



Les Tables de Noël

Célébrer les fêtes ensemble

Vous souhaitez partager l'esprit de Noël et recevoir chez vous un ou des senior-s de votre région pour un repas festif dans une atmosphère familiale ?

Vous êtes retraité et désirez rejoindre une Table de Noël chez des habitants de votre région ? Inscrivez-vous, ils se réjouissent de vous recevoir.

Lieu	Dans tout le canton de Vaud
Dates	Entre le samedi 17 et le mardi 27 décembre 2022
Participation	Repas offert par les hôtes
Renseignements Inscriptions	Mehregan Joseph, coordinatrice Tables conviviales 021 646 17 21 ou mehregan.joseph@vd.prosenectute.ch Jusqu'au mardi 7 décembre 2022

Des repas de Noël pour lutter contre la solitude :

Afin d'offrir aux seniors esseulé·e·s des moments de partage durant les Fêtes de fin d'année, Pro Senectute Vaud reconduit son action des Tables de Noël. Inscription jusqu'au 7 décembre, pour les bénévoles comme pour les aîné·e·s.

Développé d'abord dans le Gros-de-Vaud avant d'être étendu en 2021 à l'échelle cantonale, le concept des Tables de Noël encourage la solidarité entre générations durant les Fêtes. **Les Vaudoises et Vaudois peuvent ainsi s'inscrire pour accueillir, le temps d'un repas festif entre le 17 et 27 décembre, un·e invité·e senior.** Quant aux retraité·e·s, ils et elles sont aussi invité·e·s à s'inscrire **jusqu'au 7 décembre auprès de Pro Senectute Vaud** qui les mettra en lien avec des organisateurs d'une Table de Noël près de chez eux.

C'est une occasion pour les familles, couples ou personnes seules de faire une action bénévole ponctuelle, pleine de sens et d'humanité. En 2021, le concept avait séduit septante volontaires à travers le canton. Les seniors, plus timides, ont été plus de quarante à participer à l'un de ces repas. « Pour les aînés, faire le pas de s'inscrire peut être difficile et c'est bien normal. Mais ceux qui le font sont vraiment ravis et on les espère de plus en plus nombreux », relève Mehregan Joseph, coordinatrice des Tables conviviales.

L'objectif de cette action est de lutter contre l'isolement des personnes seniors seules à Noël, tout en offrant une occasion d'échanges entre les générations. « C'était fantastique, je suis tombée chez une dame très gentille », se souvient Dominique Hug. Cette participante de l'an dernier se réjouit déjà de l'édition à venir : « On est restées en contact, on s'écrit encore des messages. En général, ces gens qui sont bénévoles sont très motivés alors je recommande. Vous pouvez me réinscrire pour cette année. »

Des Tables conviviales tout au long de l'année

Les Tables de Noël 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 : la Table d'hôtes, la Table au bistrot, la Grande tablée, la Table culture et la Table à la cantine. Plus que des mets à des tarifs accessibles, les Tables conviviales sont surtout l'occasion de rencontrer de nouvelles personnes et de tisser des liens. En 2021, plus de 2'000 seniors y ont participé.

Renseignements et inscriptions aux Tables de Noël :

Pro Senectute Vaud, **Mehregan Joseph**, Coordinatrice des Tables conviviales par téléphone au numéro suivant : **021 646 17 21** ou par courrier électronique à l'adresse suivante : **mehregan.joseph@ud.prosenectute.ch**