

**Zeitschrift:** Générations  
**Herausgeber:** Générations, société coopérative, sans but lucratif  
**Band:** - (2017)  
**Heft:** 95

**Artikel:** A table pour nouer de nouveaux contacts  
**Autor:** Santos, Barbara  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-830466>

#### **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:** 06.02.2026

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

# A table pour nouer de nouveaux contacts

Arrivées en Suisse romande, les tables d'hôte Tavolata réunissent ceux qui ont envie de manger en bonne compagnie.

« Je venais d'emménager dans la région et je cherchais à faire de nouvelles connaissances. » C'est ainsi qu'Olivia Bessaud (66 ans) a créé sa toute première table d'hôte, en avril dernier. Fraîchement retraitée, cette Vaudoise — habitant désormais à Vallon, dans le canton de Fribourg — n'a pourtant aucune expérience dans la restauration ou l'hôtellerie. Le déclencheur lui est venu en lisant une annonce dans le journal.

Cette annonce, c'est celle de l'arrivée en Suisse romande du projet Tavolata. Derrière ce nom italien, signifiant « tablée » en français, se cache une initiative encourageant les retraités à créer une table d'hôte pour briser la routine et la solitude. Mais, contrairement à une table d'hôte traditionnelle, il n'y a là pas de client ni de prestataire. Tavolata rassemble des personnes qui ne se connaissent pas et qui ont choisi



Briser la routine et la solitude autour d'un bon repas.

de se retrouver régulièrement, dans un cadre privé, pour se découvrir, tout en partageant un bon repas.

## RÉUNIR DES INCONNUS

Mais comment rassemble-t-on des inconnus qui ont envie de se réunir régulièrement et de cuisiner pour les autres ? Pour constituer sa table d'hôte, Olivia Bessaud a communiqué son initiative dans les lieux qu'elle fréquente régulièrement : « J'ai imprimé des flyers que j'ai déposés à la commune et à des conférences auxquelles je vais parfois. Et cela a marché ! Trois dames intéressées m'ont contactée. » Tavolata fournit gratuitement de l'aide pour ce genre de démarche et met aussi à disposition un site internet où l'on peut, simplement, publier son annonce. On y trouve notamment toutes les tables

d'hôte qui existent déjà et cherchent du monde.

## PLAISIR DES PAPILLES ET AMITIÉS

Une fois la tablée constituée, tout se décide en groupe, de manière à trouver un équilibre dans les tâches et dans ce que chacun donne et reçoit. Olivia et ses « tavolatrices », comme elle aime les appeler, ont par exemple décidé de se voir une fois par mois. Chacune reçoit à tour de rôle et prend à ses frais le repas du jour. « On est libres de cuisiner ce qu'on souhaite, mais on s'est tout de suite mises d'accord pour faire des plats simples. On ne fait pas dans la surenchère. »

Au fil de leurs réunions mensuelles, Olivia et ses trois camarades de table ont noué entre elles des liens forts : « Nous sommes devenues de bonnes copines. On a des échanges riches grâce à nos différents parcours et on se voit parfois en dehors, pour un cinéma ou un théâtre. »

Comme Olivia, plus de mille retraités ont réussi à dynamiser leur vie sociale depuis le lancement de ces tables d'hôte en Suisse alémanique. Elles arrivent désormais de notre côté de la Sarine. Cageons que les repas des Romands deviendront, eux aussi, moins monotones.

BARBARA SANTOS

Intéressés ? Rendez-vous sur [www.tavolata.ch](http://www.tavolata.ch)

## CONCOURS : JOURNÉE TAVOLATA À NEUCHÂTEL LE 20 NOVEMBRE !

Tous les membres de Tavolata sont invités, chaque année, à une journée spéciale.

**Au programme :** discours, repas et ateliers. Rendez-vous le 20 novembre 2017, à La Maladière, à Neuchâtel ! Pour en savoir plus : [www.tavolata.ch](http://www.tavolata.ch)

**A gagner pour l'événement :** 5 x 2 invitations.

**Pour participer au concours :** écrire à Monique Jüni, Tavolata, Kasernenstrasse 19, 3250 Lyss ou [monique.jueni@tavolata.ch](mailto:monique.jueni@tavolata.ch)

**Délai de participation :** 12 novembre 2017. Seuls les gagnants seront informés.