

Pro Senectute Vaud développe ses Tables au bistrot

Tous les mois une quarantaine de restaurants à travers le canton reçoit des seniors autour d'une Table au bistrot de Pro Senectute Vaud. L'objectif de ces repas conviviaux est de favoriser les rencontres entre aînés et ainsi lutter contre l'isolement. L'association est en bonne voie pour en ouvrir vingt de plus d'ici fin 2022.

Avec l'avancée en âge, nombre de personnes voient leur vie sociale diminuer et le besoin de faire de nouvelles rencontres devient important. « J'ai perdu plusieurs de mes amies ces deux dernières années, je ne vois plus assez de monde ! », confiait Maggie, une énergique senior de 86 ans, participante pour une première fois à l'une des Tables au bistrot organisées près de chez elle à Lausanne. Autour de la table, huit seniors de la région se retrouvent, font connaissance. La discussion est légère et l'ambiance chaleureuse.

Cette activité connaît un bel essor depuis son lancement en 2011 et son potentiel de développement est important. D'une part, car le nombre de seniors vivant seuls à domicile augmente d'année en année et, d'autre part, c'est une activité bénévole qui a un fort impact et ne demande pas un investissement important en temps pour le bénévole. Les restaurants partenaires proposent un prix forfaitaire pour le menu qui comprend, une entrée, un plat du jour et un dessert ou un café (autour de CHF 20.-, hors autres boissons). Pour les restaurateurs, accueillir une Table au bistrot est une occasion de se rapprocher d'une clientèle de proximité tout en contribuant à la vie sociale de son quartier ou de sa région.

Une activité bénévole enrichissante

Concrètement, chaque Table au bistrot est organisée et gérée par un bénévole qui prend les inscriptions des seniors, fait la réservation auprès du restaurant et accueille le groupe sur place. « Nous avons démontré à travers d'une étude que ces Tables génèrent autant un sentiment de joie parmi les participants seniors que parmi les bénévoles. C'est une activité pleine de sens et très riche sur le plan humain. » relève Mehregan Joseph, coordinatrice des Tables conviviales.

Des Tables conviviales tout au long de l'année

Les Tables au bistrot émanent des Tables conviviales de Pro Senectute Vaud. Ces dernières réunissent tout au long de l'année des bénévoles et des seniors qui partagent ensemble régulièrement un bon repas selon différentes formules : Table d'hôtes, Table au bistrot, Table à la cantine, Table culture, Grande tablée et Table de Noël.

Plus que des repas à des tarifs accessibles, les Tables conviviales sont surtout l'occasion de rencontrer de nouvelles personnes et de tisser des liens. En 2019, ce sont plus de 11'000 repas qui ont été servis dans le cadre des Tables conviviales à plus de 2'500 convives. La liste complète des Tables conviviales figure sur le site Internet de Pro Senectute Vaud (www.vd.prosenectute.ch/tables-conviviales).

Contact

Pro Senectute Vaud, Mehregan Joseph, coordinatrice des Tables conviviales
Téléphone : 021 646 17 21, E-mail : mehregan.joseph@vd.prosenectute.ch

Pro Senectute Vaud

Fondée en 1919, Pro Senectute Vaud est une association privée reconnue d'utilité publique qui contribue au bien-être moral, physique et matériel des retraités. Destinée aux individus comme aux collectivités, organisations et entreprises, son offre de prestation est variée : conseil, accompagnement, prévention, information, loisirs. Le travail des 100 collaborateurs salariés est complété par l'implication de quelque 600 bénévoles, indispensables au bon fonctionnement de l'institution. Pro Senectute Vaud est certifiée par le label de qualité ZEWO. www.vd.prosenectute.ch

Pro Senectute Vaud

rue du Maupas 51 · 1004 Lausanne · Téléphone 021 646 17 21
Fax 021 646 05 06 · info@vd.prosenectute.ch · vd.prosenectute.ch

IBAN
CH85 0900 0000 1001 2385 9

