



PROSENECTUTE A Grandson, un repas du troisième âge a lieu une fois par mois au restaurant des Quais. Rencontre avec la cousine de la table d'hôtes : la table au bistrot.

TEXTES ET PHOTOS : CATHERINE VIDMER

C'est dans un cadre ensoleillé qu'arrivent petit à petit les convives de Ghislaine Echavé, «Ghisou» pour les intimes. Pour ce repas organisé une fois par mois, la bénévoles accueille au restaurant des Quais des personnes du troisième âge, habitant la région et, parfois, venant de loin. «Des personnes viennent depuis Sainte-Croix, Mauborget, Villars-Burquin et même depuis Lausanne et Froideville», précise l'organisatrice des repas.

Démarrée en octobre 2022, c'est avec le bouche-à-oreille que la tablée initiale s'est agrandie, passant d'une petite dizaine de personnes à la vingtaine de convives. Le restaurant au pied du lac de Neuchâtel plaît beaucoup aux participants, même si le cœur de l'événement, c'est son hôtesse dévouée. «On vient pour le cadre et surtout pour Ghisou, qui est très sympa», confie la Crissiroise Christiane avec l'approbation générale.

Cette table au bistrot a très vite rencontré des fidèles. Des affinités ont même perduré au-delà de ces rendez-vous mensuels. «Dans ce groupe de gens qui ne se connaissaient pas, qui viennent de près ou de loin, il s'est créé des amitiés. Ils se voient maintenant même en dehors de notre repas et ça, c'est juste magnifique», exprime la



Une tablée de Grandsonnois, très fidèles au rendez-vous.

bénévole. Des liens tissés, mais aussi du soutien qui est apporté quand certains manquent à l'appel. «Il y a des personnes qui ont eu des problèmes de santé et spontanément on a écrit. Tout le monde a envoyé des messages, pris des nouvelles», raconte-t-elle.

Une envie de se rencontrer...

Les tables au bistrot présentent des occasions d'échanger. Habitante de Grandson, Nelly Addor, qui est venue avec son époux, admet à ce sujet : «J'aime bien voir du monde. Rester chez soi, ça va un moment!» Madame Monnier, 93 ans, participe à plusieurs activités proposées par Pro Senectute à Grandson. Elle souligne que bien que ces loisirs existent, il faut en général que le premier pas, et même les suivants, vienne de son initiative personnelle : «Il faut faire l'effort soi-même quand on est âgé. Si on ne sort pas un petit peu, on est vite oublié.»

...pour pallier la solitude des vieux jours

Certaines personnes viennent en couple, d'autres entre copains, mais beaucoup viennent seules. Un pas qui n'est guère évident à franchir pour tous. Beaucoup de seniors témoignent d'une peur de se sentir comme «la pièce rapportée», décrit Christine, qui redoutait une telle situation. Elle aime retrouver des gens qu'elle connaît. «Ça anime un peu la solitude du retraité», commente-t-elle. Etant entrée depuis peu dans le troisième âge, elle découvre des manières différentes de se faire des connaissances. «Je vis à Sainte-Croix depuis trois ans et je me rends compte que c'est compliqué de relationner à partir d'un certain âge, avoue-t-elle. Des événements comme celui-ci, ça aide. Ça facilite le contact.» Derrière une oscillation aussi triviale qu'un «j'y vais, je n'y vais pas» repose parfois des enjeux bien plus vastes. «Arrivé un moment, il faut se demander ce

qui nous motive à vivre, exprime sans détour Christine. Parce que quand on devient très âgé, on ne va plus fonder une famille, rencontrer l'amour de sa vie ou devenir millionnaire!»

Christine Logoz, référente des activités Pro Senectute du Nord vaudois, met un accent particulier sur cet objectif : inciter le maintien d'une vie sociale après la retraite, à travers ce concept de tables conviviales. Elle explique que même pour les grands solitaires, il est essentiel de ne pas trop s'isoler, surtout avec l'âge. «Quand il y a une crise de vie, un veuvage, souvent ça enferme. Quand on atteint le grand âge, les gens autour de nous s'en vont, les repères sont perdus et à cet instant-là c'est important de parvenir à reprendre pied dans la société», affirme-t-elle. Pour Christine, qui se dit très indépendante, les tables au bistrot sont néanmoins toujours à l'agenda. «Finalement, à chaque fois je reviens!» conclut-elle.

Des tables dans toute la région

Pro Senectute Vaud propose des tables d'hôtes, des tables au bistrot, des grandes tablées (repas en salle) et des tables de Noël. En 2023, plus de 12 000 repas ont été servis dans les communes vaudoises. Une quarantaine de bénévoles organisent actuellement des tables au bistrot.

INFOS PRATIQUES

Table au bistrot - Grandson Restaurant Les Quais

A l'adresse: Ch. du Lac 43.
Le prix du repas, café compris est de 23 francs par personne. Les inscriptions doivent être prises 48h à l'avance.
Bénévole: Ghislaine Echavé
Tél.: 077 410 12 50.
Prochaine date: 12 juin 2024.
Pour plus d'informations sur les tables conviviales: Christine Logoz, animatrice. 024 425 78 36.



La table au bistrot de Grandson réunit des seniors entre 65 et 93 ans.