

Atelier 3: TAVOLATA

Vreni Schmid und Ursula Largier



**Wer sind wir?
Wieso haben wir uns begeistern lassen von der Idee «Tavolata»?**

Wer wir sind und warum wir das tun

Vreni Schmid

Wohnhaft in Oberengstringen, 52 Jahre glücklich verheiratet, seit 6 Jahren Witfrau, Sohn Christian. In der ersten Zeit meiner Trauer hatte ich grosse Mühe ein feines Essen zuzubereiten und dazu noch allein am Tisch zu essen.

Im Migrosmagazin, Februar 2010, bin ich auf die Impulstagung «Tavolata» gestossen.

Das hat mich sofort angesprochen und ich habe mir gesagt auch im «zarten Alter» kann es sich sicher lohnen, daran teil zu nehmen.

21.08.2013

Vreni's Tavolata

Seite 3

Wer wir sind und warum wir das tun

Ursula Largier

Ich bin 77 Jahre alt, seit 9 Jahren verwitwet, meine 4 Kinder sind alle verheiratet. Es wurde still um mich herum.

Die Einladung zur Impulsveranstaltung wollte ich nicht mitmachen. Aus «Gwunder» meldete ich mich auf Vreni's schriftliche Einladung zum Essen sofort an.

Die Atmosphäre und das ungezwungene und fröhliche Beisammensein sagte mir zu. Seit einiger Zeit bin ich die rechte Hand von Vreni.

21.08.2013

Vreni's Tavolata

Seite 4

Impulstagung 27.2.2010

Die Impulstagung stand unter dem Motto.

TAVOLATA – DIE ETWAS ANDERE TISCHGEMEINSCHAFT

Mit der Zielrichtung:

- ältere Menschen zusammen an einen Tisch bringen
- Gemeinsam Kochen, Essen und Diskutieren
- Neue Beziehungen fördern und aufbauen
- Hilfe zur Selbsthilfe zu bieten
- Aufgeschlossen für Neues, Aktiv zu sein im Alter

21.08.2013

Vreni's Tavolata

Seite 5

Mein erster Schritt

Die Impulstagung am 27. Februar 2010, hervorragend präsentiert von der Projektleitung, hat mich so begeistert, dass ich am selben Abend einen Orientierungsbrief über die Gründung einer Tavolata in Oberengstringen an 35 Singles versandt habe.

In diesem Brief habe ich das Projekt kurz vorgestellt. Auf einem Talon konnten die Interessenten ihre Vorschläge anbringen.

Zugleich habe ich 2 Daten festgelegt für eine Teilnahme an einer Schnupper-Tavolata.

21.08.2013

Vreni's Tavolata

Seite 6

Reaktionen auf meinen Brief

15 Personen haben Interesse gezeigt, 8 davon haben sich bereit erklärt auch zu Kochen.

Bereits am 12. und 23. April 2010 fanden bei mir die ersten Schnupperessen mit je 7 Personen statt. Dabei wurde das Projekt Tavolata näher vorgestellt.

Am 27. Mai fand eine erste Sitzung mit allen Interessenten statt. Strukturen festgelegt: 2 Tavolatas im Monat, Zeitplan aufgestellt, Fr.15.– pro Essen, Apero, 3 Gang Menu, (Vorspeise, Hauptgang, Dessert und Kaffee).

21.08.2013
Vreni's Tavolata

Seite 7

In Erwartung der ersten Gäste



21.08.2013
Vreni's Tavolata

Seite 8

Eines von vielen schönen Erlebnissen

Unsere Tavolata lebt!

In diesen 4 Jahren sind wir eine herzliche Gemeinschaft geworden. Gute Gespräche finden statt und interessante Fragen werden aufgeworfen.

Die verschiedenen Tavolatas sind immer spannend. Es zeigt sich nie ein Konkurrenzkampf. Jedes Tavolata-Mitglied prägt auf seine persönliche Art «TAVOLATA». Sehr positiv ist es auch, dass wir 3 Männer in der Runde haben.

An der Jahreszusammenkunft mit Chlausfeier stellen wir den Plan fürs neue Jahr zusammen mit einer Rück- und Ausschau.

21.08.2013
Vreni's Tavolata

Seite 9

Jahresplan 2012

Datum 2012	Zeit	Organisator/in	Adresse	Telefon 044	Teilnehmer/Innen	
Jan..27.	1200	Heidi	Talstr.55 UE	7502338	Heidi, Ursula ,Bethli, Daniel, Vreni	5
Febr.10.	1200	Vreni	Kirchweg 45	7504230	Vreni, Ursula, Pia, Ruth, Rosemarie, Heidi,Daniel	7
Febr.24.	1200	Daniel	Kirchweg 24	7506337	Daniel, Elisabeth, Bethli, Heidi, Rosemarie, Ursula, Vreni	7
März 9.	1200	Ruth	Winkelrain 15	7503005	Ruth, Walti, Pia, Rosemarie, Bethli, Heidi	6
März 23.	1200	Pia	Rainstr.15 UE	7502675	Pia, Rosemarie, Ursula, Heidi, Ruth, Bethli, Vreni	7
Apr.27.	1200	Rosemarie	Riedhofstr.299 8049 ZH	3422344	Rosemarie, Walti, Ursula, Heidi, Pia, Ruth	6
Mai 11. usw	1200	Walti	Ankenhof 9	7503737	Walti, Ruth, Bethli, Pia, Ursula, Heidi, Vreni	7
Dez. 5.	1400	Ursula	Zürcherstr. 10 Samichhaus	7504108	Ursula, Daniel, Walti, Guido, Pia, Bethli, Rosemarie, Heidi, Elisabeth, Ruth, Vreni	11

21.08.2013
Vreni's Tavolata

Seite 10



Was sollte man beachten und was nicht, damit eine Tavolata reibungslos funktionieren kann?

Was braucht es dazu und was nicht

Was es dazu braucht:

- Freude am Gesellschaftlichen und am Kochen
- Interesse und Offenheit gegenüber anderen, auch an bisher unbekanntem Menschen
- Respektvoller, herzlicher und fröhlicher Umgang untereinander

... und was nicht:

- Ein Profi-Koch sein, es ist KEIN Koch-Wettbewerb auch kein Konkurrenzkampf
- Ein Star-Komödiant sein, die Unterhaltung kommt von selbst in die Gänge
- Ein Profi-Veranstalter sein, kleine Fehler machen die Sache sogar noch amüsanter

21.08.2013
Welt's Terzetta

Seite 13

Ausgewogen Essen

Ausgewogenes und genussvolles Essen und Trinken ist Teil eines gesunden Lebensstil.

Darüber hinaus bedeutet es ein Stück Lebensfreude, Genuss, Erholung, Kontakt und Austausch mit anderen.





Total Tavolatas in Zahlen:

15 Tavolatas im Jahr 2010
 20 Tavolatas im Jahr 2011
 18 Tavolatas im Jahr 2012
 19 Tavolatas im Jahr 2013

Ø 6 Personen

Wie weiter ?

Gerne würden wir unsere Tavolata weiter bekannt machen!

Unsere Gemeinde Oberengstringen hat unser Anliegen gut aufgenommen und ich durfte in der neuen Informationsbroschüre 63 + (Herausgabe März 2012) unsere Tavolata vorstellen.

Bis heute leider keine einzige Anfrage bekommen.

Es wäre doch so schön, wenn noch mehrere Leute von unserer «TAVOLATA» profitieren könnten.

Das ist unser Ziel!

21.08.2013
Vino's Tavolata

Seite 22

Wir haben also einiges auf die Beine gestellt, wir wurden aber auch bestens unterstützt...von der Migros-Projektleitung «TAVOLATA»

Dank an Migros

Unser Dank geht an die Projektleitung

Herr Dr. Robert Sempach, Frau Esther Kirchhoff und Daniela Specht.

Wir möchten Ihnen einen grossen «Kranz» winden. Sie hatten nicht nur eine tolle Idee mit diesem Tavolata-Projekt, sie helfen uns, auch dieses zu verwirklichen mit Ihrer sehr feinsinnigen Führung und den lehrreichen Vorträgen.

Sie sind auch im Namen von Migros grosszügig zu uns sei es mit einem Essen oder einem Apéro. **Danke!**

21.08.2013
Vino's Tavolata

Seite 24