

## Faktenblatt 96

# Evaluation «Tavolata» 2022–2023

Füreinander kochen, gemeinsam essen und geniessen

### Abstract

**Angebot:** In Tavolata-Tischgemeinschaften stehen das Kochen füreinander und das gemeinsame Essen und Geniessen im Mittelpunkt. Das Ziel des [Netzwerks Tavolata](#) ist, die Gründung, Förderung und Vernetzung von selbstorganisierten Tischgemeinschaften zu unterstützen. **Ergebnisse:** Die Evaluation zeigt, dass Tischgemeinschaften die psychische Gesundheit älterer Menschen positiv beeinflussen. Die Teilnahme stärkt persönliche Fähigkeiten und ermöglicht soziale Teilhabe, was die Entwicklung sozialer Netzwerke und deren Unterstützung fördert. **Empfehlungen:** Das Netzwerk sollte ein tragfähiges Finanzierungsmodell entwickeln, die Rekrutierung und Bindung seiner Multiplikator\*innen vorantreiben, die Ressourcen für Leistungen gezielt einsetzen, die ernährungsbezogene Sensibilisierungsarbeit mit realistischen Zielen weiterführen und die Verbreitung verschiedener Formen von Tischgemeinschaften fördern.

## 1 Netzwerk Tavolata

Die Förderung der psychischen Gesundheit im Alter kann die Autonomie und die Selbstständigkeit älterer Menschen erhöhen, ihre aktive Teilnahme am gesellschaftlichen Leben unterstützen und körperliche Erkrankungen verringern (Weber, 2022). Studien zufolge erleben Menschen über gemeinsame Mahlzeiten Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft (Meyer, 2022). Hier setzt das Konzept der Tavolata an: Basierend auf der italienischen Bezeichnung für Tafelrunden, sind Tavolatas **lokale Tischgemeinschaften, bei denen das Kochen füreinander und das gemeinsame Essen und Geniessen im Mittelpunkt stehen.**

Das Netzwerk Tavolata wurde 2010 vom Migros-Kulturprozent initiiert und im November 2022 in einen gemeinnützigen Verein überführt. Das übergeordnete **Ziel des Netzwerks sind die Gründung, die Förderung und die Vernetzung von selbstorganisierten Tischgemeinschaften in der ganzen**

**Schweiz.** Zu diesem Zweck bietet es Unterstützungsangebote für Personen, die eine Tischgemeinschaft gründen oder einer bestehenden Tischgemeinschaft beitreten möchten. Zudem fördert das Netzwerk den Austausch zwischen Tischgemeinschaften. Mit den Tischgemeinschaften möchte das Netzwerk vor allem ältere Menschen ab 65 Jahren erreichen. Durch die Teilnahme sollen die **soziale Teilhabe und die gesunde, ausgewogene und genussvolle Ernährung älterer Menschen** gefördert werden.

### Inhaltsverzeichnis

1 Netzwerk Tavolata	1
2 Ausgewählte Ergebnisse	2
3 Empfehlungen	7
4 Evaluationsdesign und Vorgehensweise	8
5 Literaturverzeichnis	9

Im Frühling 2023 waren schweizweit **188 Tischgemeinschaften im Netzwerk registriert** (Abbildung 1). Darunter befinden sich zum einen *selbstorganisierte Tischgemeinschaften*, die von Privatpersonen initiiert worden sind. Zum anderen gehören dazu auch *institutionell organisierte Tischgemeinschaften* («Tables d'hôtes»), die von den Pro Senectute Organisationen Arc Jurassien und Fribourg organisiert werden.

Seit 2017 wird das Netzwerk Tavolata von der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz finanziell unterstützt. Um die Wissensbasis zum Netzwerk und zu den Tischgemeinschaften zu erweitern, wurde Interface Politikstudien Forschung Beratung AG von Gesundheitsförderung Schweiz beauftragt, eine Evaluation durchzuführen. Diese verfolgte zwei Ziele: Erstens sollte die Evaluation das **Wirkungspotenzial der Tischgemeinschaften betreffend die psychische Gesundheit und die Ernährung älterer Menschen** erfassen. Zweitens sollte sie den **Beitrag des Netzwerks zur Erreichung des Wirkungspotenzials** überprüfen. Die Evaluation konzentrierte sich auf den Stand des Netzwerks und der Tischge-

meinschaften im Frühling 2023. Dieses Faktenblatt gibt einen **Überblick über ausgewählte Ergebnisse der Evaluation und die daraus abgeleiteten Empfehlungen für die Weiterentwicklung** des Netzwerks und der Tischgemeinschaften.

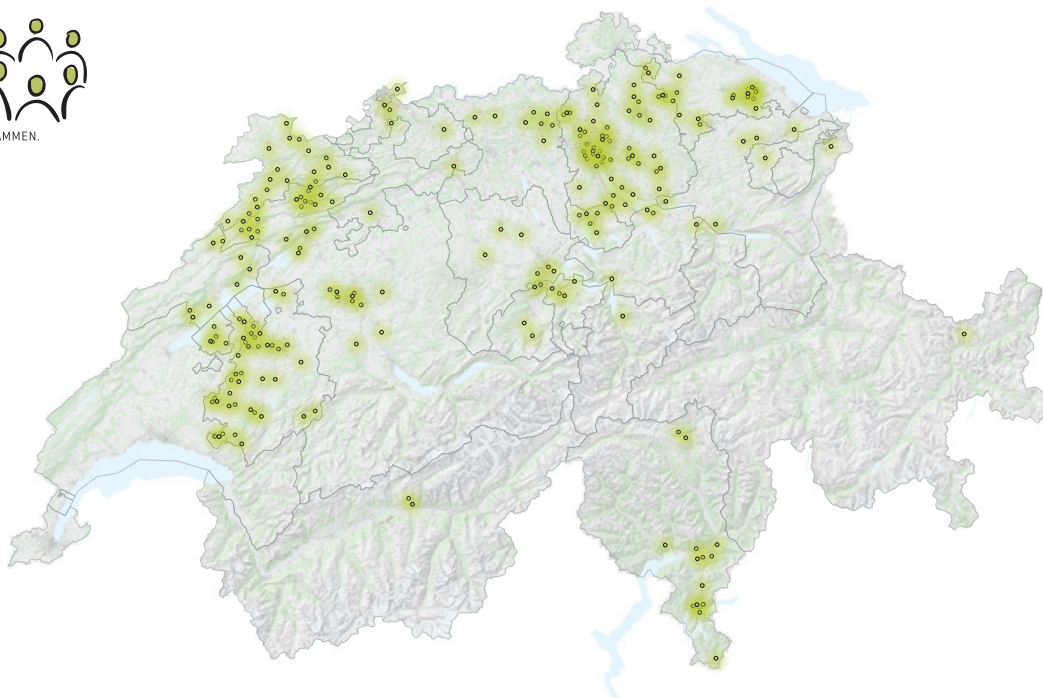
## 2 Ausgewählte Ergebnisse

### 2.1 Die Tischgemeinschaften erreichen ältere Menschen, die Geselligkeit und Gesellschaft suchen.

Aus den Ergebnissen der Evaluation geht hervor, dass die im Netzwerk registrierten Tischgemeinschaften hauptsächlich von älteren Menschen besucht werden. Dies zeigt, dass **das Netzwerk mit den Tischgemeinschaften seine definierte Zielgruppe erreicht**. Gleichzeitig deuten die Ergebnisse darauf hin, dass das Konzept vor allem Frauen anspricht. Die Vulnerabilität der erreichten Personen lässt sich nicht klar erkennen. Zwar erreichen die Tischgemeinschaften allein lebende Menschen und auch Menschen mit gesundheitsbezogenen Formen

ABBILDUNG 1

#### Tischgemeinschaften des Netzwerks Tavolata



der Vulnerabilität. Dennoch ist zu vermuten, dass es sich bei den Mitgliedern der Tischgemeinschaften tendenziell um Menschen handelt, die sich auch sonst aktiv an Angeboten zur Förderung der sozialen Teilhabe beteiligen.

Ein gemeinsamer Tenor unter den Mitgliedern ist der **Wunsch nach Geselligkeit und Gesellschaft**. Die interviewten Mitglieder gaben an, dass sie die Tischgemeinschaft als eine Gelegenheit empfinden, Zeit mit anderen Menschen zu verbringen. Der Wunsch, die soziale Teilhabe zu fördern, ist auch für die Gründung von Tischgemeinschaften ein wichtiger Motivationsfaktor. Die Mehrheit der Kontaktpersonen, die in den einzelnen Tischgemeinschaften eine koordinierende Funktion übernehmen und den Kontakt zum Netzwerk halten, gab in der Online-Befragung an, dass sie Menschen soziale Kontakte ermöglichen oder selbst wertvolle und schöne Begegnungen erleben möchten. Die Thematik **Ernährung wird hingegen weniger häufig als Grund für das Engagement oder die Teilnahme genannt**. Einigen Mitgliedern zufolge bietet ihnen die Tischgemeinschaft die Möglichkeit, eine «richtige Mahlzeit» zu sich zu nehmen, da sie allein leben und selten für sich selbst solche Gerichte kochen würden.

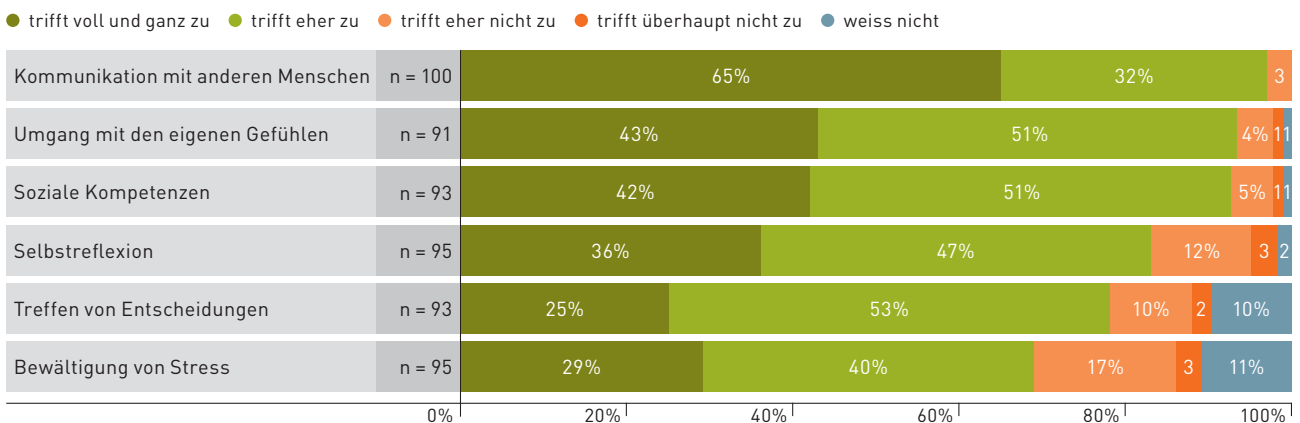
*«Zentral sind die Gesellschaft und das Zusammensein, sie machen gute Laune. Wir fühlen uns nachher freier und jünger, weil wir lachen konnten. Wir kommen nach Hause und haben nicht das Gefühl, fast 80 Jahre alt zu sein.»  
(Mitglied Tischgemeinschaft)*

## 2.2 Die Teilnahme an einer Tischgemeinschaft stärkt Lebenskompetenzen, die im Alter wichtig sind.

Ein zentrales Konzept in Bezug auf die psychische Gesundheit sind Lebenskompetenzen. Dabei handelt es sich um persönliche Ressourcen in Form von Fertigkeiten und Fähigkeiten, die wir als Menschen benötigen, um mit Aufgaben und Herausforderungen des täglichen Lebens erfolgreich umgehen zu können. Dazu gehören etwa kommunikative und soziale Kompetenzen und die Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen, sowie die Selbstreflexion und der Umgang mit den eigenen Gefühlen und mit Stress (Jacobshagen, 2020). Die Ergebnisse der Evaluation zeigen, dass die **Teilnahme an einer Tischgemeinschaft verschiedene Lebenskompetenzen fördern** kann. So erhalten die Mitglieder beispielsweise die Möglichkeit, sich in einem sozialen Umfeld mit ihren eigenen Bedürfnissen und den Bedürfnissen anderer auseinanderzusetzen. Die Tischgemeinschaften ermöglichen zudem lebendige Gespräche und Austausch unterschiedlicher Erfahrungen und Meinungen. Auch können die Teilnehmenden ihr eigenes Wissen und ihre eigene Erfahrung in die Gespräche oder in die Gestaltung der Tischgemeinschaften einbringen. Aus der Evaluation geht hervor, dass **vor allem kommunikative und soziale Kompetenzen sowie der Umgang mit den eigenen Gefühlen gefördert** werden (Abbildung 2).

ABBILDUNG 2

### Einschätzung der Kontaktpersonen: Welche Lebenskompetenzen werden durch die Tischgemeinschaften gestärkt?



Quelle: Interface, basierend auf der Online-Befragung der Kontaktpersonen vom April 2023

### 2.3 Die Tischgemeinschaften dienen als Ort für die Entwicklung von sozialen Kontakten und sozialer Unterstützung.

Ein weiteres zentrales Konzept in Bezug auf die psychische Gesundheit ist die soziale Unterstützung (Bachmann, 2020). Dabei handelt es sich um soziale Ressourcen, die bei der Bewältigung von Lebenssituationen und Problemen helfen. Die soziale Unterstützung ergibt sich aus sozialen Kontakten und Netzwerken. Die Ergebnisse der Evaluation zeigen, dass die **Teilnahme an Tischgemeinschaften die soziale Unterstützung positiv beeinflussen kann**. Durch die Teilnahme erfahren die Mitglieder soziale Teilhabe, was wiederum zu sozialen Kontakten führen kann, die sich mit der Zeit zu sozialen Netzwerken mit der entsprechenden Unterstützung entwickeln können (Abbildung 3).

Die Mitglieder berichten von Freundschaften, die aus den Tischgemeinschaften entstehen. Aus diesen Freundschaften entwickelt sich in vielen Fällen instrumentelle und informationelle Unterstützung im Alltag, wie Hilfe beim Ausfüllen der Steuererklärung, Begleitung bei Arztbesuchen oder das Hüten von Haustieren. Zudem kann die Unterstützung eine umfassendere und mitunter auch emotionale Form annehmen, zum Beispiel eine enge Begleitung im Krankheitsfall. **Die Förderung der sozialen Netze und der sozialen Unterstützung ist vor allem in Tischgemeinschaften festzustellen, die schon seit Langem mit einer stabilen Gruppe bestehen.**

*«Es ist ein Anteilnehmen aneinander. Man ist füreinander da, nicht nur, wenn es einem gut geht, sondern auch in schwierigen Situationen und Phasen.»*

*(Mitglied Tischgemeinschaft)*

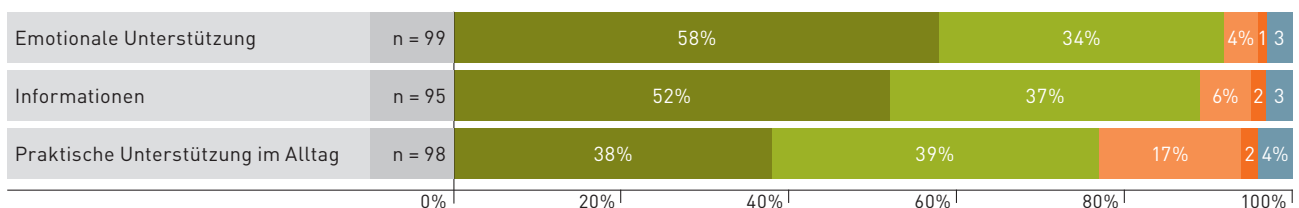
### 2.4 Die Tischgemeinschaften ermöglichen eine genussvolle Ernährung.

Eine genussvolle und ausgewogene Ernährung gilt als wichtige Voraussetzung für ein gesundes Leben und ein hohes Wohlbefinden. Im Alter spielt sie eine wichtige Rolle, denn sie trägt zur Erhaltung der Mobilität und Selbstständigkeit bei und kann sowohl die körperliche als auch die geistige Gesundheit positiv beeinflussen (Weber, 2022). Was die Auswirkungen der Tischgemeinschaften auf die Ernährung betrifft, so ergibt sich aus der Evaluation ein gemischtes Bild (Abbildung 4). In den Tischgemeinschaften **lässt sich kein besonderer Schwerpunkt auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung erkennen**. Zudem kann nicht eindeutig beurteilt werden, inwieweit die Teilnahme das Wissen, die Einstellung oder das Verhalten der Mitglieder in Bezug auf die Ernährung ausserhalb der Tischgemeinschaft beeinflusst. Hingegen ist **die Erfahrung eines genussvollen Essens klar erkennbar**: In den Tischgemeinschaften ist eine deutliche Freude am Essen in Gemeinschaft zu beobachten, beispielsweise mit schön gedeckten und dekorierten Tischen, schön angerichteten Menüs oder auch einem Glas Wein zum Essen.

ABBILDUNG 3

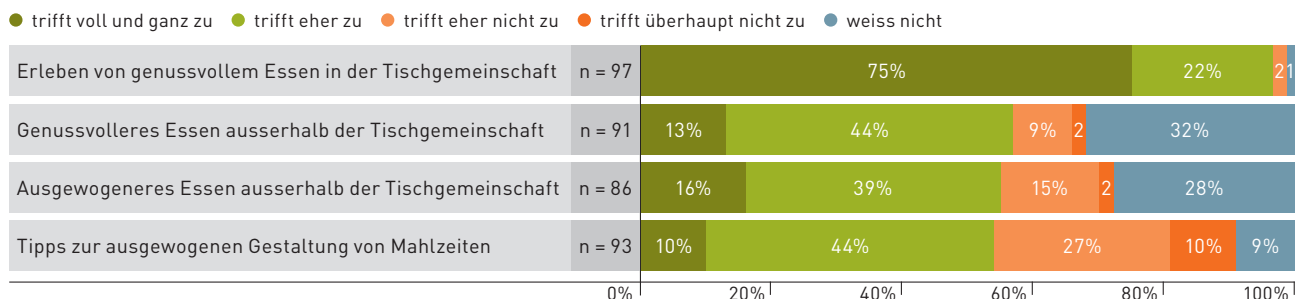
#### Einschätzung der Kontaktpersonen: Welche Arten der sozialen Unterstützung werden durch die Tischgemeinschaften gestärkt?

● trifft voll und ganz zu ● trifft eher zu ● trifft eher nicht zu ● trifft überhaupt nicht zu ● weiss nicht



Quelle: Interface, basierend auf der Online-Befragung der Kontaktpersonen vom April 2023

## ABBILDUNG 4

**Einschätzung der Kontaktpersonen: Welche Aspekte der Ernährung der Teilnehmenden werden durch die Tischgemeinschaften gestärkt?**

Quelle: Interface, basierend auf der Online-Befragung der Kontaktpersonen vom April 2023

## 2.5 Das Netzwerk leistet einen wichtigen Beitrag zur Gründung, Förderung und Vernetzung von Tischgemeinschaften.

Zur Erreichung des übergeordneten Ziels – die Gründung, Förderung und Vernetzung selbstorganisierter Tischgemeinschaften in der ganzen Schweiz – **stellt das Netzwerk Tavolata verschiedene Unterstützungsleistungen zur Verfügung.** Die Leistungen richten sich mehrheitlich an Multiplikator\*innen, die zur Gründung und Förderung von Tischgemeinschaften beitragen. Dies sind sowohl Partnerorganisationen und regionale Netzwerk-Vertretende als auch die Kontaktpersonen der im Netzwerk registrierten Tischgemeinschaften. Das Netzwerk bietet erstens Leistungen an, die über das Konzept der Tischgemeinschaften informieren und bei der Gründung der Tischgemeinschaften unterstützen. Dazu gehören Informationsveranstaltungen und Einführungskurse sowie schriftliche und audiovisuelle Unterlagen. Zweitens stellt das Netzwerk Informationen zur Verfügung, die bestehenden Tischgemeinschaften als Inspiration dienen. Dazu gehören die Zeitung *Bon Appétit!* sowie Material zu den Themen Gesundheit und Ernährung. Drittens besteht die Leistungspalette des Netzwerks auch aus Aktivitäten, die die Vernetzung zwischen den Tischgemeinschaften fördern. Dazu gehören jährliche Austauschveranstaltungen, ein Newsletter und ein virtueller Marktplatz.

Die Ergebnisse der Evaluation zeigen, dass **das Netzwerk mit seinen Aktivitäten verschiedene Gruppen von Multiplikator\*innen erreicht**, die zusammen mit der nationalen Geschäftsstelle des Netzwerks zur Gründung, Förderung und Vernetzung von Tischgemeinschaften beitragen. Vor allem das schriftliche Material und die Vernetzungsveranstaltungen werden häufig genutzt und als wertvolle Unterstützung erachtet. Betreffend die Verankerung des Netzwerks lassen sich sprachregionale Unterschiede feststellen. Das Netzwerk hat **vor allem in den deutsch- und italienischsprachigen Regionen einen Einfluss auf die Gründung und Förderung** von Tischgemeinschaften. In der französischsprachigen Schweiz, in der überwiegend institutionell organisierte Tischgemeinschaften bestehen, ist der Einfluss des Netzwerks begrenzt. Durch die Partnerschaft mit regionalen Pro-Senectute-Organisationen ist das Netzwerk jedoch indirekt mit diesen Tischgemeinschaften vernetzt und kann auch ihnen Unterstützungsleistungen anbieten. Schliesslich zeigt sich die Offenheit des Netzwerks hinsichtlich der Gestaltung und der Inhalte der Tischgemeinschaften als wichtiger Erfolgsfaktor: Die selbstorganisierten Tischgemeinschaften orientieren sich stark an den Wünschen und Bedürfnissen der Mitglieder, was das nachhaltige Bestehen der Tischgemeinschaften und damit deren Wirkungspotenzial fördert.

ABBILDUNG 5

**Wirkungsmodell des Netzwerks Tavolata und der Tavolata-Tischgemeinschaften mit Evaluationsresultaten**

Input und Umsetzung	Output Leistungen	Outcome I Wirkungen bei Multiplikator*innen <sup>a</sup>	Outcome II Wirkungen bei älteren Menschen	Impact Gesellschaftliche Wirkungen
<p><b>Konzeptionelle Grundlagen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Definition von Zielen, Zielgruppe und Aktivitäten</li> </ul> <p><b>Finanzielle Ressourcen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Migros-Kulturprozent</li> <li>• Migros-Genossenschaften</li> <li>• Gesundheitsförderung Schweiz</li> <li>• Mitgliedschaften</li> <li>• Weitere Organisationen</li> </ul> <p><b>Netzwerkorganisation</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorstand</li> <li>• Geschäftsstelle (bezahlt)</li> <li>• Mitgliederversammlung</li> <li>• Revisionsstelle</li> <li>• Tavolata-Rat</li> <li>• Tavolata-Beirat</li> <li>• Regionale Vertretende</li> <li>• Kontaktpersonen</li> <li>• Partnerorganisationen</li> </ul>	<p><b>Zwecks Gründung von Tischgemeinschaften</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationsveranstaltungen und Einführungskurse</li> <li>• Schriftliche und audiovisuelle Unterlagen (Leitfaden, Argumente, Videos usw.)</li> </ul> <p><b>Zwecks Förderung von Tischgemeinschaften</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zeitung <i>Bon Appétit!</i></li> <li>• Material zu den Themen Gesundheit und Ernährung (Broschüren, Ernährungstipps, virtuelle Veranstaltungen usw.)</li> </ul> <p><b>Zwecks Vernetzung von Tischgemeinschaften</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jährliche Austauschveranstaltungen</li> <li>• Newsletter</li> <li>• Virtueller Marktplatz</li> </ul>	<p><b>Multiplikator*innen ...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nutzen die Unterstützungsleistungen des Netzwerks.</li> </ul> <p><b>Multiplikator*innen ...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• tragen zur Neugründung und zur Qualität von Tischgemeinschaften bei.</li> </ul> <p><b>Multiplikator*innen ...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• erreichen (vulnerable) ältere Menschen und motivieren sie, an Tischgemeinschaften teilzunehmen.</li> </ul>	<p><b>Ältere Menschen ...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nehmen regelmässig an Tischgemeinschaften teil.</li> </ul> <p><b>Ältere Menschen ...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• knüpfen soziale Kontakte.</li> <li>• erleben Zugehörigkeit und Wertschätzung.</li> <li>• wenden ihre Lebenskompetenzen an und erhalten sie.</li> </ul> <p><b>Ältere Menschen ...</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• erweitern ihr Wissen über eine ausgewogene Ernährung.</li> <li>• erleben Freude am Essen.</li> <li>• ernähren sich im Alltag ausgewogen.</li> </ul>	<p>Förderung der physischen und psychischen Gesundheit von älteren Menschen</p> <p>Förderung des gesellschaftlichen Zusammenhalts</p>

<sup>a</sup> Multiplikator\*innen sind regionale Vertretende, Kontaktpersonen und Partnerorganisationen.

Hinweis: **Grün** markierte Felder verweisen auf positive Befunde aus der Evaluation und **orange** markierte Felder auf gemischte Befunde. **Blau** markierte Felder wurden nicht evaluiert.

Quelle: Interface, Stand Frühling 2023

### 3 Empfehlungen

Ausgehend von den Ergebnissen der Evaluation hat das Evaluationsteam von Interface fünf Empfehlungen für die Weiterentwicklung des Netzwerks Tavolata und der Tischgemeinschaften formuliert (Tabelle 1).

TABELLE 1

#### Empfehlungen für die Weiterentwicklung des Netzwerks Tavolata und der Tischgemeinschaften

Bereich	Empfehlungen
Finanzierung	<p><b>Tragfähiges Finanzierungsmodell entwickeln</b></p> <p>Das Netzwerk Tavolata sollte ein tragfähiges Finanzierungsmodell für seine Aktivitäten entwickeln, das sich überwiegend aus einer Kombination von mehrjährigen Finanzierungsquellen auf nationaler und kantonaler Ebene zusammensetzt. So könnte das Netzwerk eine stabile Finanzierungssituation gewährleisten und gleichzeitig betreffend Finanzierungsquellen ein Klumpenrisiko vermeiden. Mögliche Finanzierungspartner sind beispielsweise Kantone (z. B. über kantonale Aktionsprogramme) oder Stiftungen, die bewährte Projekte längerfristig unterstützen.</p>
Organisation	<p><b>Rekrutierung und Anbindung von Multiplikator*innen vorantreiben</b></p> <p>Das Netzwerk Tavolata sollte in den kommenden Jahren einen besonderen Fokus auf die Rekrutierung und die Anbindung von regionalen Tavolata-Vertretenden und Kontaktpersonen legen. Die laufende Rekrutierung ist zentral, um die bisher erzielten Erfolge in der Verbreitung von selbstorganisierten Tischgemeinschaften fortzusetzen und auf weitere Regionen auszuweiten. Durch die Anbindung von Multiplikator*innen als Mitglieder des neu gegründeten Vereins erhöht das Netzwerk seine Einflussmöglichkeiten auf die Gründung, Förderung und Vernetzung von Tischgemeinschaften.</p>
Leistungen	<p><b>Ressourcen für Unterstützungsleistungen gezielt einsetzen</b></p> <p>Das Netzwerk Tavolata sollte in Bezug auf seine Unterstützungsleistungen einen gezielten Einsatz der vorhandenen Ressourcen anstreben. Das Leistungsangebot sollte auf der Basis der Bedürfnisse der Multiplikator*innen und des Kosten-Nutzen-Verhältnisses weiterentwickelt werden. Kostenintensive Dienstleistungen sollten nur dann angeboten werden, wenn sie auf grosses Interesse stossen und von den Zielgruppen als nützlich empfunden werden.</p> <p><b>Ernährungsbezogene Sensibilisierungsarbeit mit realistischen Zielen weiterführen</b></p> <p>Das Netzwerk Tavolata sollte weiterhin das gemeinsame Essen als zentralen Bestandteil der Tischgemeinschaften fördern. Gleichzeitig sollte es sich realistische Ziele hinsichtlich der Auswirkungen auf die ernährungsbezogene Einstellung oder das Verhalten setzen. Das deutlichste Potenzial ist in der Sensibilisierungsarbeit zu sehen. Das Netzwerk sollte daher die bereits bestehende Sensibilisierungsarbeit zum Thema Ernährung weiterführen und den Kontakt zu ernährungsspezifischen Fachstellen weiter pflegen.</p>
Verbreitung	<p><b>Weitere Verbreitung von (verschiedenen Formen von) Tischgemeinschaften fördern</b></p> <p>Das Netzwerk Tavolata sollte sich für die weitere Verbreitung von Tischgemeinschaften einsetzen. Der Fokus sollte einerseits weiterhin auf der schweizweiten Verbreitung von selbstorganisierten Tischgemeinschaften liegen mit einem Schwerpunkt auf Regionen, in denen sich das Konzept bisher noch nicht etablieren konnte. Andererseits sollte das Netzwerk gemeinsam mit Pro Senectute Schweiz prüfen, wie weitere Pro-Senectute-Regionen – nebst der Unterstützung von selbstorganisierten Tischgemeinschaften – für das Konzept der institutionell organisierten Tischgemeinschaften gewonnen werden könnten.</p>

#### 4 Evaluationsdesign und Vorgehensweise

Zur Beantwortung der Evaluationsfragen wurden verschiedene methodische Zugänge gewählt, um das Netzwerk Tavolata und die Tischgemeinschaften aus unterschiedlichen Perspektiven zu betrachten (Tabelle 2).

TABELLE 2

##### Überblick über die Datenerhebungen der Evaluation

Datenerhebung	Inhalt	Zeitraum	Fallzahl
Analyse von Dokumenten und Daten des Netzwerks Tavolata	Überblick über Konzept, Zielsetzung, Organisation, Ressourcen und Leistungen des Netzwerks	Februar 2023	
Gespräche mit Vertretenden des Netzwerks Tavolata	Einschätzung zu Konzept, Zielsetzung, Organisation, Ressourcen, Leistungen und Wirkungen des Netzwerks; Einschätzung zu Gestaltung, Inhalten und Wirkungen der Tischgemeinschaften	Februar bis März 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Gruppengespräch mit 3 Vertretenden der Geschäftsstelle des Netzwerks</li> <li>• 3 Gruppengespräche mit insgesamt 11 regionalen Tavolata-Vertretenden</li> </ul>
Gespräch mit Vertretenden der Partnerorganisationen Pro Senectute Arc Jurassien und Pro Senectute Fribourg	Überblick über institutionell organisierte Tischgemeinschaften; Einschätzung zu verschiedenen Formen von Tischgemeinschaften und zur Zusammenarbeit mit dem Netzwerk	März 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Gruppengespräch mit 1 Vertretung von Pro Senectute Arc Jurassien und 1 Vertretung von Pro Senectute Fribourg</li> </ul>
Online-Befragung von Kontaktpersonen	Überblick über Teilnehmende, Gestaltung und Inhalte von Tischgemeinschaften; Einschätzung zu Wirkungen der Tischgemeinschaften; Einschätzung zu Leistungen des Netzwerks	April 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 101 Kontaktpersonen (Rücklaufquote: 59%)</li> </ul>
Vertiefende Analyse von Tischgemeinschaften	Einblick in Gestaltung und Inhalte von Tischgemeinschaften; Einschätzung zu Inhalten und Wirkungen von Tischgemeinschaften	Mai bis Juni 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 5 Besuche</li> <li>• 5 Beobachtungsbogen</li> <li>• 5 Gruppengespräche mit Teilnehmenden</li> </ul>
Standortanalyse		August 2023	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Postleitzahlen von 181 Tischgemeinschaften</li> </ul>



## 5 Literaturverzeichnis

- Bachmann, N. (2020). *Soziale Ressourcen. Förderung sozialer Ressourcen als wichtiger Beitrag für die psychische Gesundheit und eine hohe Lebensqualität*. Gesundheitsförderung Schweiz.
- Jacobshagen, N. (2020). *Lebenskompetenzen und psychische Gesundheit im Alter*. Gesundheitsförderung Schweiz.
- Meyer, C. (2022). Essen und Soziale Arbeit. Zur Überwindung der systematischen Vernachlässigung des Themas Essen in der Sozialen Arbeit. *Soziale Passagen 14*, 237–252.
- Weber, D. (2022). *Gesundheitsförderung für und mit älteren Menschen – Wissenschaftliche Erkenntnisse und Empfehlungen für die Praxis*. Bericht 10. Gesundheitsförderung Schweiz.

## Impressum

### Herausgeberin

Gesundheitsförderung Schweiz

### Projektleitung Gesundheitsförderung Schweiz

Dr. Sonja Kerr Stoffel,  
Projektleiterin Evaluation & Qualität

### Autorinnen

Interface Politikstudien Forschung Beratung AG:

- Kristin Thorshaug
- Julia Rickenbacher
- Sarah Fässler

### Redaktion

Ilona Hannich, Gesundheitsförderung Schweiz

### Evaluationsbericht

Thorshaug, K., Rickenbacher, J. & Fässler, S. (2023). *Evaluation «Tavolata»*. Bericht zuhanden Gesundheitsförderung Schweiz. Interface Politikstudien Forschung Beratung. Erhältlich auf Anfrage.

### Begleitgruppe der Evaluation

- Esther Kirchhoff und Daniela Specht, Geschäftsstelle Verein Tavolata
- Robert Sempach, Präsident Verein Tavolata
- Bettina Husemann, Cornelia Waser und Sabine Dobler, Gesundheitsförderung Schweiz

### Fotonachweis Titelbild

Daniel Winkler © Netzwerk Tavolata

### Reihe und Nummer

Gesundheitsförderung Schweiz, Faktenblatt 96

© Gesundheitsförderung Schweiz, Januar 2024

### Auskünfte/Informationen

Gesundheitsförderung Schweiz  
Wankdorfallée 5, CH-3014 Bern  
Tel. +41 31 350 04 04  
office.bern@promotionsante.ch  
www.gesundheitsfoerderung.ch/publikationen