histoire avec nous.

Tavolata sur facebook

Depuis septembre 2018, vous retrouvez les dernières informations, invitations et impressions en images et textes sur notre profil Facebook. Pour atteindre un maximum de personnes et faire connaître Tavolata, nous avons besoin de votre soutien:

-> Merci d'aimer notre page Facebook, de partager la page et les publications actuelles avec vos amis et éventuellement de poster vous-même quelque chose.

Si vous avez des questions à ce propos, nous y répondrons volontiers.
N'hésitez pas à nous contacter! Nous nous réjouissons de cette nouvelle expérience et en espérons des retours positifs.

Conception et
réalisation

MIGROS
pour-cent culturel

EPFZ: recherche sur la force musculaire



L'École Polytechnique Fédérale de Zurich (EPFZ) et le Centre neurologique de la Suisse italienne (NSI-EOC) ont débuté une coopération médicale et scientifique importante dans le domaine de la gériatrie. Au cœur du projet se trouve la recherche sur la sarcopénie, un syndrome caractérisé par la détérioration progressive des muscles et de la force musculaire, qui apparaît souvent avec l'avance de l'âge. À travers le monde, cette maladie touche une personne sur cinq de plus de 65 ans et même deux personnes sur trois de plus de 80 ans.

Dans le cadre de cette nouvelle coopération, les volontaires bénéficient d'un dépistage gratuit d'éventuels signes de sarcopénie.

L'étude scientifique est menée par Federico Gennaro, doctorant au Département Sciences de la santé et technologie de l'EPFZ. Si vous désirez avoir davantage d'informations sur la sarcopénie, l'étude scientifique ou de futurs projets menés en Suisse dans divers domaines, vous pouvez vous adresser directement à M. Federico Gennaro. Tel: 044 6339105 / 076 704 43 44.

E-mail: federico.gennaro@hest.ethz.ch.

Des histoires tirées de la vraie vie

Pourquoi ne pas conjuguer votre prochaine Tavolata avec un café récits? Ce format offre l'espace pour se raconter mutuellement des histoires tirées de sa propre vie. Chaque participante et participant peut y contribuer librement ou tout simplement écouter les récits des autres. Les membres d'une Tavolata se découvrent ainsi sous un autre jour. Si nous avons éveillé votre curiosité et que vous désirez avoir davantage

d'informations ou des sources d'inspiration, rendez-vous donc sur

www.netzwerk-erzählcafé.ch. Nous vous mettons volontiers en contact avec des animateurs de votre région et proposons des formations pour les membres de Tavolata intéressés par l'animation de cafés récits.



Perspectives



Le prochain échange national se déroulera dans le cadre de la Réunion de focus du 14 décembre. Suivra ensuite notre Forum annuel qui se tiendra le 6 mai 2019 au théâtre d'Olten. Le programme vous sera communiqué sous peu.

Nous vous souhaitons de bons moments et des rencontres enrichissantes.

Beaucoup de salutations
Votre équipe Tavolata

