

Das Netzwerk für selbstorganisierte
Tischgemeinschaften



Einladung zur Tavolata-Tagung 2024



Montag,
3. Juni 2024,
10.00 – 16.30 Uhr,
Solothurn

Der Verein Tavolata wird unterstützt von:



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Beisheim Stiftung

**Walder
Stiftung**

Leben
und Wohnen
im Alter



CORNELIUS KNÜPFER
STIFTUNG

Sie sind herzlich eingeladen

Liebes Tavolata-Mitglied

Liebe Freund*innen von Tavolata

Herzlich laden wir Sie zur **Tavolata-Tagung am Montag, 3. Juni 2024**, ein. Wir treffen uns im Landhaus im hübschen Städtchen Solothurn und widmen uns dem Thema «Abschied und Neubeginn».

Es betrifft uns alle immer wieder – auch in unseren Tischgemeinschaften. Die Schweizer Bestsellerautorin Blanca Imboden und Thomas Giuliani von der Hospizgruppe Solothurn nehmen uns am Morgen auf ihre persönlichen Reisen mit und regen mit ihren Erfahrungen an, dem Thema offen zu begegnen.

Der gesellige Austausch und das Ausprobieren von Neuem kommt nicht zu kurz: Stöbern Sie sich gleich durchs Programm und melden sich für die Tagung und einen Workshop an: www.tavolata.ch/tagung2024 oder per Telefon (Daniela Specht, 076 319 96 96).

Herzliche Grüsse



Daniela Specht

Geschäftsführerin des Vereins Tavolata



Unser Programm

- Ab 9.30 Uhr** **Kaffee & Gipfeli stehen bereit**
- 10.00 Uhr** **Beginn der Tavolata-Tagung**
Begrüssung durch Robert Sempach, Präsident Verein Tavolata,
und Daniela Specht, Geschäftsführerin.
- 10.15 Uhr** **Abschied und Neubeginn**
Blanca Imboden verlor nach 35 gemeinsamen Jahren plötzlich ihren
Lebenspartner. Abschied und Neubeginn wurden zwangsläufig
ihre Themen. Ihre Bücher RIGI und DIE LÖFFELLISTE berichten von
ihrer Auseinandersetzung damit. Die Schweizer Bestsellerautorin
erzählt, liest und tauscht sich mit dem Publikum aus. Ihr neuer
Lebenspartner, der auch seine Frau verloren hat, bereichert das
Referat mit Flötenmusik.
- 11.45 Uhr** **Im Sterben und Trauern begleiten**
Thomas Giuliani von der Hospizgruppe Solothurn inspiriert
uns mit seinen Erfahrungen. Er erzählt, wie wir als
einzelne Menschen und als Tischgemeinschaft den Abschied
und Neubeginn gestalten können.
- 12.15 Uhr** **Mittagessen und viel Zeit zum Plaudern**
Besuchen Sie zwischendurch den Bücher- und Infotisch
der Referierenden und des Vereins Tavolata.
- 14.00 Uhr** **Wir versammeln uns bei den Workshop-Treffpunkten**
- 14.15 Uhr** **Start der Workshops**
- 15.50 Uhr** **Tagesrückblick im Saal**
- 16.00 Uhr** **Ausklang beim Apéro**
- 16.30 Uhr** **Wir machen uns auf den Heimweg**

Moderation: Silvia Nigg (Vorstandsmitglied) und Daniela Specht

Workshops

**Sie können 1 Workshop besuchen.
Bitte geben Sie bei der Anmeldung
auf www.tavolata.ch/tagung2024
den gewünschten Workshop an.**

Hinweis: Bei weniger als vier Teilnehmenden müssen wir den Workshop absagen. Die Teilnehmenden können an einem anderen Workshop teilnehmen.

1. Und ich? Spielerische Vertiefung zur eigenen Endlichkeit

Aufgewärmt vom Vormittag erkunden wir unsere persönlichen Werte und Wünsche. Wir spielen mit den schönen Illustrationen des RUND UM Kartensets zum Thema. Einfühlsam und heiter widmen wir uns gemeinsam mit Pia Wälti den grossen Fragen, kompetenten Antworten und dem, was dazwischen liegt.

2. Kabinett für sentimentale Trivilliteratur

Mögen Sie Literatur? Solothurn beherbergt ein «Kabinett für sentimentale Trivilliteratur». Das Museum zeigt einen Querschnitt der Frauenliteratur von der französischen Revolution bis zur Mitte des 20. Jahrhunderts.

3. Lieben Sie Spiele?

Für alle, die Gesellschaftsspiele lieben oder sich fragen, was heute eigentlich so gespielt wird. Fabienne Guggisberg vom «Spielhimmel» in Solothurn bringt alte (bewährte) und neue (überraschende) Spiele mit.

4. Altstadtführung durch Solothurn

Wer gern mehr vom pittoresken Städtchen an der Aare sehen möchte, erfährt auf dem Spaziergang durch die Gassen allerlei Anekdoten. Wissen Sie zum Beispiel, was den Verführer Casanova in Solothurn so magisch angezogen hat?



5. Bauchtanz

Statt sich die Beine zu vertreten, kann man auch die Hüften schwingen: Sarah Stidwill ist leidenschaftliche Bauchtänzerin und gibt einen Einblick in diese ganzheitliche Bewegungsform.

6. Kreative Veränderungen mit NeuroGraphik®

Machen Sie mit Stift, Farbe und der Methode der NeuroGraphik® ein negatives Gefühl, das Sie belastet, zeichnerisch leichter. Barbara Hoch, Trainerin und Coach, führt in diesem Crash-Kurs in die Methode ein.

7. Historische Apotheke im Alten Spital

Das Alte Spital in Solothurn wurde ab 1788 über 200 Jahre lang von Spitalschwestern geführt. Wir führen Sie ins Herz, die Apotheke, wo Sie so manches Wunder erleben.

8. Einrichten mit Feng Shui

Bringen Sie eine einfache Skizze des Grundrisses Ihrer Wohnung mit. Mit Rita Scheidegger überprüfen Sie, ob die Wohnungseinrichtung der Philosophie Feng Shui entspricht. Manchmal kann man das Bett oder einen Tisch umstellen, um Blockaden zu lösen und Energien zum Fließen zu bringen.



Informationen

- Ort** Landhaus Solothurn
Landhausquai 4
4500 Solothurn
- Anreise** **ÖV:** 8 Minuten zu Fuss ab Hauptbahnhof Solothurn, über die Kreuzackerbrücke, oder mit dem Bus ab Hauptbahnhof, Kante C, bis Haltestelle «Postplatz». Von dort sind es 200 Meter zu Fuss.
Parkplätze: Das Landhaus liegt in der autofreien Zone.
Barrierefreiheit: Das Landhaus ist bedingt rollstuhlgängig. Bitte nehmen Sie mit uns nach Bedarf Kontakt auf.
- Kosten** Die Veranstaltung inkl. Verpflegung ist kostenlos.
- Anmeldung** Bis 24. Mai 2024 auf www.tavolata.ch/tagung2024 oder per Telefon (Daniela Specht, 076 319 96 96). Die Platzzahl ist beschränkt.
- Kontakt** Für Rückfragen wenden Sie sich gerne an Daniela Specht, Geschäftsführerin Verein Tavolata, per Telefon 076 319 96 96 oder E-Mail info@tavolata.ch.



Jetzt zum
Newsletter anmelden
und nichts verpassen!
[www.tavolata.ch
/newsletter](http://www.tavolata.ch/newsletter)