



Tavolata

Cucinare, mangiare e
gustare insieme



MIGROS
Percento culturale

Parte integrante dell'impegno sociale
del Gruppo Migros:
migros-engagement.ch



TAVOLATA
UN PIACEVOLE MOMENTO DI INCONTRO.

Cos'è Tavolata?

Movimenta la tua quotidianità!

Una Tavolata nasce dall'incontro di alcune persone che condividono il desiderio di cucinare insieme e gustare il cibo in compagnia. Un concetto che viene dall'Italia, dove ritrovarsi attorno a una tavola imbandita è una pratica molto diffusa. Ogni Tavolata si organizza in modo indipendente e tutti i membri contribuiscono alla regolarità degli incontri.

Della rete di Tavolata fanno parte già più di 400 gruppi organizzati in modo autonomo, presenti in tutta la Svizzera.

Partecipa a Tavolata!

Ti piace mangiare sano e stare in buona compagnia, intrattenere conversazioni interessanti e cucinare insieme ad altre persone o per degli ospiti? Allora saremo lieti di segnalarti una Tavolata nella tua regione o di aiutarti a creare una tua Tavolata.

Il progetto Tavolata è stato lanciato dal Percento culturale Migros nel 2010. La rete di Tavolata fornisce un importante contributo alla coesione sociale e alla promozione della qualità di vita nella terza età.

Il Percento culturale Migros sostiene iniziative culturali e sociali, proponendo un'offerta variegata a un'ampia fascia di popolazione. Oltre ai programmi tradizionali, pone l'accento su questioni sociali di grande rilevanza per il futuro.

migros-engagement.ch/it



Tavolata in breve

Ogni Tavolata è diversa dalle altre, ma tutte si attengono a queste semplici regole:



Partecipare a una Tavolata

Sono invitate persone di qualsiasi età che amano stare in compagnia.

Sul sito www.tavolata.ch/it puoi inserire il tuo codice di avviamento postale e cercare i gruppi Tavolata della tua regione che hanno ancora posti liberi. Siamo a tua disposizione anche per fornirti contatti per partecipare a un incontro di prova e per rispondere alle tue domande. Mandala una mail all'indirizzo info@tavolata.ch, oppure spedisce il tagliando compilato.

Fondare una Tavolata e registrarla nella rete

Siamo lieti di sostenere fondatrici e fondatori, sia fornendo loro la documentazione necessaria sia tramite colloqui individuali. I rappresentanti dei gruppi ricevono regolarmente da parte nostra informazioni sugli eventi della rete e sugli incontri informativi. Contribuisci a diffondere l'idea di Tavolata e registra la tua Tavolata iscrivendoti online alla pagina www.tavolata.ch/fondare e mandando una mail all'indirizzo info@tavolata.ch, oppure utilizzando il tagliando.

Perché dovrei partecipare?



«Tavolata è la cosa più bella che mi poteva capitare!»

Un membro di Tavolata

«Mi affascina il fatto che a una Tavolata si incontrino le persone più diverse.»

Margrith Schweizer, Bürglen

«Non saprei dire qual è la parte più entusiasmante: programmare insieme l'incontro, cucinare, fare la spesa, ospitare gli altri commensali oppure sedersi come ospite a una bella tavola imbandita e gustare il cibo.»

Erna Plüss, Turgi

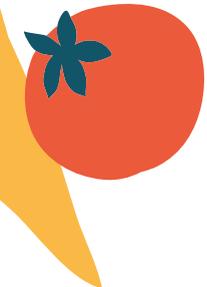


«La nostra Tavolata non finisce mai di sorprendere: c'è sempre un dare e un ricevere, sempre tanta creatività. Davvero un'iniziativa meravigliosa. E tutto questo da ben cinque anni.»

Marlise Voumard, Wettingen

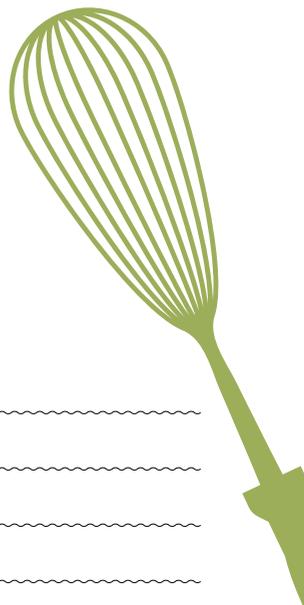


Dove trovo una Tavolata?



Tutte le informazioni sono reperibili sul sito www.tavolata.ch/it. Siamo a tua disposizione anche per rispondere personalmente alle tue domande e per aiutarti nella ricerca di una Tavolata o nella creazione di un nuovo gruppo. Scrivici una mail all'indirizzo info@tavolata.ch, oppure spedisci il tagliando compilato.

- Vorrei provare a partecipare senza impegno a una Tavolata nella mia regione.
- Vorrei aderire a una Tavolata.
- Vorrei registrare la nostra Tavolata all'interno della rete di Tavolata.
- Vorrei fondare una Tavolata e ho bisogno di supporto.



I tuoi dati di contatto

Nome, cognome: _____

Indirizzo: _____

NPA, località: _____

E-mail: _____

Numero di telefono: _____



Affrancare

Federazione delle cooperative Migros
Direzione affari culturali e sociali
TAVOLATA
Casella postale 1766
CH-8031 Zurigo