



## Colombière

## Le bénévolat passe à table

Depuis près de trois ans, Dominique et René Perruchoud organisent à leur domicile des tables d'hôtes selon la formule proposée par Pro Senectute.

PAR OLIVIER CAZELLES

PHOTOS: DOMINIQUE PERRUCHOU

### Pourquoi proposer une table d'hôtes chez vous ?

En préparant notre retraite, il y a quelques années, nous avons réalisé que nous disposions de temps pour nous impliquer dans une nouvelle activité. Chacun était déjà engagé dans le bénévolat dans le domaine de son choix. Avec une table d'hôtes, nous allions pouvoir réaliser une action bénévole ensemble, qui plus est à domicile. En outre, accueillir des personnes âgées vivant généralement seules correspond pleinement à ce que nous avons toujours privilégié: nous ouvrir aux autres pour recevoir.

### Comment cela a-t-il commencé ?

A notre grand étonnement, un groupe de sept personnes s'est annoncé la première fois. Près de six mois plus tard, afin de répondre à une demande soutenue, nous avons proposé une deuxième table d'hôtes mensuelle. A ce jour, nous avons trouvé notre rythme de croisière.

Aux personnes présentes dès le début s'en sont ajoutées d'autres. Et puis, il y a celles et ceux qui viennent une ou deux fois et que l'on ne revoit plus; et celles et ceux qui reviennent occasionnellement. Enfin,



*Santé! L'apéritif permet de faire connaissance.*

de nouvelles personnes manifestent leur désir de participer. La publicité que nous fait Pro Senectute dans le journal régional, «La Côte», a un effet positif.

### Comment se déroulent ces tables d'hôtes ?

Le rituel est chaque fois identique: accueil autour d'un apéritif, repas (entrée, plat, dessert), café ou thé avec mignardises. Incontestablement, le moment du repas

est la partie la plus dense en échanges: petites épreuves, vacances, projets,... Au fil du temps, nous avons ainsi découvert des personnes aux parcours de vie étonnants, riches et variés. C'est chaque fois un réel plaisir et un encouragement à avancer dans la vie avec confiance. Car nous sommes convaincus que l'ouverture et le partage nous font grandir.



*Le repas est riche en convivialité et en échanges.*