Le réseau pour des tables d'hôtes auto-organisées

TAVOLATA
FAVORISE LES CONTACTS.

Invitation à la rencontre annuelle francophone 2024

12 mars 2024, de 13 h 15 à 17 h 00, Neuchâtel

MIGROS Pour-cent culturel

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Beisheim Stiftung

Walder Stiftung
Leben und Wohnen im Alter

CORNELIUS KNÜPFFER STIFTUNG

Nous vous invitons cordialement

Chères et chers membres de Tavolata,
Chères amies et chers amis de Tavolata,

Nous vous invitons à la première édition de notre **rencontre annuelle francophone qui se déroulera le 12 mars 2024.**

Organisée dans les locaux du Muséum d'histoire naturelle de Neuchâtel, elle mettra à l'honneur la thématique de l'alimentation.

Vous pourrez profiter de la présence, de la conférence et des précieux conseils de Mme Muriel Jaquet, Consultante experte en nutrition à la Société Suisse de Nutrition.

Vous aurez aussi l'occasion de participer à des ateliers plus récréatifs, de rencontrer des membres d'autres Tavolata et de partager avec nous un moment convivial autour d'un café en fin de journée.

Inscrivez-vous dès maintenant sur **www.tavolata.ch/rencontre2024.**
Nous nous réjouissons de vous revoir bientôt!

Meilleures salutations

Elodie Follonier
Coordinatrice romande
de l'association Tavolata

Vous êtes toutes et tous bienvenu·e·s quel que soit votre canton d'origine.
La rencontre se déroulera toutefois uniquement en français.

Notre programme

Dès 13h15 **Arrivée au Muséum et accueil**

13h30 **Amuse-bouche**
Accueil par Elodie Follonier
Mot de bienvenue de la directrice Daniela Specht
Partage des résultats de l'évaluation du projet Tavolata réalisée en 2023

13h50 **Conférence «Les protéines, incontournables à tout âge!»**
Muriel Jaquet est diététicienne à la Société Suisse de Nutrition (SSN). Elle collabore à plusieurs projets de la SSN sur le thème de l'alimentation après 60 ans. Elle est convaincue que l'alimentation équilibrée et notamment un apport protéique adéquat sont des alliés pour rester en forme.

14h50 **Courte pause et répartition dans les ateliers**

15h00 **Début des ateliers**
Voir informations à la page suivante

16h00 **Café et collation au café-restaurant «Chez Max et Meuron»**
Rétrospective de l'après-midi
Remerciements
Echanges

17h00 **Clôture**

Ateliers

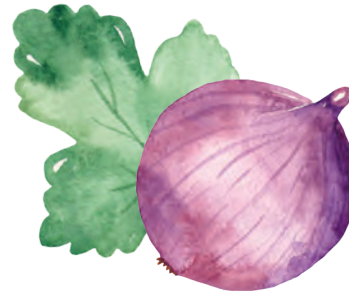
Vous pourrez participer à l'un des trois ateliers proposés en deuxième partie d'après-midi. Veuillez mentionner votre ordre de préférence lors de votre inscription sur www.tavolata.ch/rencontre2024. Les participant·e·s seront réparti·e·s dans les ateliers selon l'ordre d'arrivée des inscriptions (premiers arrivés, premiers servis!) et dans la limite des places disponibles. Les trois ateliers seront donnés en français.

1. PLATÉOSAURE, Ceci est un dinosaure
La nouvelle exposition temporaire du Muséum d'histoire naturelle de Neuchâtel met à l'honneur les platéosaures, dinosaures géants du Trias. Leurs fossiles sont caractéristiques des gisements jurassiens et pour la première fois les spécimens les plus emblématiques sont présentés. Vous aurez l'occasion de participer à une visite guidée de cette exposition qui donne à vivre «l'expérience platéosaure».

2. On est plus riche qu'on le croit
Pouvez-vous imaginer que la richesse, c'est avant tout un sentiment, indépendamment de votre porte-monnaie ou de votre compte bancaire? Dans cet atelier, vous aurez l'occasion d'entrer dans une réflexion large et créatrice au sujet de vos propres richesses – tangibles et intangibles –, d'échanger autour de cette thématique universelle et de bénéficier des conseils et de l'expertise d'Huguette McCluskey-Cavin.

3. Qu'est-ce qui fait que ma Tavolata est unique?
Cet atelier vous propose un espace d'échange d'expériences et de bonnes pratiques dans la gestion, l'organisation ou le contenu de vos Tavolata. Chacune et chacun pourra ainsi partager ses réussites et ses bons plans et certainement repartir avec de nouvelles idées à tester.

Remarque: Les ateliers 1 et 2 auront lieu dans tous les cas. L'atelier 3 n'aura lieu que si le nombre de participant·e·s est suffisant.



Informations

Lieu	Auditoire du Muséum d'histoire naturelle Rue des Terreaux 14 2000 Neuchâtel
Trajet	**À pied:** 10 minutes depuis la gare **TP:** bus n° 106, 107 ou 109 de «Neuchâtel, gare (Nord)» à «Neuchâtel, Terreaux Muséum» **Parking:** places publiques et parkings à proximité **Accessibilité:** le Muséum est aisément accessible pour les personnes à mobilité réduite.
Coûts	La manifestation, restauration incluse, est gratuite.
Inscription	Jusqu'au 1er mars 2024 sur www.tavolata.ch/rencontre2024 ou par téléphone (Elodie Follonier, 021 544 15 33). Le nombre de places est limité.
Contact	Pour toute question, veuillez vous adresser à Elodie Follonier, coordinatrice romande de l'association Tavolata, 021 544 15 33, romandie@tavolata.ch.

Inscrivez-vous dès maintenant à la newsletter pour ne rien manquer! www.tavolata.ch/fr/newsletter