

Die etwas andere  
Tischgemeinschaft  
**TAVOLATA**

SGE-Tagung in Bern, 16. Sept. 2011

Esther Kirchhoff  
Robert Sempach  
Cristina Regazzi  
Migros Genossenschafts-Bund, Direktion Kultur und Soziales

Konzept und Realisation **MIGROS**  
Kulturgenossenschaft

**Gemeinsam kochen, essen und diskutieren  
und die Zufriedenheit im Alter fördern!**



www.tavolata.net **MIGROS**  
Kulturgenossenschaft

**Menschen im höheren Alter...**

... sind weniger in soziale Strukturen eingebunden  
(Familie, Arbeit)  
erleben Zusammensein vermehrt nur auf  
'freiwilliger' Basis

... kochen/essen öfters nur für sich allein  
achten dadurch eventuell weniger auf  
ausgewogenes, gesundes Essen

... haben freie Ressourcen und Fähigkeiten

**TAVOLATAbringt Menschen zusammen.**

www.tavolata.net **MIGROS**  
Kulturgenossenschaft

**Essen ist mehr als Hunger stillen und  
körperliche Gesundheit erhalten**

→ **Genuss** (hedonistische Funktion)

→ **Emotion** (psychische Regulierungsfunktion)

→ **Gemeinschaft** (soziale Funktion)

→ **Tradition/Identität** (soziokulturelle Funktion)

**TAVOLATAfördert die Gesundheit ganzheitlich.**

www.tavolata.net **MIGROS**  
Kulturgenossenschaft

**Niederschwellig und hoch partizipativ**



... selbstorganisiert (Kernteam)

... regelmässig

... kochen, essen und  
diskutieren/weitere Aktivitäten

... Geben und Nehmen im  
Ausgleich

... keine kommerziellen Interessen

**TAVOLATA: Aufgaben und Erfolg teilen.**

www.tavolata.net **MIGROS**  
Kulturgenossenschaft 5

**Mehr als eine private, gesellige Runde**

... Offenheit für neue Menschen

... Bereitschaft für Engagement

... Verbreitung der Initiative

... Zugehörigkeit zu einem  
sozialen Netzwerk

... Bereitschaft für Austausch im Netzwerk: Treffen,  
Informationen, Know-how Transfer



**www.tavolata.net**

**TAVOLATANetzwerk: Austausch und Kontakte.**

www.tavolata.net **MIGROS**  
Kulturgenossenschaft 6

## Die Rolle des Migros Kulturprozent

- ... **Homepage**: Information, Austausch, Kontakte vermitteln
- ... Öffentlichkeitsarbeit, **Zusammenarbeit** mit andern Institutionen
- ... **Schulungen**:
  - ↳ Impulsveranstaltungen (regional)
  - ↳ Erfahrungsaustausch (regional)
  - ↳ jährliche Weiterbildungstagung (national)



**TAVOLATANetzwerk: Ein Gewinn!**

[www.tavolata.net](http://www.tavolata.net)

MIGROS  
Kulturprozent

7

## 1.5 Jahre TAVOLATA – Herausforderungen

- ... über 50 TAVOLATA in der Deutschschweiz
  - ... Konstanz der einzelnen TAVOLATA durch «Kernteams»
  - ... Werbung/Gründung: teilweise grosse Zurückhaltung
  - ... Einsatz der modernen Kommunikationsmittel
- ⇒ **alltagsnah, nicht neu – aber als Netzwerk einzigartig!**

**TAVOLATA: eine Idee breitet sich aus.**

[www.tavolata.net](http://www.tavolata.net)

MIGROS  
Kulturprozent

8

## Eine Initiative mit Potential! - Vision

- ... Wir sind als einzigartiges „Hilfe-zur-Selbsthilfe“-Programm in der ganzen Schweiz **bekannt und aktiv**.
- ... Wir sind mit den bedeutsamen Organisationen und den Behörden **vernetzt**.
- ... Wir sind eine selbstständiger **Verein**.

**TAVOLATA: Danke fürs Weitersagen!**

[www.tavolata.net](http://www.tavolata.net)

MIGROS  
Kulturprozent

9



Die etwas andere  
Tischgemeinschaft

**TAVOLATA** Eine Initiative mit Potential!

[www.tavolata.net](http://www.tavolata.net)

MIGROS  
Kulturprozent

10