

**Zeitschrift:** Générations plus : bien vivre son âge  
**Herausgeber:** Générations  
**Band:** - (2011)  
**Heft:** 22

**Rubrik:** Pro Senectute

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 19.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



Une alimentation équilibrée est importante, mais la partager dans la bonne humeur l'est tout autant.

## Le plaisir D'UN REPAS PARTAGÉ

La section vaudoise de Pro Senectute a mis sur pied un concept «Tables conviviales», qui propose aux aînés de dîner en bonne compagnie. Gros plan sur une prestation qui se décline en trois formules bien distinctes.

«L'ambiance est excellente et conviviale, et cela permet de vivre des moments très agréables», assure Egidio Fabbri, 68 ans. Depuis deux ans, cet habitant de Sainte-Croix fréquente une fois par semaine la «Table d'hôtes» de Mauborget, l'une des vingt-quatre adresses de ce genre listées par Pro Senectute Vaud. Comme lui, ils ont été 352 – âgés de 60 à 99 ans – en 2010 à se mettre à la table d'un animateur bénévole (qui reçoit 15 fr. de chacun des

convives, plus un défraiement forfaitaire de 5 fr. par personne de la part de Pro Senectute), afin de partager leur repas de midi avec huit autres seniors et leur hôte du jour. Celui-ci s'engage à se mettre aux fourneaux au moins une fois par mois. Au menu: une entrée, un plat principal, un dessert... et une belle tranche de vie et de gaité!

«De nombreuses personnes âgées se retrouvent seules face à leur assiette et rechignent à faire la

cuisine, constate Monique Chevallay Piguet, responsable de l'unité Action sociale régionale de Pro Senectute Vaud. Par le biais de ces «Tables d'hôtes», qui ont vu le jour en 2006, on propose une manière intéressante de réintroduire la convivialité durant un repas traditionnel complet et équilibré. Des jeux sont aussi parfois organisés dans la foulée. Et il arrive que des amitiés se créent et que certains convives, qui habitent la même région, se voient un autre

jour de la semaine, par exemple pour boire un café.»

## Deux autres façons d'accueillir

Mais recevoir autant de personnes n'est pas forcément du goût de tous, et parfois difficilement réalisable en milieu urbain. C'est pour cela que Pro Senectute Vaud a étayé l'offre de son concept baptisé «Tables conviviales». Depuis l'an dernier, deux autres formules ont vu le jour. La première se nomme «Tables familiales». Il s'agit pour une famille ou un couple d'accueillir au maximum deux seniors durant l'un de ses repas quotidiens. «C'est nettement moins contraignant que la "Table d'hôtes", puisqu'il n'y a qu'un ou deux "invités" (ndlr: chacun paie 10 fr. à ses hôtes) et aucune obligation de faire une entrée ou un dessert. Cependant, par manque de communication, les "Tables familiales"

ont connu des débuts timides. En 2010, seules quatre tables familiales, généralement organisées en ville par des jeunes retraités, étaient disponibles. Mais je pense qu'elles auront un bel avenir quand elles seront plus connues», affirme Monique Chevallay Piguet. L'ultime échappée culinaire, la «Table à deux», invite l'hôte et son convive à cuisiner et à déguster leur création ensemble. Ils partagent tout... les bons moments, mais aussi la facture des courses! Cette nouvelle «recette» n'a toutefois pas encore été inaugurée en 2010. Elle mijote, et n'attend que d'être testée.

Frédéric Rein

Retrouvez l'ensemble des Tables d'hôtes sur [www.vd.pro-senectute.ch/cours-formation/tables-hotes.html](http://www.vd.pro-senectute.ch/cours-formation/tables-hotes.html) et les Tables familiales sur [www.vd.pro-senectute.ch/cours-formation/tables-familiales.html](http://www.vd.pro-senectute.ch/cours-formation/tables-familiales.html)

## Le tissu communautaire passé au scanner

Avant de pouvoir solutionner les problèmes sociaux rencontrés au quotidien par les seniors, encore faut-il être en mesure de les identifier. C'est ce que propose le «diagnostic communautaire», une nouvelle prestation proposée depuis 2010 en exclusivité par Pro Senectute Vaud. Son principe? Un animateur, entouré d'associations locales et d'aînés, est chargé, durant un an, de dresser – via notamment des centaines d'entretiens – un état des lieux des besoins des seniors à un endroit précis, pour l'heure à l'échelle de communes. «L'intérêt est double: créer une image actuelle et fine de la qualité de vie des personnes âgées d'un milieu donné, et, du fait des partenariats, vivifier des ressources locales pour la mise en place de projets futurs», explique Alain Plattet, responsable du travail social communautaire chez Pro Senectute Vaud.

En découle un rapport qui pose des hypothèses sur les actions pertinentes à développer et évalue le choix des priorités et des moyens à engager. La commune, en accord avec les partenaires du projet, décidera de la suite à donner à ces propositions. La commune de Gland, première à s'être lancée dans l'aventure, a déjà annoncé qu'elle poursuivra sa collaboration avec Pro Senectute durant les trois prochaines années. A Renens et Ecublens, le processus est en marche, et on enregistre, comme à Gland, une grande participation des partenaires et des habitants. Quatre autres communes se sont déjà dites intéressées par ce scanner communautaire... F. R.



### BIENNE

Rue Centrale 40, c.p. 1263  
2502 Biel/Bienne  
e-mail:  
[biel-bienne@be.pro-senectute.ch](mailto:biel-bienne@be.pro-senectute.ch)  
Tél. 032 328 31 11  
Fax 032 328 31 00

### FРИBOURG

Ch. de la Redoute 9,  
c.p. 1752 Villars-sur-Glâne 1  
e-mail: [info@fr.pro-senectute.ch](mailto:info@fr.pro-senectute.ch)  
Tél. 026 347 12 40  
Fax 026 347 12 41

### GENÈVE

Rue de la Maladière 4, 1205 Genève  
e-mail: [info@ge.pro-senectute.ch](mailto:info@ge.pro-senectute.ch)  
Tél. 022 807 05 65  
Fax 022 807 05 89

### TAVANNES

Rue du Pont 4, 2710 Tavannes  
e-mail:  
[prosenectute.tavannes@ne.ch](mailto:prosenectute.tavannes@ne.ch)  
Tél. 032 482 67 00  
Fax 032 482 67 09

### DELÉMONT

Centre d'action sociale des aînés  
Ch. du Puits 4, c.p. 800  
2800 Delémont  
e-mail:  
[prosenectute.delémont@ne.ch](mailto:prosenectute.delémont@ne.ch)  
Tél. 032 886 83 20  
Fax 032 886 83 19

### NEUCHÂTEL

Bureau régional Neuchâtel  
Rue de la Côte 48a  
2000 Neuchâtel  
e-mail: [prosenectute.ne@ne.ch](mailto:prosenectute.ne@ne.ch)  
Tél. 032 886 83 40  
Fax 032 886 83 41

### LA CHAUX-DE-FONDS

Rue du Pont 25  
2300 La Chaux-de-Fonds  
Tél. 032 886 83 00  
Fax 032 886 83 09

### VAUD

Maupas 51  
1004 Lausanne  
e-mail: [info@vd.pro-senectute.ch](mailto:info@vd.pro-senectute.ch)  
Tél. 021 646 17 21  
Fax 021 646 05 06

### VALAIS

Siège et centre d'information  
Rue des Tonneliers 7, 1950 Sion  
e-mail: [info@vs.pro-senectute.ch](mailto:info@vs.pro-senectute.ch)  
Tél. 027 322 07 41  
Fax 027 322 89 16

### Info seniors

0848 813 813  
du lundi au vendredi  
Vaud: de 8 h 15 à 12 h  
et de 14 h à 17 h  
Genève: de 8 h 30 à 12 h