



## **TAVOLATA- das Netzwerk für selbstorganisierte Tischgemeinschaften!**

Daniela Specht  
Zentrales Projektteam

01.03.2017

Konzept und Realisation **MIGROS**  
kulturprozent



# Woher kommt Tavolata?

**MIGROS**  
kulturprozent

Tavolata wurde 2010 vom Migros-Kulturprozent lanciert. Das Migros-Kulturprozent ist ein freiwilliges Engagement der Migros in den Bereichen Kultur, Gesellschaft, Bildung, Freizeit und Wirtschaft.



Die Idee des Migros-Kulturprozent geht auf den Migros-Gründer Gottlieb Duttweiler zurück.



# Was ist Tavolata?





# TAVOLATA sind selbst organisierte Tischgemeinschaften

- Im Mittelpunkt stehen
- füreinander kochen
  - miteinander essen
  - sich austauschen
  - evtl. gemeinsam etwas unternehmen





## ... in vielen Variationen

Zum Beispiel:

- Die TAVOLATA-Mitglieder treffen sich zum gemeinsamen Brunch oder Mittagessen – jedes Mal bei jemand anderem - und unternehmen danach noch etwas.
- „open house“: 1x pro Monat werden Einladungen verschickt zu einem gemütlichen Abendessen, zu dem jeder Gast etwas fürs Buffet mitbringt.

Sozial aktive  
Menschen  
leben länger

# Warum eine Tavolata gründen?

Soziale  
Kontakte  
erhöhen die  
Lebensqualität

Weil man neue  
Leute  
kennenlernt

Weil  
gemeinsam  
Essen Spass  
macht!

# Das gemeinsame Verständnis





# Die TAVOLATA-Spielregeln (1)

- ① Wir organisieren uns selbst.
- ② Wir treffen uns regelmässig.
- ③ Wir vereinbaren verbindliche Abmachungen in unserer Gruppe.
- ④ Wir essen ausgewogen und genussvoll.



## Die TAVOLATA-Spielregeln (2)

- ⑤ Wir teilen uns Arbeiten und Kosten und sorgen dafür, dass Geben und Nehmen ausgeglichen sind.
- ⑥ Wir verfolgen keine kommerziellen Interessen.
- ⑦ Wir bestimmen eine Kontaktperson zum TAVOLATA-Netzwerk.



## Das TAVOLATA-Netzwerk ...

- unterstützt Sie bei der Gründung und Erhaltung Ihrer Tischgemeinschaft
- vermittelt Ihnen Tischgemeinschaften, wenn Sie Anschluss suchen
- lädt Sie zu einer inspirierenden Jahrestagung und zum Erfahrungsaustausch ein
- coacht bei herausfordernden Situationen
- betreibt Öffentlichkeitsarbeit
- pflegt die Website [www.tavolata.ch](http://www.tavolata.ch)



