

23.04.2013 – 10:00 Uhr

## TAVOLATA: Tischgemeinschaften für ältere Menschen des Migros-Kulturprozent / Informationsveranstaltungen in Thun, Biel und Bern

Zürich (ots) -

Regelmässige Kontakte, ausgewogenes und gesundes Essen und ein lebhafter Austausch sind für alle Menschen wichtig. Seit 2010 initiiert das Migros-Kulturprozent mit dem Projekt TAVOLATA selbst organisierte Tischgemeinschaften für ältere Menschen. Damit wird Hilfe zur Selbsthilfe angeboten und der Aufbau sozialer Kontakte gefördert. Nun soll die Idee weiter Fuss fassen. Am 28. Mai, 29. Mai und 5. Juni 2013 finden Informationsveranstaltungen in Thun, Biel und Bern statt.

Gesucht sind aktive Personen, die gerne Anlässe organisieren und selbst eine solche Tischrunde starten möchten. Genauso wichtig wie das gemeinsame Essen sind die Gespräche und der Austausch. Seit 2010 gibt es in verschiedenen Regionen der Schweiz regelmässige Tischrunden. Nun sollen mithilfe des Migros-Kulturprozent weitere TAVOLATA in den Regionen Thun, Biel und Bern entstehen.

Zusammen kochen, essen und diskutieren

An den Impulsveranstaltungen erhalten Interessierte weitere Informationen und Tipps zur Gründung und Durchführung einer eigenen Tischgemeinschaft. Projektverantwortliche und Gründungsmitglieder einer bereits bestehenden TAVOLATA aus der Umgebung Thun, Biel und Bern führen in das Thema ein und unterstützen die Initianten beim Aufbau lokaler Tischrunden und Netzwerke.

Die Informationsveranstaltungen finden wie folgt statt:

- Thun: Dienstag, 28. Mai 2013, von 14.00 bis 15.30 Uhr in der Klubschule Migros Thun, Bernstrasse 1a. Anmeldung und Auskunft unter [www.tavolata.net](http://www.tavolata.net) und Tel. 033 226 60 60,
- Biel: Mittwoch, 29. Mai 2013, von 14.00 bis 15.30 Uhr in der Klubschule Migros Biel/Bienne, Unionsgasse 13. Anmeldung und Auskunft unter [www.tavolata.net](http://www.tavolata.net) und Tel. 032 328 31 82,
- Bern: Mittwoch, 5. Juni 2013, von 14.00 bis 15.30 Uhr in der Klubschule Migros Bern im Bahnhof, Parkterrasse 14/16. Anmeldung und Auskunft unter [www.tavolata.net](http://www.tavolata.net) und Tel. 031 359 03 03.

Die Informationsveranstaltungen werden mit dem kantonalen Gesundheitsförderungs- und Präventionsprogramm ZWÄG INS ALTER der Pro Senectute Kanton Bern durchgeführt.

Infobox

TAVOLATA - gemeinsam kochen, essen und geniessen TAVOLATA ist eine vom Migros-Kulturprozent lancierte Initiative, die lokale Netzwerke fördert. Interessierte Personen organisieren eine Tischgemeinschaft in ihrem Dorf oder Quartier. Die TAVOLATA findet zwei bis vier Mal pro Monat an einem öffentlichen oder privaten Ort statt. Die Teilnehmenden kochen nach Möglichkeit selbst und tauschen sich über Erlebtes und wichtige Themen aus ihrem Alltag aus. Seit 2010 sind so bereits über hundert TAVOLATA-Tischrunden für ältere Menschen in der ganzen Schweiz entstanden. [www.tavolata.net](http://www.tavolata.net)

\* \* \* \* \*

Das Migros-Kulturprozent ist ein freiwilliges, in den Statuten verankertes Engagement der Migros für Kultur, Gesellschaft, Bildung, Freizeit und Wirtschaft. [www.migros-kulturprozent.ch](http://www.migros-kulturprozent.ch)

Kontakt:

Beatrice Suter, KommunikationsWerkstatt, Tel. 041 660 96 19,  
[b.suter@kommunikationswerkstatt.ch](mailto:b.suter@kommunikationswerkstatt.ch)

oder

Barbara Salm, Leiterin Kommunikation, Direktion Kultur und Soziales,  
Migros-Genossenschafts-Bund, Zürich, Tel. 044 277 20 79,  
[barbara.salm@mgb.ch](mailto:barbara.salm@mgb.ch)