



## Gründen Sie mit uns eine « T A V O L A T A » – gemeinsame Tafelrunde

---

Der Seniorenrat prüft zurzeit die Umsetzung eines Konzeptes, das in der Schweiz bereits gut verankert ist und viele Seniorinnen und Senioren anspricht. Die Idee wurde anlässlich eines Expertenworkshops „Zufriedenheit im Alter“ im Jahr 2009 entwickelt.

TAVOLATA, nennt sich das vom Migros Kulturprozent initiierte Projekt. Es unterstützt **die Bildung von Tischgemeinschaften für ältere Menschen und fördert die Gesundheit und Vernetzung im Alter**. Damit entstehen geschätzte und regelmässige Kontaktmöglichkeiten.

Worum geht es konkret? Eine TAVOLATA ist kurz ausgedrückt füreinander kochen, miteinander essen, sich austauschen und etwas unternehmen.

### TAVOLATA bringt Menschen zusammen

- Gemeinsam kochen, essen und gesellige Stunden verbringen
- Die Tischrunden sind selbstorganisiert, das heisst einkaufen, rüsten, kochen und alles was dazu gehört wird durch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer organisiert
- Die Essen sollen ausgewogen und genussvoll sein
- Die Auslagen für die Lebensmittel und Getränke werden aufgeteilt
- Die Tischrunden sollen aus 8 bis 10 Personen bestehen, die sich mindestens einmal pro Monat, auf jeden Fall regelmässig treffen.

Der Seniorenrat prüft die Gründung einer TAVOLATA in unseren Gemeinden. Wir unterstützen die Aufbauarbeit und stehen mit Rat und Tat zur Seite.

Die Kirchgemeinde stellt uns die Küche des Pfarreiheims kostenlos zur Verfügung. An dieser Stelle schon heute ein herzliches Dankeschön! TAVOLATA's würden jeweils am 2. Donnerstag des Monats stattfinden von 10 bis circa 15 Uhr. Die Kosten schätzen wir pro Person auf maximal Fr. 12 für Essen und Getränke.

Wir suchen nun Interessierte, die Lust und Freude daran haben, sich regelmässig zu treffen und miteinander zu kochen. Bei ausreichend Teilnehmer/innen laden wir Sie zu einem späteren Zeitpunkt, voraussichtlich im Sommer, zu einem Treffen ein und erläutern Ihnen die Idee persönlich und beantworten Ihre möglichen Fragen.

Sie können sich auch vorab auf dem Internet unter [www.tavolata.net](http://www.tavolata.net) informieren.

Interessenten melden sich bitte bis **spätestens 30. Juni 2014** bei Josef Grüter, Vizepräsident Seniorenrat, Telefon 041 980 32 77 oder per E-Mail an [seniorenrat.egolzwil-wauwil@bluewin.ch](mailto:seniorenrat.egolzwil-wauwil@bluewin.ch).

Wir freuen uns auf positive Rückmeldungen.