

Verein Tivolata

Jahresbericht 2025



Tivolata: Für einander kochen, miteinander essen und genießen
(Foto einer Veranstaltung mit dem Grill-Velo in Wallisellen: Nicolas Zonvi)

Uesslingen, im Februar 2026

Editorial

Der Verein Tavolata blickt auf sein drittes erfolgreiches Vereinsjahr 2025 zurück. Dank den Aktivitäten der Geschäftsstelle sind zahlreiche neue Tavolata-Gruppen in allen Landesteilen entstanden. Da sich altersbedingt oder aufgrund veränderter Lebensumstände einige Gruppen aufgelöst haben, ist die Netzwerkgrösse der registrierten Tavolata-Gruppen insgesamt allerdings stabil geblieben.

Auch dieses Jahr wurden die bewährten Begegnungsangebote vor Ort durchgeführt, die das Netzwerk über die lokalen Gruppentreffen hinaus attraktiv machen. Dabei wurde die sprachregionale Vernetzung ins Zentrum gerückt. Nebst Informationsveranstaltungen und Einführungskursen waren die sprachregional durchgeführten Tagungen die Höhepunkte des Jahres. Neu wurden auch zwei regionale Treffen in kleinerem Rahmen durchgeführt. Diese verschiedenen Angebote mit inspirierenden und anregenden Diskussionen fanden eine gute Resonanz bei den zahlreichen Teilnehmenden. Ergänzt wurden diese Gefässe mit der Möglichkeit, sich online im Kochkurs der «Silber Tavolata» zu treffen.

In mehreren dieser Gefässe und besonders an der Tavolata-Ratsversammlung in der Deutschschweiz stand das Schwerpunktthema «Ein gutes Miteinander gestalten – auch wenn die körperlichen oder geistigen Kräfte abnehmen» im Fokus. In einem offenen und konstruktiven Austausch wurden im Tavolata-Rat die Inhalte einer neu erarbeiteten Broschüre diskutiert. Die wertvollen Rückmeldungen der aktiven Tavolata-Mitglieder fliessen nun, zusammen mit Anregungen von Fachpersonen, in die Finalisierung der Broschüre ein.

Als identitätsbildendes Kommunikationsmittel wurde auch im Jahr 2025 der Newsletter regelmässig versandt, mit Informationen und Inspirationen. Zudem wurde eine papierene Weihnachtskarte an alle Mitglieder des Netzwerks verschickt. Damit bedankte sich die Geschäftsstelle und der Vereinsvorstand für das rege Engagement der Tavolata-Mitglieder in ihren lokalen Tischgemeinschaften.

Im Vereinsvorstand stand die strategische Ausrichtung des Netzwerks im Vordergrund. Zu diesem Zweck wurde zusätzlich zu den regulären Vorstandssitzungen eine ganztägige Zukunftswerkstatt mit den Vorstandsmitgliedern und den Mitgliedern der Geschäftsstelle durchgeführt. Die erarbeiteten Inhalte dienen der strategischen Weiterentwicklung ab 2026/2027. Auch mit der finanziellen Absicherung des Vereins hat sich der Vorstand intensiv auseinandergesetzt. Mit den finanziellen Trägerorganisationen fand wiederum ein reger Austausch statt. Ausserdem wurde eine systematische Analyse durchgeführt, welche zusätzlichen Partnerschaften die Finanzierung von Tavolata sichern können.

Liebe Lesende, wir freuen uns über Ihr Interesse an Tavolata und auf ein weiteres Vereinsjahr. Allen Tavolata-Gruppen, Mitarbeitenden des Vereins, des Vorstandes und der Geschäftsstelle danken wir herzlich für das Engagement.

Zürich/Uesslingen, im Februar 2026

Robert Sempach, Präsident, und Daniela Specht, Geschäftsführung

Bericht des Vorstands

Das dritte Vereinsjahr

Mit der Vereinsgründung und Überführung von Tavolata in eine eigenständige Rechtsform wurde sichergestellt, dass selbstorganisierte und institutionelle Tischrunden auch in Zukunft ein wirkungsvolles Netzwerk zur Verfügung haben.

Der Vereinsvorstand traf sich fünfmal, um sich über die Aktivitäten der Geschäftsstelle zu informieren und die strategische Weiterentwicklung von Verein und Geschäftsstelle voranzutreiben. Dabei konnte sich der Vorstand auch auf die wichtigen Impulse aus der Gesprächsrunde mit den Trägerorganisationen stützen.

Die Vereinsstruktur und die Netzwerkaktivitäten konnten im Jahr 2025 dank der Unterstützung durch das Kulturprozent der Genossenschaften Migros Luzern, Basel, Zürich, Ostschweiz und Aare sowie durch Gesundheitsförderung Schweiz, die Beisheim Stiftung, die Walder Stiftung und die Cornelius Knüpffer Stiftung weiter aufgebaut und konsolidiert werden. Dank der Unterstützung durch die Trägerorganisationen ist auch für das Jahr 2026 die finanzielle Basis des Vereins sichergestellt. Die langfristige Finanzierung des Tavolata-Angebotes bleibt jedoch weiterhin eine aufwändige und gleichzeitig zentrale Aufgabe des Vorstandes.

Die dritte Mitgliederversammlung des Vereins fand am 26. März 2025 im «Zollhaus» in Zürich statt. Udo Allgaier wurde aus dem Vorstand verabschiedet und seine Verdienste für Tavolata wurden gewürdigt. Alle übrigen Vorstandsmitglieder wurden von den 48 Stimmberechtigten kollektiv wiedergewählt. Als neues Mitglied wurde Anders Stockholm in den Vorstand gewählt. Walter Boppart hat sein Amt als Revisor niedergelegt. Seine zuverlässige und sorgfältige Überprüfung der Jahresrechnung wurde verdankt. Als Nachfolger stellte sich Renato Römer zur Verfügung. Er wurde einstimmig zum neuen Revisor gewählt. Die Jahresrechnung und das Jahresbudget wurden vorgestellt und abgenommen.

Dank dem beherzten Engagement des Vorstandes und der Geschäftsstelle hat sich die Mitgliederzahl des Vereins im Jahr 2025 erfreulich entwickelt. Ende 2025 zählt der Verein 97 Mitglieder, nämlich 72 Einzelmitgliedschaften sowie 23 Kollektivmitgliedschaften aus lokalen Tischgemeinschaften. Dazu sind nach wie vor zwei Organisationen Mitglied des Vereins (Pro Senectute Schweiz sowie LUNApplus, eine private Stiftung zur Förderung der Unabhängigkeit im Alter in der Stadt Wallisellen; die Stiftung begleitet fünf lokale Tischgemeinschaften). Umgerechnet zählt der Verein damit rund 200 Mitglieder, wenn pro Kollektivmitgliedschaft bzw. Tischgemeinschaft von mindestens vier Personen ausgegangen wird (Vergleichszahl Ende 2024 war 130 Mitglieder, also eine Steigerung von 53%).

Auch wenn eine Vereinsmitgliedschaft keine Voraussetzung ist, um eine Tavolata zu gründen und am Netzwerk zu partizipieren, sind wir stolz, dass der Verein innert kurzer Zeit eine beachtliche Unterstützung durch zahlreiche Mitgliedschaften geniesst. Dies zeigt, dass die Identifikation der lokalen Tavolata mit dem Netzwerk auch unter neuer Trägerschaft und Rechtsform aufrechterhalten werden konnte und die Mitwirkung auf strategischer Ebene auf Interesse stösst. Auch wenn die Zahl der Vereinsmitgliedschaften sich erfreulich entwickelt hat, gilt es

zu bedenken, dass der Vereinszweck darin besteht, möglichst vielen Menschen den sozialen und kulinarischen Genuss einer Tischgemeinschaft zu ermöglichen. Diese Vision ist nicht an eine kostenpflichtige Vereinsmitgliedschaft gebunden. Mit anderen Worten: Die Mitgliedschaft im Verein Tavolata bleibt für die lokalen Tischgemeinschaften, die sich im Netzwerk Tavolata registrieren, nach wie vor ein freiwilliges Zusatzengagement.

Bericht der Geschäftsstelle

Operative Schwerpunkte 2025

Bei der Umsetzung der bewährten Aktivitäten standen im Jahr 2025 wiederum die drei Schwerpunktthemen im Fokus (siehe Anträge an die Stiftungen sowie Ergebnisse der Evaluation aus dem Jahr 2023):

- 1) **Eine stärkere Regionalisierung der Angebote, insbesondere der Netzwerktreffen**, mit dem Ziel, die Identifikation der Tischgemeinschaften mit dem Netzwerk zu stärken und vermehrt mit regionalen und lokalen Partnerorganisationen zusammenzuarbeiten. Diesem Ziel konnte mit zwei erfolgreich initiierten regionalen Treffen von Mitgliedern lokaler Tavolata, organisiert durch die freiwillig engagierten regionalen Tavolata-Vertreter:innen, entsprochen werden.
- 2) **Wissensvermittlung und Impulse für eine bedürfnis-/bedarfsgerechte Gestaltung der lokalen Treffen angesichts zunehmender Fragilitäten (physisch, psychisch und kognitiv) ihrer Mitglieder im Alter**, mit dem Ziel, dass betroffene Menschen in den Tischgemeinschaften integriert bleiben können und auch die Gruppen selbst erhalten bleiben. Veranstaltungen der vergangenen und des aktuellen Jahres boten reichlich Inhalte zu dieser Thematik. Deshalb wurden diese Inhalte nun in einer Broschüre gefasst und bei Fachpersonen und im Tavolata-Rat (siehe unten) gesondert. Im Jahr 2026 wird diese schriftliche Grundlage veröffentlicht und verbreitet werden.
- 3) **Die ernährungsbezogene Sensibilisierungsarbeit weiterführen**, mit dem Ziel, auch Menschen, die wenig kochen oder dies wenig ausgewogen tun, zu erreichen. Hierzu wurden neue Online-Gefässe mobilisiert: Einerseits produzierte die Geschäftsführerin Daniela Specht (Ernährungsberaterin) kurze Videos mit Ernährungstipps und Kochrezepten; andererseits wird neu mit dem Online-Kochkursangebot der «virtuellen Silber Tavolata» von Petra Schöb («Im Alter zuhause») zusammengearbeitet, um die Freude und Fähigkeit am Kochen zu fördern.

Anzahl Tavolata Ende 2025

Per Ende 2025 waren auf der Webseite 256 Tavolata registriert: 137 Tavolata in der Deutschschweiz, 107 Tavolata in der französischsprachigen Schweiz und 23 Tavolates im Tessin. Davon wurden 39 Tavolata im Jahr 2025 neu gegründet: 10 Tavolata in der Deutschschweiz und 15 tables d'hôtes beziehungsweise 14 tables au bistrot in der Romandie.

Durch die meist altersbedingt und aufgrund veränderter Lebensumstände Auflösung einiger Tischgemeinschaften bleibt die Gesamtzahl registrierter Tivolata damit insgesamt ähnlich hoch wie Ende 2024 (insgesamt sieben Tivolata weniger als Ende 2024). Allerdings zeigen die Zahlen den beachtlichen Anteil von Tischgemeinschaften, die bereits langjährig erfolgreich und stabil miteinander unterwegs sind und sich dabei auch dem Netzwerk angeschlossen haben. Erfahrungsgemäss hat eine mindestens ebenso grosse Anzahl von Tischgemeinschaften, die beispielsweise an Informationsveranstaltungen mit dem Netzwerk in Kontakt gekommen sind, keine Registration für das Netzwerk vorgenommen. Die Gründe dafür sind meistens, dass die Gruppen nicht im Internet sichtbar sein wollen oder über ihre eigene lokale Gruppe hinaus kein Interesse an einer Netzwerkbeteiligung haben.

Tagungen 2025

Auch im Jahr 2025 wurden Tagungen sprachregional durchgeführt.

In der [Deutschschweiz](#) fand die Tagung am 3. Juni 2025 mit rund 125 Teilnehmenden im Mythenforum in Schwyz statt. Sie brachte engagierte Tivolata-Mitglieder aus verschiedenen Regionen zusammen. Der Anlass verband fachliche Impulse, praxisnahes Lernen und lebendigen Austausch in einer offenen und wertschätzenden Atmosphäre. **Fokus psychische Veränderungen im Alter.** Ein inhaltlicher Schwerpunkt lag auf dem Thema Demenz und psychische Gesundheit. Die Neurowissenschaftlerin Firuze Polat vermittelte in ihrem **Referat** eindrücklich, wie sich eine beginnende Demenz bemerkbar macht und welche emotionalen Herausforderungen damit verbunden sind – für Betroffene wie auch für deren Umfeld. Besonders wertvoll waren die konkreten Anregungen zur Prävention, zur Stärkung der eigenen psychischen Gesundheit sowie zum achtsamen Einbezug von Menschen mit Demenz in Tivolata-Runden. Aufgrund einer kurzfristigen Absage von zwei Fachpersonen von Alzheimer Schweiz vermittelte Esther Kirchhoff stellvertretend alltagsnahe Tipps für den respektvollen und verständnisvollen Umgang mit erkrankten Menschen. Der offene Dialog über dieses Thema half, Berührungängste abzubauen und Handlungssicherheit zu gewinnen. **Lernen, Erleben, Mitmachen:** Am Nachmittag boten **acht vielfältige Workshops** Raum für Vertiefung, Kreativität und Gemeinschaft. Historische Führungen, achtsames Schreiben, Bewegung, Musik, Spiel und kulturelles Brauchtum machten erlebbar, wie Teilhabe, Lebensfreude und Aktivierung auf ganz unterschiedliche Weise gefördert werden können. Die Workshops spiegelten die Vielfalt und Offenheit wider, die Tivolata auszeichnen. **Austausch auf Augenhöhe:** Das gemeinsame Mittagessen, der Bücher- und Infotisch sowie der abschliessende Apéro boten viel Zeit für persönliche Gespräche, Vernetzung und gegenseitige Inspiration. **Fazit:** Die Tivolata-Tagung 2025 setzte starke inhaltliche Akzente, vermittelte praxisnahes Wissen und stärkte das Gemeinschaftsgefühl. Sie machte Mut, sich auch anspruchsvollen Themen wie Demenz offen zu stellen – und gemeinsam Wege zu finden, wie Teilhabe, Würde und Lebensfreude bis ins hohe Alter möglich bleiben.

Le 1er juillet 2025, les [Tivolata romandes](#) se sont rencontrées à Fribourg pour la rencontre annuelle francophone. Cette rencontre s'est déroulée dans les locaux de l'Atelier, bâtiment

historique de la ville. Mme Guénola Ricard, formatrice pour le CENAC (Centre pour l'Action non-violente) et art-thérapeute, a proposé une conférence intitulée « Gestion harmonieuse des tables d'hôtes », traitant des relations humaines, une dimension fondamentale au cœur des rencontres Tavolata. L'intervenante a offert des pistes de réflexion pour gérer les tensions avec tact, respecter les besoins de chacun et chacune – convives comme hôtes – et renforcer le bien-être collectif lors des repas partagés. Les participant·e·s ont ensuite pu se retrouver autour d'ateliers thématiques. Certain·e·s ont pu profiter d'une visite guidée de l'Espace Jean Tinguely – Niki de Saint Phalle alors que d'autres ont pu bénéficier des conseils de Mme Guénola Ricard, intervenante du jour, et mettre en pratique les principes énoncés dans la conférence. Finalement, tout le monde s'est retrouvé pour un moment convivial en fin d'après-midi, poursuivant les échanges d'expériences entre tables d'hôtes. Cette deuxième rencontre en Suisse romande a visiblement été appréciée et a donné lieu à de nombreux échanges d'idées et d'expériences entre les différentes Tavolata.

Il 23 ottobre è stato organizzato [in Ticino](#) l'evento «Sono qui con te - Oltre la cura: prendersi cura di sé per continuare a prendersi cura», una collaborazione tra Tavolata, la Fondazione Svizzera per l'Autismo, l'Associazione Rete caffè narrativi, la Fondazione Oltre noi, atgabbes e la Fondazione Sasso Corbaro. L'evento è stato sostenuto dalla Repubblica e Cantone Ticino – Fondo Swisslos, Spazio SPIN Breganzona e Sala parrocchiale Breganzona – Lugano. La giornata è iniziata con un pranzo conviviale. Nel successivo caffè narrativo, i familiari curanti e altre persone interessate hanno avuto modo di raccontare, riflettere insieme e ascoltare sul tema «Dopo di noi». Il caffè narrativo è stato condotto dalla psicologa Daniela Papa-Benassi, in collaborazione con Valentina Pallucca Forte. Nel pomeriggio, l'avvocato Mattia Tonella ha fornito informazioni su questioni giuridiche legate al diritto successorio e alla rappresentanza negli interventi di cura, e Michele Corengia, direttore operativo della Fondazione Sasso Corbaro, ha riflettuto sull'etica del prendersi cura.

Tavolata-Ratsversammlung 2025

An der Tavolata-Ratsversammlung werden Kontaktpersonen lokaler Tavolata und regionale Tavolata-Vertretende zu Themen der Weiterentwicklung des Netzwerks befragt. Die siebte Deutschschweizer Ausführung fand am 7. November 2025 in Zürich mit 20 engagiert diskutierenden Menschen aus der ganzen Schweiz statt. Im Zentrum stand die Frage, **wie Tavolata-Gruppen auch bei zunehmender Fragilität von Mitgliedern ein gutes Miteinander gestalten können** – wertschätzend, realistisch und auf Augenhöhe. Ein Schwerpunkt der Versammlung war die Diskussion eines neuen Leitfadens zum Umgang mit psychisch oder körperlich beeinträchtigten Menschen in Tavolata-Gruppen. Ziel des Leitfadens ist es, Orientierung und Ermutigung zu geben, ohne einen Betreuungs- oder sozialarbeiterischen Anspruch zu formulieren. In den lebhaften Gesprächen an der Tavolata-Ratsversammlung wurde deutlich: Tavolata soll ein Ort der Gemeinschaft bleiben, der Grenzen der Anpassung anerkennt und gleichzeitig Teilhabe ermöglicht, solange dies für alle Beteiligten stimmig ist. Dabei sollen Themen wie Scham, Abschiednehmen, der Umgang mit Demenz sowie weitere belastende Lebensveränderungen (z. B. Pensionierung, Umzug, finanzielle Einbussen) angesprochen und

reflektiert werden können. Die Ratsteilnehmenden betonten jedoch, wie wichtig eine klare Sprache, Freiwilligkeit und Selbstorganisation sind. Der Leitfaden soll als Anregung – nicht als Verpflichtung verstanden werden. Die vielfältigen Rückmeldungen aus der Ratsversammlung bilden nun, zusammen mit Rückmeldungen von Fachpersonen, die Grundlage für die Überarbeitung des Leitfadens. Dieser wird einerseits als übersichtliches Faltblatt und andererseits als ausführliche Broschüre bis Frühjahr 2026 finalisiert und dann, initial über die Tavolata-Zeitung, veröffentlicht und in weiteren Gefässen verbreitet.

Das Treffen unterstrich einmal mehr die Bedeutung des Tavolata-Rats als **Mitdenk-, Resonanz- und Gestaltungsraum** für die Weiterentwicklung des Netzwerks und des Vereins.

Treffen der regionalen Tavolata-Vertreter:innen 2025

Am 13. Mai 2025 trafen sich 10 der 16 regionalen Tavolata-Vertretenden (RegTaV) in Zürich zum Austausch und zur gemeinsamen Weiterentwicklung ihrer Rolle. Im Zentrum standen der Rückblick auf die bisherigen Aktivitäten sowie die Planung regionaler Tavolata-Treffen, um Tischgemeinschaften besser zu vernetzen und sichtbar zu machen. **Rückblick: Erfahrungen ihrer Tätigkeiten bündeln und Hürden erkennen:** Besonders erfreulich war die Informationsveranstaltung in Basel mit rund 50 Teilnehmenden, die dank breiter Kommunikation eine aussergewöhnlich hohe Resonanz erzielte. In der gemeinsamen Reflexion wurde allerdings deutlich, wie wichtig persönliches Nachfassen nach solchen Informationsveranstaltungen ist, um interessierte Menschen bei der Gründung neuer Tavolata zu unterstützen oder in bestehende Gruppen zu vermitteln. Dieses Nachfassen ist idealerweise ein Mix aus E-Mail und Telefonkontakt. Gleichzeitig wurden **Herausforderungen** offen benannt: fehlende Vorstellungskraft darüber, wie Tavolata langfristig funktionieren kann, zeitliche Belastungen – etwa durch Kinderbetreuung – sowie Unsicherheiten bei der Organisation inklusiver Tischgemeinschaften. Der Austausch am RegTaV-Treffen zeigte auf, wie niederschwellige Formate und einfache Rahmenbedingungen hier entlastend wirken können. **Regionale Treffen als Herzstück der Vernetzung:** Ein zentraler Schwerpunkt des Treffens war die Planung regionaler Tavolata-Treffen. Diese sollen:

- Wertschätzung für das freiwillige Engagement in der lokalen Tavolata ausdrücken,
- neue Impulse und Ideen ermöglichen,
- den Austausch zwischen Tischgemeinschaften fördern und
- die Rolle der RegTaV als Ansprechpersonen stärken.

In einem partizipativen Prozess wurden konkrete Ideen gesammelt – von Restaurantbesuchen über Treffen im Freien bis zu thematischen Austauschformaten. Besonders wichtig war dabei die Flexibilität der Formate und die Offenheit, auch Gruppen einzubeziehen, die dem Netzwerk, nicht jedoch dem Verein angeschlossen sind. Zum Abschluss wurden «Nägel mit Köpfen» gemacht: In verschiedenen Regionen engagierten sich die RegTaV intensiv in der Vorbereitung und übernahmen die Verantwortung für die Organisation und Durchführung der Treffen; die Geschäftsstelle unterstützte mit Know-how, Unterlagen und Koordination. So konnten

im Herbst 2025 in der Ost- und der Zentralschweiz bereits erste Treffen durchgeführt werden. **Fazit:** Das Treffen der Regionalen Tavolata-Vertretenden zeigte eindrücklich, wie wichtig lokale Verankerung, persönliche Vernetzung und gemeinsames Lernen für den Erfolg von Tavolata sind. Mit viel Engagement und konkreten Schritten wurden die Weichen gestellt, um Tavolata regional weiter zu stärken und neue Menschen für das gemeinsame Essen und Begegnen zu gewinnen.

Schwerpunkt Ernährung

Das ehemalige Format Amuse-bouche wurde im Jahr 2025 durch die **Online-Kochkurse «Virtuelle Silber Tavolata»** von Petra Schöb («Im Alter zuhause») ersetzt (<https://www.silbertavolata.ch/onlinekochkurse2026>). Petra Schöb kochte mit den Teilnehmenden übers Internet ausgewogene Dreigang-Menüs. Zudem produzierte Daniela Specht, Ernährungsberaterin und Geschäftsführerin von Tavolata, **kurze Videos mit Ernährungstipps und Kochrezepten**. Beide Formate wurden über die Tavolata-Website, den Newsletter und das Migros-Magazin beworben.

In der **Februar-Ausgabe von SozialAktuell** wurde die Bedeutung des gemeinsamen Essens als Schlüssel für Gesundheit und Wohlbefinden, soziale Teilhabe und weniger Einsamkeit im Alter vorgestellt (<https://avenirsocial.ch/journal/ernaehrung/>). Hauptbotschaft: Das Projekt «Tavolata» bietet ein einfaches Rezept, das die Freude am Essen und an der Gemeinschaft fördert.

Kommunikation und Medien

Im Jahr 2025 schrieb der Verein Tavolata die Veranstaltungen auf www.tavolata.ch aus und wies auf Aktuelles aus dem Verein, interessante Veranstaltungen oder Rezepte aus der Community hin.

Die Website (www.tavolata.ch) wurde im Zeitraum 1. Januar bis 31. Dezember 2025 von 11'909 Nutzer:innen rund 173'266-mal aufgerufen. Davon waren 1'642 wiederkehrende Nutzer:innen. Sie verweilten durchschnittlich 1 Minute 32 Sekunden auf der Website (Zahlen: Google Analytics, 2025).

Neu hat Daniela Specht kurze Videos mit Ernährungstipps und Kochrezepten gedreht. Diese wurden über die Website und den Newsletter kommuniziert. Ausserdem wurde die Agenda vereinheitlicht, sodass keine Übersetzungen der Veranstaltungen mehr nötig sind.

Im Jahr 2025 wurden 4 Newsletter an 850 aktive Abonnent:innen versendet. Die durchschnittliche Öffnungsrate der Newsletter lag bei rund 52%, was zeigt, dass der Newsletter von der Community gelesen und geschätzt wird.

Der Flyer wurde im Geschäftsjahr in allen Sprachen aktualisiert und rege an Veranstaltungen verteilt. Für die regionalen Informationsveranstaltungen wurden digitale und gedruckte Flyer produziert, die lokal aufgelegt wurden.

Die Tavolata-Zeitung «Bon Appétit!», die eigentlich für den Herbst 2025 geplant war, konnte aus Kapazitätsgründen noch nicht umgesetzt werden. Sie wird im Frühjahr 2026 erscheinen.

Die Medienarbeit fokussierte sich im Jahr 2025 auf die Migros-Medien in den Regionen, in denen Infoveranstaltungen stattfanden (Veranstaltungshinweise):

- Einmal im Monat Gast sein (Migros-Magazin Basel Nr. 34/2025, Seite 31)
- Gemeinsam zu Tisch (Migros-Magazin Basel Nr. 9/2025, Seite 41)

Auch in Fachmedien war Tavolata präsent:

- Gemeinsam mit Gesundheitsförderung Schweiz wurde ein Artikel erarbeitet, der in der Ausgabe Februar 2025 des Magazins «SozialAktuell» erschien: «Gemeinsames Essen – Schlüssel zu Gesundheit im Alter» (<https://avenirsocial.ch/journal/ernaehrung/>; Seiten 22f.)
- Wir freuen uns sehr, dass Tavolata im Nationalen Gesundheitsbericht des Schweizerischen Gesundheitsobservatoriums, Ausgabe 2025, zum Thema Psychische Gesundheit, erwähnt wird als «Intervention guter Praxis für die Förderung der sozialen Unterstützung und Teilhabe für und mit älteren Menschen» (Seite 350f.).

Sprachregionale Aktivitäten des Netzwerks

Italienische Schweiz

Nel 2025 sono attive 23 Tavolate in Svizzera italiana. Le Tavolate istituzionali si confermano la maggioranza: sono 12 e sono organizzate da diverse istituzioni sul territorio. In particolare: ABAD – Assistenza e cure a domicilio del bellinzonese, tramite la figura della “custode sociale”; Pro Senectute all’interno di Portinerie di Quartiere; ATTE – Associazione ticinese terza età con il progetto “Regione solidale”; SOS Ticino.

Si sono tenuti i seguenti eventi informativi sul formato “Tavolata”:

- 05.05.25: Presentazione di Tavolata presso la nuova portineria di Quartiere “Al Tambur” di Tremona, Pro Senectute.
- 15.09.25: Presentazione di Tavolata presso la nuova portineria di Quartiere “La dispensa” di Rancate, Pro Senectute.

A ciascun incontro hanno preso parte 10-12 partecipanti. In entrambi i casi le presentazioni del progetto hanno suscitato interesse nei partecipanti, che si sono detti interessati a proporre delle Tavolate regolari in entrambi le Portinerie di quartiere.

Oltre all'evento «Sono qui con te - Oltre la cura: prendersi cura di sé per continuare a prendersi cura » (vedi sopra, sezione “Tagungen 2025”), il 28.11.25 si è tenuto l'evento «Comunità che imparano - La collettività come luogo in cui si impara! Ma chi insegna?». Questo incontro annuale di Caring Communities, Rete caffè narrativi e Tavolata con gli studenti della SUPSI in lavoro sociale si è tenuto presso l'Auditorium Suglio Business Center, Manno.

Anche se nel 2025 non sono state fondate delle nuove Tavolate in Svizzera italiana, il progetto si è evoluto positivamente, proponendo Tavolate particolari e arricchenti per i partecipanti.

Da segnalare la Tavolata dello Spazio Insieme di Bedano, che ha iniziato a proporre Tavolate intergenerazionali al mercoledì (adulti e bambini) con un risultato molto positivo. Le famiglie sono il target anche delle Tavolate “Domeniche in famiglia” alla Cascina di Sorengo, che propongono inoltre attività e giochi per tutti.

La Tavolata dello SPIN – Spazio insieme Breganzona promossa dal Gruppo Volontari del Quartiere di Breganzona, in collaborazione con la Fondazione Oltre noi, vuole incentivare momenti conviviali tra persone e familiari di persone con neurodivergenze.

La Tavolata dello Spazio Kosmos di Lugano, attraverso l’associazione Ergo Art Lab organizza serate culturali con degustazioni multietniche aperte a tutti, con il positivo effetto di praticare la lingua italiana per i/le partecipanti con passato migratorio. Anche la Tavolata di SOS Ticino presso la Cascina di Sorengo ha l’obiettivo di unire le persone per cucinare insieme e trascorrere piacevoli serate in compagnia, tra residenti e migranti.

Il bilancio dell’anno 2025 è positivo: ogni Tavolata ha le sue peculiarità e il suo target, ma tutte le Tavolate hanno l’obiettivo, raggiunto, di favorire momenti di incontro e condivisione, incentivando la partecipazione attiva della comunità grazie al suo essere a bassa soglia.

Französische Schweiz

Au cours de l’année écoulée, 15 nouvelles Tavolata et 14 nouvelles tables au bistrot ont été créées en Suisse romande, réparties dans les régions de Fribourg, Vaud et de l’Arc Jurassien. À la fin de l’année 2025, même si plusieurs Tavolata ont fermé leurs portes ou décidé de faire une pause (principales raisons = maladies ou surcharge), le canton de Vaud compte une première table d’hôtes, la région de l’Arc Jurassien compte 37 tables d’hôtes, tandis que la région fribourgeoise compte 36 tables d’hôtes ainsi que 34 tables au bistrot. La collaboration avec le partenaire Pro Senectute dans ces deux dernières régions a été très agréable et fructueuse. Celle-ci a ainsi constitué un facteur de succès important pour perpétuer l’ancrage régional, communiquer sur le concept et le projet Tavolata et maintenir une proximité avec les membres des tables d’hôtes. En 2025, Pro Senectute Fribourg a continué à mettre de l’énergie dans le développement d’un réseau régional pour aider à développer des tables au bistrot dotées de bénévoles qui visitent les tables par région afin d’animer les rencontres.

Nous sommes satisfaits qu’une première table ait pu démarrer dans le canton de Vaud. Dans ce canton, tout comme à Genève et en Valais, quelques personnes se sont montrées intéressées à participer à ou à fonder une Tavolata. Toutefois, malgré différents entretiens téléphoniques et séances d’informations ces personnes n’ont pas (encore) donné suite. Le fait que le réseau Tavolata ne soit pas implanté dans ces régions peut expliquer une difficulté à se lancer pour ces mêmes personnes. Rappelons à ce stade les **obstacles stratégiques** toujours présents dans ces trois cantons, ne permettant pas une diffusion de Tavolata aussi fructueuse qu’ailleurs. Premièrement, le canton de Vaud dispose déjà d’un concept de tables d’hôtes géré

par Pro Senectute, partenaire qui ne souhaite toujours pas de collaboration avec Tavolata. Citons également Genève où une collaboration avec le canton semble toujours difficile malgré des relances ponctuelles. En Valais, l'implantation de Tavolata n'a toujours pas démarré mais la situation s'améliore. En 2024, nous avons pu évacuer les difficultés posées par GastroValais. En 2025, nous avons pu évacuer les difficultés posées par les réglementations très strictes : une autorisation a été obtenue du canton afin que nous puissions faire démarrer le projet. Toutefois, en parallèle, Pro Senectute (qui ne souhaite pas s'associer à Tavolata) semble avoir fait démarrer des tables conviviales avec un principe similaire à Tavolata et certaines personnes nous ayant contactées pour recevoir des conseils se sont finalement désistées, souhaitant rejoindre « une organisation plus connue, Pro Senectute ». Un travail de communication reste à poursuivre en 2026 afin de faire davantage connaître Tavolata et pouvoir démarrer concrètement des tables valaisannes.

Finalement, **l'événement principal de 2025** pour la Romandie a été la deuxième édition d'une rencontre annuelle romande permettant aux tables d'hôtes de se retrouver à proximité de leur zone géographique et de rencontrer d'autres personnes de contact. Le 1er juillet 2025, une vingtaine de personnes se sont ainsi retrouvées à Fribourg avec pour thématique centrale une gestion harmonieuse des tables d'hôtes. Les participant·e·s ont relevé l'importance d'une rencontre en présentiel permettant de faire la connaissance d'autres tables et de partager différents conseils et expériences liées aux Tavolata. Relevons enfin que la date n'était peut-être pas optimale, la chaleur ayant posé quelques difficultés à certaines personnes au cours de la journée.

Deutschschweiz

In der Deutschschweiz konnte das Netzwerk Tavolata im Jahr 2025 an diversen Informationsveranstaltungen oder im Rahmen von Vorträgen vorgestellt werden. Dies waren die Anlässe:

- am 25. März eine Informationsveranstaltung in Münchenstein (48 Teilnehmende)
- am 23. April eine Informationsveranstaltung in der saw in Zürich (12 Teilnehmende)
- am 14. Mai eine Informationsveranstaltung beim Forum Elle, Sektion Zürich (25 Teilnehmende)
- Ein Vortrag zum Thema «Gesund geniessen» inkl. Tavolata-Präsentation fand am 4. Juni am Altersnachmittag in Oberglatt statt (22 Teilnehmende)
- «Gesund geniessen mit Tavolata-Input» an der Tagung psychische Gesundheit im Alter in Reiden am 28. Juni (25 Teilnehmende)
- am 13. August eine Informationsveranstaltung mit Pro Senectute in Herisau (8 Teilnehmende)
- am 2. September eine Informationsveranstaltung in Volketswil (12 Teilnehmende)
- am 11. September eine Informationsveranstaltung online, via Zoom (2 Teilnehmende)

- am 15. September eine Informationsveranstaltung in Winterthur (5 Teilnehmende)
- am 10. November eine Informationsveranstaltung in Aarau (11 Teilnehmende)
- für interessierte Personen in Bern und Frick an Probeessen bei unseren RegTaV
- Ein Vortrag zum Thema «Gesund geniessen» inkl. Tavolata-Präsentation fand am 27. November am Altersnachmittag in Müllheim statt (50 Teilnehmende)
- und schliesslich fand am 25. November in Zürich ein Einführungskurs mit 10 Neugründer:innen statt.

Zudem organisierten unsere regionalen Tavolata-Vertreter:innen erfolgreich zwei regionale Treffen für Mitglieder lokaler Tavolata, die sehr geschätzt wurden und grossen Anklang fanden:

- Das Regio-Treffen Ostschweiz fand am 10. Sept. in der Lokremise St. Gallen statt (28 Teilnehmende)
- Das Regio-Treffen Zentralschweiz wurde am 22. September im Alpinum Culinarium Stans durchgeführt (25 Teilnehmende).

Mit folgenden Partnerorganisationen wurden im Jahr 2025 in der Deutschschweiz eine neue Zusammenarbeit aufgelegt:

- Alter und Gesundheit Basel mit «en Guete z'Basel»
- Anfrage der FHNW Olten, Tavolata als Input im Modul Blockwoche «Essalltag und Soziale Arbeit: Zwischen Mangel, Disziplinierung und Autonomie» des Masterstudienganges für Soziale Arbeit vorzustellen.
- Vertiefter Kontakt mit dem Verein «connect».

Ausblick

Die Impulse und Erfahrungen aus dem Jahr 2025 bilden eine tragfähige Grundlage für die Weiterentwicklung von Tavolata. In den kommenden Jahren wird der Verein den Fokus gezielt auf die strategische Öffnung und Vertiefung des Angebots legen. Dazu gehören neue Formen der Gruppenbildung, die stärkere regionale Verankerung sowie der Aufbau von Generationen-Tavolata, um Menschen unterschiedlichen Alters miteinander zu verbinden.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Finalisierung der Broschüre «Ein gutes Miteinander gestalten», die den Tavolata-Gruppen Orientierung im Umgang mit herausfordernden Lebenssituationen bietet und 2026 veröffentlicht und verbreitet wird. Gleichzeitig bleibt Tavolata seiner Haltung treu: Selbstorganisation, Freiwilligkeit und Begegnung auf Augenhöhe stehen weiterhin im Zentrum.

Mit den Trägerschaften, den aktiven regionalen Vertretungen und den engagierten Vereinsmitgliedern werden wir die wichtige Arbeit auf der Ebene des Netzwerks weiterführen. Unsere Ziele bleiben dieselben: Räume schaffen, in denen Gemeinschaft entsteht, Teilhabe möglich bleibt, die soziale Verbundenheit und der Zusammenhalt wächst und dadurch die psychische

Gesundheit gestärkt wird – zusammen mit der Inspiration zu einer ausgewogenen und genussvollen Ernährung.

Jahresrechnung

Erfolgsrechnung vom 01.01.2025 bis 31.12.2025

Aufwand	2025	Vorjahr	Ertrag	2025	Vorjahr
Veranstaltungen	28.504,20	26.923,10	Unterstützungsbeiträge	168.200,00	208.000,00
Honorar Kommunikation	9.988,45	22.256,10	Einnahmen Veranstaltungen	1.960,00	3.691,85
Honorar Geschäftsstelle	35.049,50	33.520,25	Mitgliederbeiträge	6.517,45	3.674,28
Honorar Koordination TI	17.529,55	22.798,25	Spenden, diverser Ertrag	0,00	0,00
Honorar Koordin. Deutsch CH	37.342,00	35.031,60			
Honorar Koordin. Romandie	21.800,00	35.500,00			
Honorar Entwicklung&Qualität	13.974,85	14.890,00			
IT, Lizenzen, Gebühren	1.763,86	4.538,69			
Graphische Kosten	4.413,30	16.801,80			
Spesen Vorstand	2.123,13	854,00			
übrige Spesen	2.853,50	1.626,50			
Büromaterial, div. Aufw.	421,90	344,25			
Total Aufwand	175.764,24	215.084,54			
Gewinn	913,21	281,59			
Total	176.677,45	215.366,13	Total	176.677,45	215.366,13

23.01.2025 rr

Kommentar:

- Weniger Aufwand Romandie aus personellen Engpässen der mandatierten Institution, dafür leichte Kompensation durch Geschäftsstelle und Koordination Deutschschweiz.

- Die grafischen Kosten beinhalteten im Budget für 2025 die Tivolata Zeitung inkl. Druck und Versand, diese wird aber erst im Frühling 2026 fertiggestellt.

Bericht der Revisionsstelle

an die Mitgliederversammlung des Vereins **Tavolata**

Jahresrechnung 2025

Als Revisor habe ich die Jahresrechnung (Bilanz und Erfolgsrechnung) des Vereins für die am 31.12.2025 abgeschlossene Geschäftsperiode geprüft. Die Bilanz weist eine Summe von CHF 329'272.39 und die Erfolgsrechnung einen Gewinn von CHF 913.21 aus. Der Gewinn soll vollumfänglich zum Eigenkapital geschlagen werden.

Für die Jahresrechnung ist der Vorstand verantwortlich, während meine Aufgabe darin besteht, diese zu prüfen. Ich bestätige, dass ich die gesetzlichen Anforderungen hinsichtlich Unabhängigkeit erfülle.

Die Revision ist so zu planen und durchzuführen, dass wesentliche Fehlaussagen in der Jahresrechnung erkannt werden. Meine Prüfung umfasst hauptsächlich Befragungen und analytische Prüfungshandlungen sowie den Umständen angemessene Detailprüfungen der vorhandenen Unterlagen.

Ich beantrage, die Jahresrechnung 2025 mit einem Vereinsvermögen von CHF 150'727.40 zu genehmigen und der Geschäftsführerin/Buchhalterin Entlastung zu erteilen.

Zollikerberg, 2. März 2026

Der Revisor



Renato Römer
Rietholzstrasse 47
8125 Zollikerberg
Renato.roemer@bluewin.ch
079 520 73 66