

Université de Lausanne  
Faculté des sciences sociales et politiques  
Institut de Psychologie  
Session d'automne 2021

# **Vieillesse réussie et socialisation : comparaison des expériences et des pra- tiques des bénévoles et des bénéficiaires des tables d'hôte Pro Senectute**

Maîtrise universitaire ès sciences en psychologie clinique  
Debora Martinez

Directrice  
Dre Fasseur Fabienne

Experte  
Joseph Mehregan



# Résumé

## Introduction

Le vieillissement démographique constitue une problématique centrale dans les politiques économique, sanitaire et sociale des pays occidentaux et de la Suisse. En effet, la proportion des octogénaires aura triplé d'ici 2050 et le système actuel économique et de soins ne permet pas de faire face à la hausse des coûts et de garantir des soins de qualité. En parallèle, les représentations du vieillissement ont fortement évolué depuis les 50 dernières années, passant d'une représentation de la vieillesse comme une période de dégradation à celle d'une période active et bien portante. Dans ce contexte, les Tables conviviales représentent une prestation permettant d'améliorer le bien-être et participent à une représentation positive du vieillissement.

## Objectifs

L'objectif de ce travail exploratoire est de comprendre l'effet de la participation en tant que bénévole et bénéficiaire des tables d'hôtes sur le bien-être des seniors. Il s'agit également de découvrir quelles sont leurs motivations et leurs représentations de cette activité ainsi que les éventuelles difficultés rencontrées.

## Méthode

Pour comprendre ce phénomène, nous avons effectué un travail de type qualitatif basé sur la *grounded theory*. Nous avons réalisé un travail de type inductif en récoltant les données sur le terrain via des observations participantes à des tables d'hôtes, 5 entretiens semi-structurés avec des bénévoles et 1 entretien avec une experte de Pro Senectute. En tant que procédé itératif, des allers-retours avec la littérature sur le vieillissement ont également servi à l'analyse des données lors de la théorisation.

## Résultats

La participation aux tables d'hôtes a un effet positif sur le bien-être. L'appartenance à un groupe et les émotions positives partagées lors du repas avec des pairs représentent à la fois la motivation des individus à participer mais influencent aussi positivement leur bien-être. Cette activité permet aux seniors d'améliorer leur sentiment d'auto-efficacité et de développer des stratégies adaptatives face au stress. Les bénévoles bénéficient plus de l'activité que les bénéficiaires.

## Conclusion

La prestation des Tables conviviales illustre une activité sociale communautaire qui influence positivement la santé des seniors et densifie le tissu social tout en valorisant le vieillissement comme une période d'activité et d'autonomie.

## Mots-clés

**vieillissement réussi, Pro Senectute, intervention communautaire, bénévolat, méthodes qualitatives, *grounded theory*, Suisse romande**

# Abstract

## Introduction

Demographic ageing is a central issue in the economic, health and social policies of Western countries and Switzerland. Indeed, the proportion of octogenarians will have tripled by 2050 and the current economic and care system cannot cope with the rising costs and guarantee qualitative care. Meanwhile, perceptions of ageing have changed significantly over the last 50 years, from a view of old age as a period of decline to one of active and healthy age. In this context, the Tables conviviales represent a service to improve well-being and contribute to a positive representation of ageing.

## Objectives

The aim of this exploratory work is to understand the effect of participation as a volunteer and as a beneficiary in the tables d'hôtes on the well-being of seniors. It also aims to find out what their motivations and representations of this activity are, as well as the possible difficulties they encounter.

## Method

To understand this phenomenon, we carried out a qualitative study based on *grounded theory*. We carried out inductive work by collecting data in the field through 3 participant observations at the guest tables, 5 semi-structured interviews with volunteers and 1 interview with a Pro Senectute expert. As an iterative process, back and forth with the literature on ageing was also performed to analyze the data during the theorization process.

## Results

Participation in the table d'hôtes has a positive effect on well-being. The feeling of belonging to a group, the positive emotions shared during the meal with peers represent both the motivation of individuals to participate but also positively influence their well-being. This activity allows seniors to improve their sense of self-efficacy and to develop adaptive strategies to cope with stress. Volunteers benefit more from the activity than beneficiaries.

## Conclusion

The Tables conviviales service is an example of a community-based social activity that positively influences the health of seniors and strengthens the social fabric while valuing aging as a period of activity and autonomy.

## Keywords

**successful ageing, Pro Senectute, community intervention, volunteering, qualitative methods, *grounded theory*, French-speaking Switzerland**

# Remerciements

Je tiens à remercier vivement toutes les personnes qui ont contribué de près ou de loin à la réalisation de ce travail et particulièrement Madame Fasseur pour la proposition de ce sujet, ses conseils avisés et son soutien à chaque étape, ainsi que Madame Joseph pour sa disponibilité, son enthousiasme sur le projet et évidemment son rôle essentiel dans la coordination des rencontres avec les bénévoles.

Un grand merci également à tous les bénévoles qui ont accepté de me rencontrer et ont donné vie à ce projet en me racontant leur expérience, à celles qui m'ont accueillie autour de leur table, merci aux participants pour les riches et joyeux échanges qui m'ont permis d'avancer et m'ont motivé jusqu'à la fin.

Un grand merci aussi à Théo Barraud pour la mise en page de ce document et à Dominique Olivary Guex pour la relecture.



# Table des matières

<b>Introduction</b>	<b>11</b>
<b>1. Contexte – Revue de la littérature</b>	<b>14</b>
1.1 Le vieillissement .....	14
1.1.1 Vieillissement – modèles théoriques .....	14
1.1.2 Vieillissement et activité – une opportunité .....	17
1.1.3 Vieillissement démographique en Suisse .....	20
1.1.4 Vieillissement en Suisse romande .....	23
1.2 Pro Senectute : offre Tables conviviales .....	26
<b>2 Problématique</b>	<b>28</b>
<b>3 Méthodologie</b>	<b>30</b>
3.1 Étapes et construction de la recherche .....	30
3.2 Modèle théorique méthodologique : la <i>Grounded Theory</i> .....	31
3.3 Observation participante .....	32
3.4 Entretiens semi-structurés .....	32
3.5 Entretien de triangulation .....	33
3.6 Population .....	33
3.7 Éthique .....	34
3.8 Analyse des données : <i>Grounded Theory</i> .....	34
3.8.1 Processus de théorisation .....	35
3.9 Difficultés rencontrées dans la récolte des données .....	35
<b>4 Résultats</b>	<b>37</b>
4.1 Tableau brut accessibilité .....	37
4.2 Tableau brut activité bénévolat .....	38
4.3 Tableau brut alimentation .....	39
4.4 Tableau brut apprentissage de nouvelles compétences .....	40

4.5	Tableau brut attitudes différentes hommes et femmes .....	41
4.6	Tableau brut communication sur l'activité de la table d'hôtes .....	42
4.7	Tableau brut composition du groupe .....	43
4.8	Tableau brut création de liens .....	44
4.9	Tableau brut émotion bienfaits .....	45
4.10	Tableau brut organisation temporelle .....	47
4.11	Tableau brut représentations personnelles bénévolat .....	48
4.12	Tableau brut santé .....	49
<b>5</b>	<b>Analyse comparative des résultats</b>	<b>50</b>
<b>6</b>	<b>Discussion</b>	<b>53</b>
6.1	Quelles sont les motivations des seniors à prendre part ou organiser une table d'hôtes ? .....	53
6.2	Quels sont les effets de la participation ou l'organisation d'une table d'hôtes sur le bien-être les participants et bénéficiaires ? .....	54
6.3	Dans quelle mesure l'accessibilité a un effet sur la participation des seniors ? .....	56
6.4	Quels sont les éventuels éléments qui facilitent le premier pas pour les nouvelles personnes qui souhaitent rejoindre une table d'hôtes ? ...	57
6.5	Considérations générales .....	59
<b>7</b>	<b>Expérience vécue de la chercheuse</b>	<b>61</b>
7.1	Réflexivité Debora Martinez .....	61
	<b>Conclusion</b>	<b>64</b>
	<b>Bibliographie</b>	<b>67</b>
	<b>Annexes</b>	<b>73</b>
	Feuillet d'information et déclaration de consentement .....	73
	Canevas entretiens semi-structurés .....	82
	Retranscriptions d'entretiens .....	84
	Entretien A .....	84
	Entretien B .....	96



Entretien C .....	120
Entretien D .....	134
Entretien E .....	144
Journal de bord .....	157
Tableau brut d'analyse .....	168

Note : Par souci de lisibilité, le masculin générique a été employé pour désigner les deux sexes. Cependant, nous tenons à relever que les personnes rencontrées au cours de ce travail étaient principalement des femmes.



# Introduction

La vieillesse fait partie intégrante de la vie et pourtant, elle suscite encore aujourd'hui une attitude de peur et de rejet au sein de la population (Hummel, 2002). Dans une culture où règnent les valeurs libérales de la concurrence et le culte de la performance, on a préféré allier la technologie au projet antique de la jeunesse éternelle en proposant toutes sortes de cures et opérations plutôt que de faire la paix avec la perspective de la mort (Aquino, 2007). Les premiers travaux sur les seniors remontent à 1867 avec les « Leçons cliniques sur les maladies des vieillards » de Charcot et instituent une représentation tenace de la vieillesse comme une période de perte et de détérioration (Hummel, 2006). Ensuite, le domaine est laissé de côté jusqu'aux années 1970 puis regagne de l'intérêt et fait l'objet de collaborations multidisciplinaires – sociologie, psychologie, économie – qui fondent la gérontologie actuelle. Sous l'influence modèle biopsychosocial et de la psychologie positive, les gérontologues tendent à reconsidérer le modèle « défectologique » alors en vigueur pour adopter une approche davantage positive de la vieillesse. Ainsi apparaît la notion de « vieillissement réussi » et les modèles de Rowe & Kahn (1989) et Baltes & Baltes (1990) suscitent l'intérêt tant dans le domaine académique qu'auprès du grand public. De plus, dès les années 1990, l'analyse des évolutions démographiques montre que la plupart des sociétés occidentales se dirigent vers un vieillissement de la population que les systèmes de soin et économique ne peuvent pas accompagner de manière harmonieuse et amène un essor de la recherche en gérontologie (Schmid Botkine & Rausa-de Luca, 2008). En effet, le double baby-boom qui suit la fin de la 2ème Guerre mondiale et la période des Trente Glorieuses, les progrès technico-médicaux qui permettent de réduire le taux de mortalité et d'augmenter l'espérance de vie, et, enfin, la baisse du taux de natalité contribuent à un vieillissement démographique accru de la population (Schmid Botkine & Rausa-de Luca, 2008). Ce vieillissement démographique représente un véritable défi social, économique et sanitaire pour la Suisse, le système actuel ne permet pas financièrement d'offrir des retraites convenables et des soins adaptés aux seniors puisque les structures d'âge et le rapport de dépendance sont déséquilibrés : en 2007, le rapport est d'un retraité pour quatre personnes actives et d'ici 2050 les prévisions tablent sur un retraité pour 2 personnes actives, mettant à mal le fonctionnement actuel (Schmid Botkine & Rausa-de Luca, 2008).

Ainsi, le modèle théorique sous-jacent aux politiques publiques pour répondre à la situation est essentiel, et si le concept de « vieillissement réussi » subit quelques changements, la volonté de changer les représentations délétères des seniors et de mettre en avant les aspects positifs demeure, de telle sorte que l'OMS propose en 2002 aux Etats Membres de développer une « société pour tous les âges » (Office fédéral de la statistique [OFS], 2008, p.18). Les années 2000 sont donc marquées par des travaux qui analysent les phénomènes améliorant la qualité de vie des seniors selon les éléments identifiés par les théories du « vieillissement actif » leur permettant de mener une vie décente et autonome le plus longtemps possible. En effet, depuis 1999, l'espérance de vie à 65 ans est passée de 16,7 ans pour les hommes et 20,6 ans pour les femmes à 20,0 ans pour les hommes et 22,7 ans pour les femmes (OFS, 2020). Ainsi, les seniors vivent plus longtemps et cette augmentation est constante depuis la fin de la 2ème Guerre mondiale (Schmid Botkine & Rausa-de Luca, 2008). De plus, en Suisse romande 69,3% des personnes âgées de 65 ans et plus s'esti-

ment en bonne ou très bonne santé avec peu de limitations fonctionnelles (OBSAN, 2020) ce qui signifie que cette augmentation de l'espérance de vie représente aussi une nouvelle période relativement longue durant laquelle les seniors peuvent vivre de manière indépendante. Par ailleurs, cette augmentation de l'espérance de vie a aussi mené à l'émergence d'une nouvelle génération surnommée « génération sandwich », qui comprend des individus entre 45 et 65 ans cumulant des charges professionnelles, familiales ainsi que d'aide informelle (Oulevey Bachmann & al., 2013). Cette génération fait l'objet d'une attention particulière dans la mesure où la somme de ces différentes charges représente un éventuel risque pour la santé de ces personnes dont le 70% se déclare stressé (Williams, in : Oulevey Bachmann & al., 2013).

Concernant la Suisse, Pro Senectute propose depuis près de 15 ans une prestation sociale, les Tables conviviales, qui réunissent des seniors autour d'un repas. Le succès de la prestation est formidable et la branche vaudoise de la fondation souhaiterait mieux comprendre les phénomènes sous-jacents afin de rendre accessible cette prestation à davantage de personnes. Cette prestation s'inscrit dans une approche communautaire qui vise à sortir les gens de leur isolement tout en laissant les bénévoles se charger de l'accueil de façon autonome.

Ainsi, l'objectif de ce travail sera d'analyser les pratiques et expériences des bénévoles et des bénéficiaires des tables d'hôte. En effet, nous cherchons dans ce travail à analyser dans quelle mesure la participation et l'organisation des tables d'hôte a un effet sur le bien-être des participants et dans quelle mesure les théories du vieillissement réussi permettent d'expliquer les phénomènes en jeu. Nous chercherons aussi à comprendre quelles sont les motivations des bénévoles et des participants et le sens que prend cette activité dans leur trajectoire de vie. Nous supposons que les effets et motivations des 2 groupes sont différents tant qualitativement que quantitativement, c'est-à-dire que les tables d'hôtes profitent aux 2 groupes mais les bénévoles en tirent davantage de bénéfices dans la mesure où ils sont plus actifs. Par ailleurs, les représentations et attitudes qui précèdent la participation seront étudiés plus précisément dans la mesure où les éléments favorisant ou limitant le premier pas ainsi que l'accessibilité à la table revêtent une importance particulière pour la promotion de la prestation pour Pro Senectute.

Pour réaliser ce travail, nous aurons recours aux méthodes qualitatives afin de comprendre le sens que donnent les participants à leur expérience. Ainsi, notre méthode s'inscrit dans le modèle inductif de la *grounded theory* qui consiste à faire émerger du terrain des connaissances (Fasseur, 2018). Conséquemment, les outils principalement mobilisés sont l'entretien semi-structuré approfondi, l'observation participante et l'entretien de triangulation. Nous procéderons à l'analyse des données par le processus de la *grounded theory* selon lequel nous réaliserons plusieurs codages (ouvert, axial et sélectif) afin de donner du sens à nos données. De plus, il s'agit d'un processus itératif : des allers-retours avec le terrain font donc partie de la démarche, tout comme les mémos et la tenue d'un journal de bord qui permettent de documenter également l'expérience et l'exercice de pensée du chercheur.

Actuellement, le vieillissement « actif » ou « réussi » ne fait pas l'objet d'études qualitatives en Suisse romande. Ce travail autour des représentations du bénévolat et

des potentiels effets sur le bien-être d'une telle prestation a donc une portée exploratoire qui pourrait à l'avenir amener à développer la pratique. En effet, régionales pour promouvoir la qualité de vie chez les seniors tout en maintenant des coûts peu élevés pour le système de soin, les Tables conviviales représentent potentiellement une opportunité considérable pour les autorités communales et régionales.

# 1. Contexte – Revue de la littérature

## 1.1 Le vieillissement

Cette section vise tout d’abord à replacer la notion de vieillissement dans son inscription historico-culturelle, puis à décrire les perspectives que le modèle du vieillissement réussi offre, et leur intérêt tant à l’échelle de l’individu que de la société. Puis, nous nous arrêterons sur le cas de la Suisse afin de présenter l’état de la recherche actuelle en gérontologie, ainsi que les représentations du vieillissement en Suisse romande. Finalement, les enjeux du vieillissement démographique pour les seniors et la Suisse seront analysés.

### 1.1.1 Vieillissement – modèles théoriques

La question du vieillissement tracasse philosophes, scientifiques et artistes de la Grèce antique qui cherchaient déjà à arrêter ou inverser les effets du temps. Ainsi, on trouve chez Hérodote au V<sup>ème</sup> siècle les traces du mythe d’une source capable de rendre sa jeunesse à toute personne qui s’y baigne, une fontaine de jouvence (Byl, 2013). Au XIX<sup>ème</sup> siècle, la vieillesse est aussi dépeinte dans la littérature comme le dernier des maux. Pour profiter de leur jeunesse et d’une vie frivole, Faust pactise avec Méphistophélès et Dorian Grey condamne son tableau. Plus récemment en 1954, le général de Gaulle s’inspire de Chateaubriand et critique dans ses mémoires le maréchal Pétain de sa célèbre formule cinglante « la vieillesse est un naufrage ». Ces quelques exemples tirés de la culture populaire illustrent un rapport âgiste à la vieillesse, c’est-à-dire rempli de stéréotypes et de positions de rejet (Hummel, 2002), tandis que les travaux actuels en gérontologie visent à mieux comprendre le phénomène du vieillissement, et discerner les manifestations qui relèvent de la sénescence de celles de la maladie.

Actuellement, la notion de vieillissement est polysémique et peut être appliquée autant à des individus qu’à une société dans son ensemble. Jeandel & Pascaud donnent la définition suivante du vieillissement des individus : « [le vieillissement] se caractérise par une réduction des capacités fonctionnelles et par l’augmentation d’incidence des maladies liées à l’âge. » (2021, p. 21). Les capacités fonctionnelles sont comprises ici comme les aptitudes nécessaires à une personne pour maintenir son autonomie et accomplir les activités quotidiennes élémentaires telles que voir, entendre, parler, manger, marcher, se laver (Observatoire suisse de la santé [OBSAN], 2020). En Suisse, les chercheurs parlent d’une part de « limitation fonctionnelle », et d’autre part des « activités de la vie quotidienne » (OBSAN, 2020 ; OFS, 2018), opérant alors une distinction plus fine. Les limitations fonctionnelles touchent 3 capacités : la vue (voir, lire), l’ouïe et la locomotion. De plus, on distingue les activités de la vie quotidienne (AVQ) des activités instrumentales de la vie quotidienne (AIVQ) : les premières consistent en des actions du quotidien telles que se lever d’un lit, s’habiller, manger, aller aux WC, prendre une douche et les secondes sont des activités plus complexes telles que faire des courses, téléphoner ou faire la lessive (OBSAN 2020 ; OFS, 2018). Selon cette définition, le vieillissement est compris comme physiologique. C’est le champ biomédical qui fournit les principales théories explicatives à ce sujet qui sont de deux natures : métabolique et génétique. Premièrement, selon la théorie métabolique, le vieillissement est dû à un déclin du métabolisme qui n’a plus les ressources énergétiques suffisantes pour le renouvellement des cellules.

Ce déclin serait dû à l'altération des mitochondries suite à des agressions répétées des radicaux libres notamment (Jeandel & Pascaud, 2021). Deuxièmement, selon la théorie génétique, le vieillissement serait en lien avec le programme génétique de l'individu et l'altération de celui-ci suite à des mutations génétiques. Dans les deux cas, il est question de la dégénérescence cellulaire, qu'elle soit due au métabolisme ou à la génétique, qui augmente les risques pour la personne de développer des pathologies infectieuses ou cardio-vasculaires entre autres.

Si cette théorie physiologique du vieillissement est actuellement la plus répandue, les modèles du vieillissement quant à eux ont sensiblement évolué à partir des années 1970-1980 (Aquino, 2007 ; Crignon-de Oliveira, 2010 ; Hummel, 2002 ; Hummel, 2006 ; OBSAN 2020). La plupart des auteurs s'accordent pour attribuer à l'article de Butler (1969) « âge-isme : une autre forme de bigoterie » (propre traduction) la primauté dans ce processus puisqu'il montre à travers une analyse sociologique comment la discrimination à l'encontre des personnes âgées fait écho à d'autres discriminations sociales comme le racisme ou le sexisme, en prenant pour ce faire l'exemple de la création de logements communautaires pour seniors dans une petite ville du Maryland. Grâce à cet article, un nouveau champ de recherches multidisciplinaires s'ouvre aux États-Unis – la gériatrie – et les travaux sur le vieillissement et les représentations sociales de celui-ci abondent. Ce corps d'étude met à jour les différents stéréotypes négatifs de la vieillesse : dépression, maladie, handicap, sénilité, démence, ainsi que l'effet pragmatique sur les individus, comme les difficultés dans le monde professionnel de trouver un emploi au-delà de 45 ans ou d'accéder à la formation continue (Hummel, 2002). Ces travaux des années 1980 ont permis par ailleurs de différencier le vieillissement dit « normal » du vieillissement pathologique ou morbide (Aquino, 2007 ; Hummel, 2006, Walker, 2002). Le vieillissement normal est compris comme le processus de l'effet du temps sur un organisme sans pour autant que des déficiences physiques ou mentales en résultent. À l'inverse, on parle de vieillissement pathologique lors de l'apparition de maladies liées à l'âge telles que la maladie d'Alzheimer ou la démence (Aquino, 2007 ; Hummel, 2002 ; Hummel, 2006). Cependant, malgré ces avancées, les modèles de la recherche en gériatrie demeurent « déficientologiques » dans la mesure où les chercheurs se concentrent sur les pertes des individus.

Au début des années 1990 apparaissent différents modèles qui marquent un tournant épistémologique en présentant une vision plus positive de la vieillesse. Des modèles unidimensionnels biologique, cognitif et psychosocial font leur apparition : ils visent à améliorer les performances ou la qualité de vie des individus mais ne fournissent pas un modèle explicatif global de l'individu (Aquino, 2007). En parallèle, deux modèles multidimensionnels rencontrent un certain succès : le modèle du vieillissement réussi de Rowe & Kahn (1989) aux États-Unis et le modèle stratégique de Baltes & Baltes (1990) en Allemagne.

Tout d'abord, dans le modèle du « vieillissement réussi » que proposent Rowe & Kahn (1989) les auteurs réfutent le lien entre sénescence et augmentation des risques d'affection, car selon eux la mise en place de stratégies salutogéniques permet de réduire ce facteur de risque. L'emphase est donc mise sur la prévention, ainsi que sur les choix de l'individu qui devient dès lors agent de sa santé et responsable de sa vieillesse. Pour Rowe & Kahn, 3 composantes principales sont à prendre en compte

pour parler d'un vieillissement réussi : la prévention de maladies et handicaps, le maintien d'une fonction physique et cognitive et un engagement soutenu dans des activités sociales et productives (1997). En Allemagne, Baltes & Baltes (1990) forment dans une perspective dynamique l'idée que les individus ont 3 stratégies à disposition pour maintenir leur autonomie : la sélection, l'optimisation et la compensation (Aquino, 2007 ; Hummel, 2006). Les dénominateurs communs de ces théories sont la compréhension englobante et multifactorielle du vieillissement – les dimensions sociale, économique ou psychologique sont prises en compte dans ces modèles – et l'intérêt pour la prévention : selon les chercheurs, la situation des aînés correspond à l'accumulation des choix de vie et ne fait qu'accentuer les différences préexistantes. Dès lors, le modèle du vieillissement réussi va supplanter le vieillissement normal et le champ de la gérontologie sera caractérisé par la polarité entre vieillissement réussi et vieillissement pathologique (Hummel, 2006).

Cependant, le modèle du vieillissement réussi et particulièrement celui de Rowe & Kahn aux critères très sélectifs font l'objet de vif débats (Braam, 1999 ; OBSAN, 2020). Plus particulièrement, le modèle du vieillissement réussi est considéré comme normalisant et associé à une performance que la personne âgée doit réussir (Crignon-De Oliveira, 2010 ; Hummel, 2002). De plus, les détracteurs de ce modèle insistent sur la dimension élitiste du modèle au vu de la difficulté à atteindre un vieillissement réussi en raison des critères jugés trop exigeants et focalisant l'attention sur les déficiences à combler plutôt que sur le bien-être global (Crignon-De Oliveira, 2010).

Ainsi, à partir de ces modèles, d'autres voient le jour, tels que le vieillissement productif puis actif (OBSAN, 2020 ; Walker, 2002) qui mettent en avant le lien entre activité et santé. L'Organisation Mondiale de la Santé [OMS] soutient une approche multidimensionnelle du vieillissement actif lors de la Deuxième Assemblée mondiale des Nations Unies sur le Vieillissement. Le vieillissement actif est compris comme le processus permettant l'épanouissement social, mental et physique de la personne tout en prenant en compte ses besoins et capacités (OMS, 2002). Plus récemment, l'OMS a mis en place la proposition de la décennie pour le vieillissement en bonne santé (2021-2030), soit une décennie dédiée à la mise en place de programmes conviant un large panel d'intervenants (gouvernements, professionnels, média, milieux académiques, etc.) pour le vieillissement en bonne santé, décrit comme : « Le processus de développement et de maintien des aptitudes fonctionnelles qui permet aux personnes âgées de jouir d'un état de bien-être. » (OMS, 2020, p.3).

Pourtant, si les modèles sur le vieillissement ont évolué au cours des 50 dernières années et ont élargi le champ de réflexion, ni les représentations en la matière ni les pratiques sur le terrain n'ont nécessairement suivi le même développement. A titre d'exemple, dans le champ médical apparaît à la fin du XXème siècle le mouvement anti-vieillesse qui espère grâce aux avancées de bio-technologie telles que les nanotechnologies ou la génétique, stopper l'effet du temps sur l'organisme (Hummel, 2006). Cette mouvance illustre la quête de longue date de jeunesse éternelle et montre bien que si la gérontologie cherche à présenter le vieillissement en bonne santé comme une option pertinente elle ne l'a pas rendu pour autant désirable. Par ailleurs, l'un des obstacles majeurs de l'application d'interventions adaptées réside dans l'hétérogénéité des situations des seniors. En effet, les études



longitudinales de ces dernières années ont mis en avant que les inégalités sociales en matière d'éducation et de revenu constituent un facteur très important dans le vieillissement puisqu'elles ont un impact tant sur l'espérance que sur la satisfaction de vie. En Suisse il existe une différence de 4,4 ans d'espérance de vie entre des professionnels non formés et des professionnels évoluant dans des fonctions libérales ou scientifiques (Hummel, 2006). Ensuite, concernant la qualité de vie, l'OFS (2018) montre une différence marquée entre les individus considérés pauvres et non pauvres concernant la satisfaction dans la vie. Ainsi, les déterminants sociaux sont à prendre en considération puisque la population des seniors ne peut être considérée comme un ensemble homogène et qu'une telle approche réduit les chances pour les personnes moins aisées de participer à des interventions qui favorisent le vieillissement réussi (Hummel, 2006 ; Paggi & al. 2016).

### **1.1.2 Vieillesse et activité – une opportunité**

La question des représentations est essentielle dans la mesure où celles-ci modulent la manière du chercheur d'appréhender un objet de connaissances. Dans le cas du vieillissement, comme décrit ci-dessus, Butler (1969) met en avant la manière dont les représentations du vieillissement ont longtemps été dominées par des stéréotypes et mythes néfastes pour cette tranche de la population. Cependant, avec la notion du vieillissement réussi et le changement de paradigme, les représentations de la vieillesse sont devenues plus positives grâce à la circulation du modèle biopsychosocial. Ce dernier a amené les chercheurs à adopter un regard plus global sur l'individu et à considérer par exemple les ressources sociales de l'individu. En effet, si la dimension médicale offre des pistes en matière de remèdes anti-âge, ceux-ci contribuent toujours à une image délétère de la vieillesse, celle d'un état à éviter. A l'inverse, la prise en compte de la dimension sociale et de l'activité est prometteuse en ce qui concerne la représentation du vieillissement, car elle inscrit les individus dans une continuité et met en avant les compétences ainsi que la transmission du savoir des individus. Par ailleurs, l'un des critères du « bien vieillir » s'axe autour de la qualité et non pas la quantité de vie vécue ; bien que l'espérance de vie demeure un indicateur utilisé, la recherche développe également des outils de mesure sur la qualité de vie perçue et s'interroge aussi sur la représentation de celle-ci pour les personnes âgées (Bryant, et al., 2004). En effet, si la tendance générale montre une amélioration globale de la qualité et de l'espérance de vie, certains travaux montrent que pour la population des 80 ans et plus, il existe un risque élevé d'isolement et de maladies (OFS, 2019). Ainsi, ces résultats invitent à réfléchir à des solutions qui favorisent la qualité de vie dans le grand âge.

En ce sens, la théorie de l'activité dans les années 1990 formalise le lien entre activité et bonne santé et contribue à une représentation positive du grand âge (Herzog & House, 1991, Walker, 2002). Le postulat de base décrit un lien positif entre une activité sociale et le bien-être de la personne et en pratique, cela consiste pour l'individu à maintenir ses activités sociales, sinon à les remplacer par d'autres plus accessibles en cas de réduction des capacités fonctionnelles (Baltes & Baltes, 1990). Cette théorie a fait l'objet de vifs débats pendant une trentaine d'années puisqu'elle s'oppose à la théorie inverse, alors populaire, la théorie du désengagement. Selon celle-ci, le retrait des activités sociales est un processus adaptatif normal qui va de pair avec la réduction des capacités de l'individu (Cumming & Henry, in : Tobin, 1997). Cependant, une multitude d'études tendent à montrer que l'activité a un effet positif sur la

santé, et entérinent la dimension active dans les modèles du vieillissement (Low & Molzahn, 2007 ; Paggi & al., 2016 ; Siegrist & Wahrendorf, 2009 ; Walker, 2002). Le support psychosocial dont bénéficie la personne engagée ainsi que l'exercice de ses capacités cognitives constituent la principale explication de l'amélioration de la santé (OBSAN, 2020). Selon l'inscription théorique, le terme d'« activité sociale » peut signifier un éventail de réalités différentes telles que le travail rémunéré, l'engagement associatif, le bénévolat, l'aide informelle et ou les loisirs (Paggi et al., 2016 ; Kahana & al., 2013 ; van Willigen, 2000). Le dénominateur commun à ces activités est la participation sociale décrite comme : « L'implication d'une personne dans des activités en interactions avec d'autres dans la société ou la communauté. » (Levasseur et al., in : Baeriswyl, 2018, p.54). La plus-value de l'intégration de l'activité dans les modèles du vieillissement réside dans le fait qu'il s'agit d'un facteur qui relève de l'environnement et que par conséquent, il est possible d'agir dessus, ce qui est un élément porteur d'espoir pour les seniors, toutes situations socio-économiques confondues. Par ailleurs, le rapport de l'OFS (2018) sur le vieillissement actif montre qu'il n'existe pas de différence entre les seniors dont la situation est considérée en-dessous du seuil de pauvreté et le reste de la population en ce qui concerne les activités bénévoles ainsi que celles rémunérées : ainsi, ce domaine de promotion de la santé permet non seulement d'améliorer la santé et le bien-être des personnes âgées mais il est accessible à tous. Ensuite, Paggi et al. (2016) se sont intéressés au lien entre santé physique, loisirs et bien-être, et montrent que même chez les individus ayant des limitations fonctionnelles, la participation à des activités récréatives a un effet positif sur le bien-être. Les auteurs pointent que ce résultat réjouissant peut être vu comme un encouragement à la multiplication des types de loisirs afin de garantir la plus grande couverture possible.

### **Le bénévolat**

Le bénévolat est une activité sociale prisée des seniors puisqu'elle leur permet souvent de maintenir une activité après la retraite. L'observatoire du bénévolat en Suisse se calque sur le sens du mot anglais *volunteering* pour définir le bénévolat comme : « toute activité non rémunérée dans laquelle une personne donne de son temps ou de son argent pour aider une personne hors de son propre ménage, un groupe ou une organisation. » (Wilson, in : Lamprecht & al., 2020 p. 21). En outre, il montre que dans la population, les retraités ainsi que les hommes et femmes au foyer sont les plus susceptibles de s'engager dans du bénévolat avec des pourcentages s'élevant respectivement à 44% et 45%. Cette activité prend un sens particulier pour les seniors puisque souvent, le passage à la retraite est vécu pour certains comme un moment de perte de sens et de renégociation des rôles sociaux. Dans ce contexte, l'engagement bénévole permet à l'individu de retrouver un rôle social et de restaurer un sentiment d'utilité (Kahana & al., 2013 ; van Willigen, 2000). Par ailleurs, le bénévolat a un impact positif sur la santé perçue, mais aussi sur la satisfaction de vie (Low & Molzahn, 2007 ; Ramos & al., 2016 ; van Willigen, 2000), et ces indicateurs contribuent à leur tour à une meilleure perception de la qualité de vie (Siegrist & Wahrendorf, 2009).

Tout d'abord, le lien causal entre bénévolat et santé perçue est principalement analysé comme le résultat d'un mécanisme de comparaison sociale (Blazer, 2008 ; Henchoz et al., 2008 ; Low & Molzahn, 2007). Ces auteurs distinguent 2 types de comparaison : la comparaison descendante et la comparaison ascendante. La com-

paraison sociale consiste pour la personne à juger ses capacités, performances et autres à l'aulne de personnes identifiées comme étant dans une situation similaire – par exemple l'âge, l'appartenance à un groupe, souffrir de la même maladie, etc. Lors d'une comparaison descendante, la personne se mesure à des individus dont la situation lui semble moins enviable que la sienne tandis que dans la comparaison ascendante, elle prend comme modèle une personne au profil avantageux. La comparaison effectuée n'a pas besoin de refléter avec exactitude la situation de l'autre, qui par ailleurs peut également être fictif ; le mécanisme à l'œuvre ici opère surtout pour la personne concernée une « fonction régulatrice » (Henchoz et al., 2008, p.51) qui impacte positivement l'estime de soi ; dans la comparaison descendante, la personne se sent mieux lotie que l'autre et dans celle ascendante, la personne se hisse au niveau de son modèle. Ainsi, dans la mesure où le bénévolat met en relation des individus, ceux-ci se comparent les uns aux autres, et quelle que soit la situation réelle de la personne, l'interaction a un impact positif sur l'estime de soi. Plus spécifiquement, les personnes se perçoivent en meilleure santé par rapport aux autres et cette perception agit à son tour positivement sur la satisfaction de vie.

Ensuite, la corrélation entre le bénévolat et la satisfaction de vie peut être expliquée par l'impact positif de la participation sociale. En effet, celle-ci permet à l'individu d'augmenter le soutien psychosocial dont il bénéficie et à son tour, le soutien psychosocial favorise les mécanismes de résistance au stress comme la résilience et l'adaptation (Netuvelli & Blane, 2008 ; OBSAN, 2020) très utiles aux personnes âgées pour qui des événements de perte peuvent se multiplier (perte de proche, de capacités physiques ou cognitives). Dans ce sens, la résilience et l'adaptation deviennent des ressources protectrices pour l'individu en agissant positivement sur la qualité de vie et la satisfaction. De plus, le sentiment d'efficacité personnelle que développe la personne en augmentant sa résilience et en s'adaptant, agit lui aussi comme une ressource protectrice en valorisant l'estime personnelle (Bandura, 2007 ; Netuvelli & Blane, 2008 ; OBSAN, 2020 ; Siegrist & Wahrendorf, 2009).

Enfin, de manière générale la participation bénévole a un effet positif tant sur la santé physique que mentale puisqu'elle permet à l'individu de bénéficier d'un soutien social. Ce lien aux autres, cette cohésion sociale ont non seulement un effet positif sur le bien-être, mais augmentent aussi l'espérance de vie en réduisant le risque de maladies cardio-vasculaires ou de cancers (OBSAN, 2020, Siegrist & Wahrendorf, 2009). Cependant, il existe quelques limites au bénévolat puisque dans la pratique, la proportion de seniors de 65 ans et plus participant à des activités sociales est de 70,9% pour les personnes avec un niveau d'éducation élevé contre 43,4% pour les personnes avec un niveau d'éducation faible (OBSAN, 2020). Cette différence peut éventuellement être expliquée en termes d'incompatibilité (Lamprecht & al., 2020) avec une autre activité – aide à domicile, aide informelle, garde des petits-enfants – mais aussi de la disponibilité régionale à prendre part à des activités. De plus, pour les personnes ayant des limitations fonctionnelles, la charge demandée par l'activité est parfois trop lourde, de telle sorte que la diversification des possibilités d'engagement est à promouvoir afin de garantir à tout un chacun la possibilité de prendre part au tissu social (Paggi & al., 2016).

Les éléments décrits ici traitent des avantages du bénévolat à l'échelle individuelle ; or il présente également de nombreux avantages à l'échelle sociétale, et son déve-

loppement constitue un élément central dans la réponse au vieillissement démographique. En effet, la stratégie globale des politiques en matière de santé et de vieillissement est principalement d'ordre préventif, c'est-à-dire qu'elle vise à éviter un vieillissement avec morbidité et d'autre part, et elle vise au maintien à domicile des personnes âgées, afin de ne pas surcharger les établissements médicaux-sociaux et le personnel de santé insuffisants pour répondre à la demande (OBSAN, 2017). En effet, si le réseau médico-social fonctionne actuellement, l'équilibre n'en demeure pas moins précaire, de telle sorte que si la demande de soins augmente, le système sera probablement déséquilibré et incapable de répondre adéquatement, entraînant par là une perte de qualité des soins et donc de qualité de vie pour les bénéficiaires (OBSAN, 2017). Dans ce contexte, le bénévolat et particulièrement celui d'utilité publique, permet de décharger en partie le système médico-social en réalisant des actions sociales qui ont un effet bénéfique tant sur les bénéficiaires que sur les bénévoles eux-mêmes.

Pour conclure, la participation bénévole est non seulement plébiscitée par les seniors mais elle pourrait également l'être par les politiques de santé publique, puisqu'elle permet d'augmenter la qualité de vie des seniors et participe au maintien de leur autonomie. Elle constitue dès lors une pratique de choix qui allie un effet positif sur le bien-être et une limitation des coûts de la santé, mais contribue aussi positivement à la société, en favorisant l'échange intergénérationnel et la transmission de connaissances et en permettant à des actions sociales ou communautaires, (tournois sportifs ou concerts) de voir le jour grâce aux seniors.

### **1.1.3 Vieillesse démographique en Suisse**

La question du vieillissement démographique concerne l'entier du monde à l'exception du continent africain et est généralement appréhendée comme un défi à relever pour la plupart des États qui se voient contraints de mettre en place des politiques publiques adéquates. Le vieillissement démographique peut être défini comme : « l'augmentation, dans une population, de la proportion de personnes âgées. » (OFS, 2008, p. 4). Pour comprendre cette hausse de la population âgée, il faut observer les mutations de 3 phénomènes démographiques qui se sont produites au cours des 60 dernières années. Cette évolution concerne la fécondité, la mortalité et la migration en Suisse.

Tout d'abord, concernant la fécondité, si le taux de naissance en Suisse demeure assez haut pendant la 2<sup>ème</sup> Guerre mondiale, un premier baby-boom apparaît dans les années 1940, communément décrit comme un « baby-boom du temps de guerre et de l'après-guerre » (OFS, 2008, p.5) auquel succède un second baby-boom de 1957 à 1966, lié à la prospérité économique des Trente Glorieuses. La crise économique et l'arrivée sur le marché de moyens contraceptifs mettent fin à ces records de natalité, et à partir de 1966, le taux de natalité ne fait que diminuer et passe de 2,4 enfants par femme à 1,5. En outre, non seulement le nombre de naissances baisse, mais celles-ci sont retardées et la fécondité diminue également. Ce retardement est souvent mis en lien avec des explications sociales comme l'allongement des études, les obstacles de la maternité au travail (réduction de l'employabilité, conciliation complexe des 2 sphères). La problématique de la fécondité relève du « taux de remplacement » qui correspond au taux de naissance nécessaire pour garantir le renouvellement de la population. En Suisse, celui-ci est estimé à 2,1 enfants par

femme alors qu'en 2018, il est estimé à 1,52 enfant, ce qui ne permet pas de garantir le renouvellement des générations et donc indique un vieillissement de la population. Actuellement, l'OFS prévoit que chaque génération sera moins nombreuse de 30% que la précédente. On parle alors de « vieillissement par le bas » pour décrire le vieillissement causé par la diminution des jeunes générations.

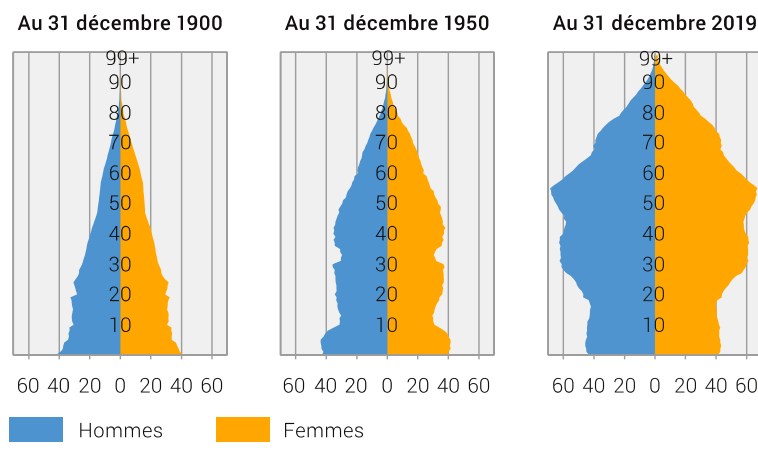
Ensuite, la question de la mortalité est en lien avec l'augmentation de l'espérance de vie. En effet, les Trente Glorieuses sont également synonymes de baisse de mortalité infantile et adulte, grâce aux avancées de la médecine mais aussi en matière d'alimentation, d'hygiène et d'éducation (OFS, 2008). Cette période voit également diminuer le taux de mortalité dû aux maladies infectieuses et aux problèmes cardio-vasculaires chez les personnes âgées, ce qui contribue à l'augmentation de l'espérance de vie à la naissance. En 1950, celle-ci est de 66,1 ans pour les hommes et de 70,6 ans pour les femmes et en 2019 elle est de 81,9 ans pour les hommes et 85,6 ans pour les femmes : elle a donc augmenté de près de 15 ans depuis la fin de la 2<sup>ème</sup> Guerre mondiale. La baisse de mortalité et donc l'augmentation de l'espérance de vie contribuent au « vieillissement par le haut » qui décrit le vieillissement en lien avec l'augmentation du nombre de personnes âgées. Si celui-ci constitue une bonne nouvelle en soi, il devient problématique lorsque le renouvellement des générations n'est plus garanti, particulièrement dans le rapport de dépendance avec la population active qui ne parvient pas à subvenir aux besoins des seniors.

Enfin, la migration joue également un rôle dans le vieillissement démographique. D'une part, elle permet de relever le taux de naissance puisque les femmes issues des pays étrangers ont en moyenne plus d'enfants que les Suissesses (1,86 en 2006). D'autre part, l'immigration a également permis de ralentir le phénomène de vieillissement à court et moyen terme, puisque la majorité des immigrants ont entre 20 et 39 ans et participent donc à la vie active en Suisse, ce qui permet d'équilibrer les structures par âge. Cependant, sur le long terme, les personnes issues de la migration vont contribuer à l'accentuation du phénomène de vieillissement démographique, lors de leur passage à la retraite concomitant de celui des générations du baby-boom. La pyramide des âges ci-dessous illustre bien à la fois le vieillissement par le bas et celui par le haut, et montre l'importance et l'évolution de la génération des baby-boomers (branches les plus étendues du sapin).

Figure 1.1. Pyramide des âges, OFS, 20

## Pyramide des âges selon le sexe

Nombre de personnes en milliers



Ainsi, si l'évolution démographique au cours des 60 dernières années laissait du temps aux autorités pour planifier des interventions adéquates, l'Observatoire suisse de la santé (2017) constate une accélération du vieillissement de la population depuis 2012 ainsi que la hausse de la prévalence des maladies chroniques, pressant les politiques à trouver des solutions adéquates. En effet, le vieillissement de la population représente un défi sanitaire, économique et social urgent.

Premièrement, concernant le problème sanitaire, malgré les avancées biomédicales, les maladies chroniques et handicaps augmentent avec la sénescence. Le besoin de soins augmente donc également, de telle sorte que l'accélération du vieillissement pose la question des ressources médico-sociales disponibles pour faire face à l'augmentation de la demande de prise en charge des personnes âgées. Face à cette situation et bien qu'il n'y ait pas un modèle romand prédominant, la tendance générale en matière de politique publique consiste à favoriser une offre fournie de prestations pour le maintien à domicile, et à développer la prévention primaire (OBSAN, 2017 ; OFS, 2008). Les prestations englobées dans la prévention primaire concernent l'action sociale et communautaire, la promotion du bénévolat, l'aménagement du logement et des programmes de prévention (OBSAN, 2017, p.51). Par ailleurs, ce sont dans les cantons romands que le nombre de seniors à domicile est le plus élevé, encourageant le monde politique à renforcer le modèle existant.

Deuxièmement, l'enjeu économique du vieillissement démographique est concomitant de la problématique du système de santé. Que la prévention parvienne à améliorer la santé des individus et réduire leur dépendance aux soins ou non, on estime son coût entre 111 et 122 milliards de francs par an. Cette augmentation générale des coûts impliquant une hausse de la part allouée à la santé dans le produit intérieur brut (PIB) (OFS, 2008).

Troisièmement, le vieillissement démographique représente un enjeu social et demande à repenser les liens et rôles des générations. En effet, on estime par rapport aux chiffres de 2017 que d'ici 2050 le nombre de personnes âgées de 65 ans et plus aura doublé et que le nombre d'octogénaires aura triplé et qu'ils représenteront 1,1 million de la population suisse. Dans ce contexte, il apparaît essentiel pour

la société de réaliser des aménagements sociaux structurels pour permettre à ces personnes d'avoir une part active dans la société, d'augmenter leurs chances d'être en bonne santé ainsi que leur qualité de vie. En somme, il s'agit de d'instaurer des conditions-cadres qui harmonieuses afin que les personnes âgées ne soient pas perçues comme un fardeau pour les jeunes générations, mais qu'au contraire elles constituent une réelle ressource pour la société.

Ces réflexions sont directement en lien avec le plan d'action international sur le vieillissement proposé par l'OMS lors de la Deuxième Assemblée mondiale sur le Vieillissement à Madrid qui invite les États Membres à développer « une société pour tous les âges » (OFS, 2008, p.18) c'est-à-dire une société dans laquelle les seniors sont intégrés et ont une part active et décisionnelle. Par ailleurs, la question brûlante de la réforme des retraites illustre aussi à quel point le vieillissement démographique concentre des enjeux majeurs pour la Suisse, pour lesquels il est nécessaire d'apporter des solutions équitables rapidement. En effet, concernant la protection sociale, le système actuel non seulement ne permet non seulement pas aux personnes touchant uniquement l'AVS de vivre convenablement, mais encore, les coûts de celle-ci s'élèvent d'année en année en raison de la hausse des nouveaux retraités augmentant par là-même les coûts de la protection sociale (OFS, 2008). En ce sens, des solutions non discriminantes qui correspondent mieux à l'évolution de la population doivent être trouvées. Pour certains chercheurs, cela demande également une réforme du marché du travail, du système de retraite, du système de soins et de transports, ainsi que la création de logements adaptés (OFS, 2019).

#### **1.1.4 Vieillissement en Suisse romande**

Cette section vise à présenter la situation concernant le vieillissement en Suisse romande à l'aune des éléments théoriques et pratiques évoqués ci-dessus, afin de mieux comprendre le contexte général dans lequel les Tables conviviales s'inscrivent.

Tout d'abord, en ce qui concerne l'univers académique, la recherche en Suisse semble encore peu développée. En effet, les mots-clés « aging » et « Switzerland » aboutissent à 29 résultats (28 mai 2021) sur la base de données PsycInfo. Par ailleurs, notre recherche de littérature indique également la prépondérance du modèle cognitif puisqu'en rajoutant le terme « cognitive » dans tous les champs, 15 publications apparaissent, ce qui représente la moitié des travaux sur le vieillissement en Suisse. Ainsi, la première hypothèse que nous pouvons esquisser à partir de cette recherche de littérature est que malgré l'avancée du modèle biopsychosocial, le modèle cognitif est le plus répandu dans la recherche en Suisse. Ceci contribue à maintenir une vision « déféctologique » de la personne âgée, puisque selon cette perspective l'accent est mis sur la perte de capacités cognitives plutôt que de considérer l'individu dans son ensemble. Ensuite, en ce qui concerne la méthodologie, la recherche de littérature avec les mots-clés « aging », « Switzerland » et dans tous les champs « qualitative » produit uniquement 4 résultats, illustrant la portée exploratoire d'un travail en méthode qualitative sur le sujet en Suisse.

Ensuite, si nous nous intéressons à la population des seniors de plus de 65 ans en Suisse romande, celle-ci représente en moyenne dans les cantons latins 17,8% de la population et comme mentionné précédemment, les prévisions de l'OFS tablent sur

le double de cette population d'ici 2050. Cette population souvent présentée comme homogène présente de grandes différences entre les hommes et les femmes, en termes de revenu et de formation. Concernant les revenus à la retraite, les femmes ont en moyenne un revenu inférieur à celui des hommes et près de la moitié (47%) d'entre elles ne perçoivent que l'AVS (OFS, 2008) alors que cette proportion est en-dessous des 20% chez les hommes. Ceux-ci bénéficient plus souvent de la prévoyance professionnelle, puisqu'ils sont près de 46% à percevoir des revenus de l'AVS et du 2ème pilier et 33% de la combinaison AVS, 2ème pilier et 3ème pilier. Concernant la formation en Suisse romande, si le pourcentage est quasi identique pour la formation de degré secondaire (51%), le pourcentage de femmes au bénéfice d'une formation de degré tertiaire représente la moitié de celui des hommes (15,3% contre 31,9%) et ce résultat s'inverse concernant la scolarité obligatoire (33,7% de femmes, 16,8% d'hommes). Ces caractéristiques sociodémographiques sont importantes à prendre en compte dans la mesure où elles constituent des facteurs déterminants dans la perception de la santé et du bien-être mais aussi de la propension à participer à une activité sociale, de telle sorte que ces éléments illustrent l'hétérogénéité dans la population des seniors et laissent supposer des éventuelles inégalités existantes en Suisse (Baeriswyl, 2018 ; Paggi & al., 2016).

Concernant la santé mentale et la perception de la santé des personnes âgées, l'enquête du panel suisse des ménages révèle que, parmi les personnes âgées de 65 ans et plus, 69,4% se considèrent en très bonne santé et 55% déclarent avoir un niveau d'énergie élevé, avec même un « pic » pour la catégorie des 70-74 ans où ce pourcentage atteint 63% (OBSAN, 2020). On peut relever par ailleurs que ce pourcentage est plus élevé que chez les 15-64 ans dont le niveau de vitalité atteint 45%, contrairement aux représentations stéréotypées de la vieillesse. Cette statistique illustre le « paradoxe du bien-être des personnes âgées », soit une conservation de la santé mentale grâce à des mécanismes de résistance au stress comme la résilience ou l'adaptation (Perrig-Chiello, in : Boss, 2016). Ces mécanismes contribuent au bien-être de la personne de telle sorte que celle-ci se perçoit en bonne santé malgré d'éventuelles pertes fonctionnelles. En outre, ce paradoxe illustre le potentiel de la santé mentale sur le corps physique justifiant des interventions psychosociales pour l'amélioration de la santé globale de l'individu et sa qualité de vie. A ce titre, la question des émotions mérite d'être abordée : le corpus de travaux des années 1980, et plus spécifiquement la théorie du désengagement, postulent une perte des capacités émotionnelles chez la personne âgée où le retrait est compris comme un comportement adapté pour que la personne se prépare à la mort (Piot-Ziegler, 2003). En réalité, les travaux plus récents proposent un modèle évolutif des émotions où non seulement l'âge avancé ne coïncide pas avec une pauvreté émotionnelle, mais encore il serait en réalité une période de maturité émotionnelle (Dougherty & al., 1996 ; Lawton & al., 1993). Selon le modèle de la sélectivité socio-émotionnelle de Carstensen (1992), cette phase de vie serait caractérisée émotionnellement par la mise en place de stratégies sélectives pour diminuer les affects négatifs et maintenir les positifs qui ont un rôle protecteur pour l'individu (Levenson & al., 1991 ; Piot-Ziegler, 2003). Ainsi, la perception de la santé et l'importance des émotions mettent en avant le rôle essentiel des ressources de l'individu, qui constituent un champ prometteur pour la gérontologie. Car d'une part, il s'agit d'un domaine d'intervention large pour les professionnels afin de développer les ressources des seniors et d'autre part, il permet d'agir sur les représentations sociales du vieillissement en mettant l'accent



sur les ressources et non pas les déficiences de l'individu. De plus, l'inscription dans le contexte social et communautaire permet d'éviter l'écueil de la responsabilisation individuelle, largement discutée dans le modèle de Rowe & Kahn (1989).

Concernant les activités sociales des seniors, ceux-ci sont près de 30% en 2017 à prendre part à une ou quelques activités associatives par semaine et 24,9% par mois. Ainsi, près de la moitié des seniors maintient une activité après la retraite (OBSAN, 2020). Le temps consacré en moyenne aux activités bénévoles est de 3.3 heures par semaine (ESPA, in : Lamprecht & al., 2020). De plus, on constate une augmentation de la participation bénévole en 5 ans, ce qui constitue un résultat prometteur. Cependant, ces chiffres sont plus bas que pour le reste de la population suisse, où la participation totale est de 74,4% en 2017. Par ailleurs, le facteur social du niveau de formation joue un rôle dans la probabilité de participation aux activités puisque les personnes ayant complété une formation de niveau tertiaire sont 70,9% à s'engager tandis que les personnes sans formation secondaire sont 43,4% à participer à des activités. Il existe également une différence de genre dans l'engagement bénévole puisque davantage d'hommes y ont accès (Baeriswyl, 2018) et que les femmes ont moins souvent accès à des postes décisionnels au sein des organisations (Baeriswyl, 2018 ; Lamprecht & al., 2020). Ainsi, ces éléments mettent en avant les disparités existantes dans l'engagement ainsi que le potentiel existant en Suisse romande pour développer ce domaine et le rendre accessible à tous. Cependant, Baeriswyl pointe également que les femmes ont un meilleur réseau social et des amis proches que les hommes, ce qui compense l'écart en termes de ressources sociales. En effet, ces derniers à l'heure de la retraite dépendent beaucoup du cercle d'amis de leur femme (Baeriswyl, 2018).

Les domaines de prédilection de l'engagement bénévole dans la population suisse sont les associations sportives, de loisirs et culturelles, qui comptent le plus de membres, membres actifs, et bénévoles qui œuvrent pour l'association. Les groupes d'intérêts, les institutions socio-caritatives d'utilité publiques ainsi que les groupes de défense de l'environnement et des animaux partagent la spécificité de rassembler beaucoup de membres à leur cause, sans pour autant que ces derniers soient actifs au sein de l'association (Lamprecht & al., 2020). Les personnes âgées sont particulièrement actives dans les prestations d'aide, de conseil et d'accompagnement pour autrui. Par ailleurs, 2/3 des bénévoles réalisent leur activité au sein de leur commune et la pratique est plus courante en zone rurale (44%) qu'urbaine (32%) ou en ville (30%), de telle sorte que le bénévolat apparaît comme un excellent vecteur de cohésion sociale et une potentielle réponse à l'exode rural, dans la mesure où l'engagement principalement local permettrait de re-densifier le tissu social dans les campagnes.

Enfin, la participation bénévole pour une institution socio-caritative ou d'utilité publique s'élève à 8% (Lamprecht & al., 2020) et se caractérise par un engagement dans la durée, dans la mesure où en moyenne, les bénévoles sont actifs pendant 6 ans au sein de l'association. Dans les communautés religieuses, l'engagement moyen dure près de 10 ans, et les chercheurs mettent en lien ce résultat avec la socialisation plus générale d'un individu. Par ailleurs, contrairement aux tendances générales dans l'engagement associatif, les bénévoles des institutions socio-caritatives ou d'utilité publique sont principalement des femmes (61%). Actuellement,

l'Observatoire du bénévolat constate une hausse de la participation, ce qui constitue une piste prometteuse face au défi du vieillissement démographique. En outre, l'intérêt des femmes dans ce domaine mérite qu'on s'y intéresse plus avant dans la mesure où il pourrait s'agir d'une option à privilégier au vu du succès qu'il rencontre dans la population.

En conclusion, la recherche en gérontologie est encore peu développée en Suisse et les modèles prédominants sont cognitifs. Le bénévolat constitue une intervention de choix pour promouvoir la santé, véhiculer une représentation plus positive de la vieillesse et ralentir le déséquilibre causé par le vieillissement démographique entre les structures de la population active et celles de la population dépendante. En effet, il s'agit d'une pratique qui rencontre un écho favorable au sein de la population, et les chiffres de la participation sociale outre-Sarine laissent supposer que ce domaine réserve un grand potentiel d'action. Bien que des limitations dans l'accès au bénévolat existent, l'attitude prosociale qui motive les personnes à s'engager a un impact positif sur la santé des seniors (Kahana et al., 2013).

## **1.2 Pro Senectute : offre Tables conviviales**

Pro Senectute est une fondation établie en 1917 qui vise à améliorer les conditions de vie des personnes âgées. D'abord axée sur la question des problèmes financiers et la représentation des intérêts des personnes âgées au niveau politique, l'organisation se préoccupe dès les années 1950 de la question du bien-être et instaure un service de soins à domicile. Aujourd'hui la fondation est d'ampleur nationale et se charge de missions variées auprès des seniors : elle propose entre autres du conseil en santé ou finance, des activités culturelles, sportives et sociales mais aussi une aide pour les soins à domicile ou la mobilité (Pro Senectute, 2020). Quelques 1'800 collaborateurs et 18'400 bénévoles œuvrent à la réalisation des projets et activités de la fondation qui vise à assurer le bien-être, la dignité et les droits des personnes âgées (Pro Senectute, 2020). En parallèle, elle défend les intérêts des personnes âgées à l'Intergroupe parlementaire sur les problématiques du vieillissement.

Dans le cadre de ce travail, nous nous concentrons sur la branche vaudoise dont les activités sont réparties en 4 districts régionaux : le district Lausanne (qui comprend également l'Ouest lausannois, Lavaux-Oron et le Gros-de-Vaud), le district Ouest vaudois (Morges, Nyon), le district Est vaudois (Aigle, Riviera-Pays-d'Enhaut) et le district Nord vaudois (Broye-Vully, Jura-Nord vaudois). Pro Senectute Vaud propose parmi ses prestations sociales les Tables conviviales depuis une quinzaine d'années. Quatre catégories de tables existent actuellement : la table d'hôtes, organisée chez un bénévole pour un groupe, la table au bistrot, qui accueille les seniors dans un restaurant de la région, la grande tablée, réunissant une vingtaine de personnes dans une grande salle et la table à la cantine, mise sur pied en collaboration avec un établissement scolaire qui permet une rencontre intergénérationnelle. Populaire auprès des seniors, cette prestation Tables conviviales est particulièrement développée dans le canton, qui recense en 2018 131 Tables conviviales, soit 2'274 seniors participants et 10'061 repas servis au total.

Les Tables conviviales ont vu le jour suite à un reportage de la RTS en novembre 2005 sur Marinette, une femme, qui avait mis en place une table d'hôtes à son domicile afin de réunir les gens de sa commune (RTS, 2021). Le succès de l'intervention, l'ancrage

dans un besoin concret de la population et la simplicité de la mission amènent Pro Senectute à ajouter la prestation à son catalogue. Sous l'aile de Pro Senectute, la prestation gagne en structure. En effet, Pro Senectute définit les conditions-cadres dans lesquelles la prestation a lieu, et le partenariat entre le bénévole et la fondation est ratifié dans une convention. De plus, les bénévoles participent à une journée de formation sur le bénévolat organisée conjointement avec Caritas et La Croix-Rouge. Le nombre de participants total est de 10 personnes ; au-delà, la possession d'une licence d'exploitation devient obligatoire. Des frais de participation s'élevant à 15.- francs sont demandés aux bénéficiaires, tandis que la fondation participe au défraiement des bénévoles à hauteur de 5.- francs par personne. Cette somme permet à la fois de maintenir un prix attractif pour les participants et de dédommager le travail des bénévoles qui dépasse souvent les 4 heures réglementaires. Concernant la table d'hôtes, la prestation demandée à l'intervenant est l'organisation d'un repas convivial comprenant une entrée, un plat et un dessert, à son domicile au moins une fois par mois. Le vin à table n'est pas obligatoire, mais il est couramment offert par les bénévoles. Les tâches demandées au bénévole sont de 3 natures : relationnelle, opérationnelle, organisationnelle et administrative. La dimension relationnelle consiste pour le bénévole à prendre un rôle d'animateur et à encourager le contact entre les participants. Les tâches opérationnelles concernent principalement la réalisation d'un repas sain et équilibré, et en cas de besoin l'organisation d'un transport pour les hôtes. Les tâches organisationnelles et administratives résident dans la tenue de l'agenda de la table, l'inscription des participants sur une liste à jour, la promotion de la table d'hôtes par ses propres canaux (bouche à oreille, démarchage dans la commune) et la participation aux réunions de bénévoles organisées par Pro Senectute. De plus, les compétences demandées par Pro Senectute peuvent être résumées comme suit : un savoir-faire en matière de cuisine, des compétences organisationnelles, un intérêt pour le contact avec les personnes âgées, une certaine sensibilité à leurs éventuelles limitations, et de manière générale une attitude bienveillante et ouverte d'esprit. Parmi les avantages pour les bénévoles, ceux-ci ont la possibilité de participer à un certain nombre de formations gratuites en lien avec la vieillesse, et Pro Senectute organise aussi une fête des bénévoles pour les remercier et leur donner l'occasion de se rencontrer.

Ainsi, cette prestation offre à la fois un repas équilibré mais aussi un moment de partage avec d'autres seniors qui permet aux gens de manger en compagnie, mais aussi éventuellement de créer des contacts dans la région. En outre, si cette intervention est principalement destinée aux personnes seules, dans la mesure où l'un des objectifs des Tables conviviales est de sortir les personnes de leur isolement, elle est ouverte à toute personne de plus de 55 ans, ce qui constitue l'une des richesses de la prestation. En effet, une grande diversité de profils se rencontrent autour d'un repas, et représente pour certains l'occasion de faire connaissance avec d'autres habitants de la commune ou du quartier.

Pour conclure, cette prestation de Pro Senectute contient divers éléments pertinents quant à au maintien de l'autonomie des individus et de leur qualité de vie ; en effet, elle constitue un lieu de socialisation qui crée de la cohésion sociale et apporte du soutien aux individus, elle réduit le sentiment de solitude, elle offre une activité prisée par les femmes dont l'engagement bénévole est à encourager, elle représente une activité qui fait sens pour les hôtes et bénévoles et la simplicité de la prestation la rend accessible à tous les seniors.

## 2 Problématique

De manière générale, le vieillissement démographique de la population, le système médico-social actuel, l'avènement du modèle biopsychosocial en gériatrie et l'avancée des travaux de la théorie de l'activité invitent à développer et standardiser des interventions psychosociales pour les personnes âgées. Dans ce contexte, les tables d'hôte de Pro Senectute peuvent être considérées comme une prestation pertinente pour le virage communautaire plébiscité par les politiques de santé publique. En effet, selon nos suppositions, elles permettent tout d'abord de créer du lien social à des échelles tant communales que régionales. Ensuite, elles émanent du terrain dans la mesure où la première table d'hôtes habituellement identifiée, celle des Dînettes de Marinette, a été mise en place par l'hôte éponyme pour répondre à un besoin perçu par la senior dans sa commune. Nous pouvons donc supposer que l'ancrage dans la réalité agit comme un facilitateur et augmente par là même les chances de succès de l'intervention. Enfin, les tables d'hôtes constituent une occupation qui permet également aux personnes âgées qui le souhaitent de renouer avec une activité productive, et donc de retrouver un sentiment d'utilité (Grewal & al., 2004 ; Netuveli & Blane, 2008). Par ailleurs, cette activité conviviale, en lien avec le fait de recevoir, valorise aussi des compétences associées au travail domestique peu mises en avant habituellement, et a donc un impact positif sur le sentiment de compétence et l'estime de soi (Low & Molzahn, 2007) qui impacte à son tour positivement à son tour la satisfaction de vie et la santé perçue (van Willigen, 2000).

Dans le cadre de ce travail, nous nous intéressons aux représentations personnelles, aux motivations ainsi qu'aux émotions des personnes concernées, car celles-ci ont un grand pouvoir explicatif sur l'éventuel succès d'une intervention psychosociale. En effet, elles permettent d'appréhender la question du sens donné à une activité. A titre d'exemple, au Canada, Bryant et al (2004) montrent la pertinence d'inclure les seniors pour définir les facteurs améliorant leur qualité de vie dans un projet participatif, car ils sont « experts » de leur vie et savent donc mieux que quiconque les mesures qui répondent à leurs besoins. Les travaux d'Hummel abondent dans ce sens en présentant l'écart entre les représentations de la vieillesse des jeunes adultes et celles des octogénaires (2001). Actuellement, on recense seulement 4 travaux en méthodes qualitatives qui existent sur le sujet en Suisse (APA PsycNet, 28 mai 2021) avec les mots-clés « active aging », « qualitative » et « Switzerland ». Ainsi, ce travail d'exploration vise à esquisser à partir du terrain une modélisation des phénomènes sociaux et psychologiques à l'œuvre. Dans ce cas, les méthodes adéquates relèvent alors du paradigme constructiviste qui met en avant la dimension de construction sociale de l'objet de savoir. L'utilisation des méthodes qualitatives sur cette question est donc novatrice et ce travail a donc une valeur exploratoire dans ce domaine de la psychologie des personnes âgées.

L'objet de ce travail exploratoire consiste donc, à répondre à partir du terrain aux questions de recherche formulées en collaboration avec Pro Senectute :

- Quelles sont les motivations des seniors à prendre part ou organiser une table d'hôtes ? Plus particulièrement, il s'agit d'explorer les représentations des seniors qui prennent part à cette activité. Nous supposons que cette activité permet d'une part aux bénévoles de recouvrer un sentiment d'utilité, et d'autre

part offre aux bénéficiaires l'opportunité de renouer des liens sociaux.

- Quels sont les effets de la participation ou de l'organisation d'une table d'hôtes sur le bien-être des participants et bénéficiaires ? Il s'agit dans ce cadre d'investiguer l'impact biopsychosocial de la prestation sur le bien-être et particulièrement la santé mentale de la personne. Nous supposons que pour les bénévoles l'organisation d'une table a un effet positif sur l'estime de soi, et que la table d'hôtes a un impact positif sur le sentiment d'appartenance aussi bien pour les bénévoles que les bénéficiaires.
- Dans quelle mesure l'accessibilité at-elle un effet sur la participation des seniors ? Il s'agit d'investiguer le mode de transports des bénéficiaires et leur mobilité afin de définir les éventuels besoins et limitations en la matière. Nous supposons que les bénéficiaires se rendent aux tables les plus proches de leur domicile en raison des difficultés que peuvent représenter les déplacements (fatigue, douleurs), et que le réseau de transports publics est considéré comme un moyen de transport peu pratique.
- Quels sont les éventuels éléments qui facilitent le premier pas pour les nouvelles personnes qui souhaitent rejoindre une table d'hôtes ? La coordinatrice vaudoise des tables d'hôte tire le constat que le plus difficile pour les participants est de réaliser le premier pas ; ensuite, ces derniers ci s'engagent volontiers dans ces activités. Il s'agira donc de mieux comprendre les freins qui rendent le premier pas difficile.

### 3 Méthodologie

Comme explicité ci-dessus, les méthodes convenant à la conceptualisation du projet relèvent du paradigme constructiviste et phénoménologique dans la mesure où nous cherchons à mettre en lumière les représentations, motivations et émotions des individus par rapport au phénomène donné pour mieux comprendre les processus psychologiques à l'œuvre. Par ailleurs, ce travail s'inscrivant dans une proposition de Pro Senectute dont l'horizon final est d'améliorer la pratique en répondant à plusieurs questions à la manière de la recherche-action, il ne s'agit pas d'observer un objet de loin mais la chercheuse et sa subjectivité doivent être prises en compte dans l'analyse. Ainsi, les méthodes sélectionnées pour être en adéquation avec la conceptualisation du projet, malgré une double modification du protocole de recherche, s'inscrivent dans une approche de type *grounded theory* afin d'être au plus près du terrain. Les outils sont l'entretien semi-structuré, l'observation participante et l'entretien de triangulation. En outre, au fil des rencontres, nous avons également eu accès à des documents tels que des coupures d'article, du matériel de communication comme des brochures ou flyers, ainsi que les documents de Pro Senectute relatifs à l'inscription en tant que bénévole.

#### 3.1 Étapes et construction de la recherche

Figure 3.1. Calendrier de la recherche

Etape	Date/Période	Objet	Observations
0	Novembre 2019	Présentation des mémoires	
1	10.11.2019	Rédaction lettre de motivation	
2	09.12.2019	1ère rencontre avec Mme Fasseur et prise de contact avec la coordinatrice Pro Senectute Mme Joseph	
3	17.01.2020	Contact Mme Joseph	Proposition d'assister aux tables
	02.03.2020	Mail Mme Joseph	Proposition d'assister aux tables mi-mars
	06.03.2021	Rencontre Mme Fasseur	Plan de recherche
	17.03.2021	Mail Mme Joseph	Suspension des tables
	24.03.2021	Mail Mme Joseph	Décision de faire un point mi-avril
	08.06.2020-31.07.2020	Mise en pause du projet	Accident domestique, traumatisme crânio-cérébral
	10.08.2020	Mail Mme Joseph	Réouverture des tables
	13.08.2020	Téléphone Mme Joseph	Proposition d'assister aux tables
	4	17.09.2020	Première table d'hôtes
30.10.2020 - 05.11.2020		Mail Mme Joseph	Suspension des tables jusqu'à la fin de l'année
06.11.2020		Rencontre Mme Fasseur zoom	1ère adaptation du protocole
13.11.2020		Téléphone Mme Joseph	Suspension des groupes jusqu'à la fin de l'année
5	10.12.2020	Mail Mme Fasseur	2ème adaptation du protocole + canevas d'entretien + formulaire de consentement
	08.01.2021	Mail Mme Joseph	Reprise récolte de données+ proposition entretien expert
	26.01.2021	Mail Mme Joseph	Liste bénévoles joignables +2ème version du canevas
6	27.01.2021	Téléphone bénévoles pour fixer un rendez-vous	

7	01.02.2021	1er entretien bénévole	Ouest vaudois
	02.02.2021	2ème entretien bénévole	Région lausannoise
	02.02.2021	3ème entretien bénévole	Région lausannoise
	18.02.2021	4ème entretien bénévole	Est vaudois
	23.02.2021	5ème entretien bénévole	Nord vaudois
8	03.03.2021	Rencontre Mme Fasseur	Analyse
9	15.03.2021	Entretien experte	Lausanne
10	02.2021- 03.2021	Retranscriptions entretiens	
11	04.2021	Analyse des résultats	
12	22.04.2021	Rencontre Mme Fasseur	accord inter-juge livret de code
4	18.05.2021	Deuxième table d'hôtes	Est vaudois
	28.05.2021	Troisième table d'hôtes	Nord vaudois
13	05.2021	Revue de la littérature + problématique + analyse	
14	06.2021	Discussion + introduction	
15	07.2021	Conclusion + envoi 1ère version	

Conceptualisé en novembre 2019, ce projet est né lors de la présentation des mémoires au début de ce mois puis les lignes directrices ont été tracées lors d'une rencontre avec Mesdames Fasseur et Joseph au début du mois de décembre 2019. Il était convenu à ce moment que la récolte des données prendrait une année et que le dernier semestre serait consacré à la réflexion et rédaction du mémoire. Comme il s'agit d'un travail exploratoire de type recherche-action, la grande partie du matériel provient du terrain et la théorie se construit au fur et à mesure. Cependant, ce projet a fortement été impacté par la pandémie de covid-19 et les mesures sanitaires inhérentes. En effet, le premier protocole de récolte de données formulé consistait majoritairement en des observations participantes, complétées par un focus group avec des bénévoles. Les premières observations devaient débiter au mois de mars 2020, mais, suite au confinement décrété le 13 mars, celles-ci n'ont pas pu avoir lieu jusqu'à la fin du mois de mai. La reprise des activités dès l'été a permis de visiter une table, avant de nouvelles interdictions de rassemblement à la mi-octobre et donc l'interruption des tables d'hôte. Dans ce contexte, la valence entre les méthodes de récolte de données a été repensée, avec une emphase mise sur les *focus groups* et l'introduction d'entretiens. Malheureusement, au vu du contexte sanitaire toujours défavorable en novembre, il a été décidé par la direction de Pro Senectute d'axer les prestations sur un suivi individuel plutôt que sur les activités de groupe, de sorte que la tenue de *focus groups* à 5 personnes n'était pas possible. Le protocole de récolte de données a donc été mis à jour une deuxième fois, avec comme méthode de récolte principale des entretiens semi-structurés avec des bénévoles et une experte de Pro Senectute. Ces entretiens ont eu lieu au mois de février au domicile des bénévoles tandis que les tables étaient suspendues. L'entretien avec l'experte a eu lieu à la mi-mars. Les tables ont finalement pu être réouvertes à plus de 5 personnes au mois de mai, durant lequel nous avons pu assister à 2 tables et réaliser la revue de littérature. La rédaction finale du travail a été réalisée lors des mois de juin et juillet 2021.

### 3.2 Modèle théorique méthodologique : la *Grounded Theory*

La *grounded theory*, ou théorisation ancrée en français, est une méthode d'analyse qualitative qui s'est construite en réaction au modèle hypothético-déductif prédominant jusque dans les années 1960 en recherche qualitative. Elle s'ancre dans une

approche épistémologique constructiviste et comme l'écrit Paillé : « composée majoritairement d'observations *in situ* (sur le terrain même) et d'entretiens ouverts, elle appelle plutôt une approche inductive, partant des données d'observation et d'entretien et conduisant progressivement à la formulation de la théorie. » (2017, p.66). Cela signifie donc qu'une recherche de type *grounded theory* s'ancre dans le terrain afin d'arriver à une forme de théorie. Le type privilégié de données est celui de première main et les moyens privilégiés de récolte sont ceux qui permettent la plus grande expression tels que l'observation, l'entretien semi-structuré ou le récit de vie (Fasseur, 2018 ; Howitt, 2011). De plus, ce processus de construction de connaissances s'inscrit dans une compréhension phénoménologique des phénomènes observés. En effet, c'est la position subjective des individus interrogés sur le terrain qui est au centre de l'attention du chercheur qui veillera, par souci de scientificité, à bien distinguer la phase d'observation de celle d'interprétation des données du terrain. Cette différenciation devra également transparaître dans l'utilisation prépondérante des mémos, qui sont l'une des composantes de la *grounded theory*. Les mémos sont à la fois les retranscriptions des observations, la conceptualisation de celles-ci en thèmes, et la mise en relation de ces différents thèmes jusqu'à l'obtention d'une théorie (Paillé, 2017). Ces thèmes doivent répondre aux questions « qui, quand, où, comment, pourquoi » (Fasseur, 2018, p.581) afin de maintenir le chercheur dans une position réflexive ouverte lors de la théorisation. La *grounded theory* est un processus de récolte et d'analyse des données itératif puisque les observations mènent à des hypothèses que le chercheur vérifie ensuite sur le terrain et vice versa. C'est la « saturation théorique des données » qui définit la fin de la recherche (Fasseur, 2018), c'est-à-dire lorsque les données n'apportent pas d'élément nouveau et qu'une forme de redondance apparaît.

### **3.3 Observation participante**

L'observation participante est une méthode de récolte des données historiquement associées à l'anthropologie. Elle consiste pour le chercheur à s'immerger dans un groupe ou une culture, et à réaliser des observations qui prennent la forme de notes, rédigées le plus tôt et aussi exhaustivement que possible après l'observation afin de perdre le moins possible de contenu. Ici, les observations ont été reportées dans un carnet ainsi que sur téléphone mobile à la sortie des tables, dans le train. Howitt (2011) suggère également de séparer les observations proprement dites des interprétations du chercheur afin de garantir la qualité des données. Il suggère également une fréquence élevée de l'observation afin de saisir au mieux les dynamiques interrelationnelles. Au vu du nombre conséquent de tables d'hôtes – 131 en 2018 – il s'agira d'explorer les différentes constellations de tables existantes. Deux facteurs principaux sont pris en compte dans le choix des tables consultées : l'accessibilité en voiture et transports publics et la fréquence de tenue de ces tables. De plus, à des fins d'exhaustivité, des critères comme la région et le type de localité sont également pris en compte.

### **3.4 Entretiens semi-structurés**

Outil classique en sciences sociales, l'utilisation d'entretiens dans le cadre de la recherche qualitative remonte au XVIII<sup>ème</sup> siècle (Howitt, 2011). Il s'adapte d'ailleurs aussi bien à la recherche en psychologie qu'en sociologie ou en marketing. Les années 1920-1930 voient son essor grâce aux travaux de l'école de sociologie de Chicago (Platt, 2003). Il consiste à faire émerger au fil d'une discussion cadrée par



plusieurs thèmes les représentations et points de vue de l'interviewé. Le chercheur construit un canevas d'entretien qui cadre la rencontre et où figurent les thèmes qu'il aimerait sonder. Contrairement à l'entretien structuré, le chercheur pose des questions plus ouvertes, permettant par là-même à l'interviewé de s'exprimer librement, et donc de voir potentiellement de la nouveauté émerger, ce qui est l'une des forces de l'outil. En effet, il offre énormément d'informations au chercheur, puisque non seulement il a accès au propos sur l'expérience personnelle, mais encore à la manière dont cette expérience est racontée, et donc à la construction, logique et émotionnelle du phénomène. Cet outil demande au chercheur d'une part d'identifier, d'une part, les personnes-clés dans le processus de théorisation, puisque les entretiens font émerger une grande quantité de données à retranscrire et analyser, et d'autre part il requiert de la part du chercheur une écoute active, afin de relancer de manière adéquate la personne interviewée (Howitt, 2011).

### **3.5 Entretien de triangulation**

De manière générale, la triangulation en sciences sociales consiste à améliorer la qualité du contenu de l'analyse en multipliant tant les méthodes – quantitative, qualitatives – que les types de données – statistiques, entretiens, observations, documents historiques (Flick, 2007). Grâce à la multiplication des points de vue, la triangulation offre une appréhension plus globale de l'objet d'étude et permet de réduire la subjectivité du chercheur. Dans le cadre de ce travail, plusieurs types de données ont été regroupés ainsi que plusieurs populations de personnes concernées. En outre, afin d'obtenir l'image la plus complète des représentations et motivations des bénévoles et bénéficiaires, un entretien avec une personne experte de Pro Senectute a également été réalisé. En effet, selon Howitt (2010), c'est la convergence entre les différents points de vue qui permet d'augmenter la qualité des résultats trouvés et de compenser les éventuelles faiblesses d'une méthode grâce à une autre. En ce sens, l'objectif de cet entretien était d'explorer également la conceptualisation des tables d'hôte par Pro Senectute ainsi que les buts et limitations de la prestation. Les entretiens réalisés préalablement avec les bénévoles ont permis de conceptualiser cet entretien de manière à ce qu'il apporte un regard singulier sur des zones moins explorées, et a permis de préciser celles-ci.

### **3.6 Population**

Les participants ont été contactés grâce à l'aide de la coordinatrice des tables d'hôtes Pro Senectute. En effet, nous avons tout d'abord cherché à définir les personnes pertinentes dans cette recherche, à partir des brochures existantes sur les Tables conviviales. Le critère d'inclusion était le suivant : être bénévoles pour les tables d'hôtes de Pro Senectute dans le canton de Vaud. En outre, nous avons pris en compte d'autres dimensions telles que la fréquence de tenue des tables, l'accessibilité et la région dans laquelle la table avait lieu, afin d'identifier un nombre de bénévoles dont l'expérience idiosyncrasique semblait indiquée à étudier. Dans un second temps, la coordinatrice vaudoise des Tables conviviales a réalisé un premier contact par téléphone avec les personnes désignées, suivi d'une prise de contact par téléphone de la chercheuse. Parmi les 3 couples de bénévoles qui accueillent une table d'hôtes ensemble, un couple a participé à l'entretien à 2. La population totale de participants comprend 6 bénévoles avec qui nous avons réalisé un entretien, 5 bénévoles avec qui nous nous sommes entretenus sur le terrain, 12 hôtes avec qui nous avons discuté et 1 experte du côté de Pro Senectute.

Le tableau ci-dessous résume les données sociodémographiques des bénévoles interviewés :

Figure 3.2. Données sociodémographiques des entretiens bénévoles

	Sexe	Age	Région	Zone	Fréquence	Nombre année hôte	Date entretien
A	F	88	Ouest vaudois	Urbaine	1x/mois	10	01.02.21
B (couple)	F + H	72 et 72	Lausanne	Urbaine	2x/mois	10	02.02.21
C	F	63	Lausanne	Rurale	2x/mois	6	02.02.21
D	F	59	Est vaudois	Rurale	2x/mois	5	18.02.21
E	F	66	Nord vaudois	Rurale	2,3x/mois	10	23.02.21

Le tableau ci-dessous résume les données sociodémographiques des bénévoles rencontrés sur le terrain :

Figure 3.3. Données sociodémographiques des observations participantes bénévoles

	Sexe	Région	Zone	Fréquence	Date de l'observation
O1	F	Lausanne	Urbaine	1x/mois	17.09.21
O2	F	Ouest vaudois	Rurale	2x/mois	18.05.21
O3	F	Nord vaudois	Rurale	1x/mois	28.05.21

### 3.7 Éthique

Pour la partie des entretiens, la participation à l'étude s'est faite sur la base volontaire des participants, et afin de s'assurer que tel était le cas, un bref rappel de l'étude et ses enjeux était donné aux participants puis il leur était demandé de signer un formulaire de consentement avant l'entretien. Ce formulaire précise que toutes les données sont anonymisées et que tous les documents permettant de les identifier seront détruits une fois les retranscriptions réalisées.

Pour l'observation participante, l'accord de l'hôte était demandé en amont au moment de l'inscription et les participants étaient informés qu'il s'agissait d'une étude sur les effets des Tables conviviales sur le bien-être.

### 3.8 Analyse des données : *Grounded Theory*

Suite à la retranscription de cinq entretiens semi-structurés avec des bénévoles, une analyse de type *grounded theory* a été réalisée, ce qui signifie que nous procédons de manière inductive et comparative sur les données : il s'agit donc de faire émerger du sens en s'investissant dans les données tout en prenant de la distance avec celles-ci afin de distinguer ce qui relève de l'observation d'un phénomène et ce qui relève de la conception du chercheur (Elo et al., 2008 ; Fasseur, 2018). Pour ce faire, l'analyse comprend 3 phases de codage caractéristiques : le codage ouvert (open coding), le codage axial (axial coding) et le codage sélectif (selective coding).

Dans un premier temps, le codage ouvert consiste à organiser le matériel et donc de l'annoter tout en restant le plus proche possible du texte pour ne pas le trahir, puis à coder les annotations et catégoriser les codes afin d'apporter une structure aux données. Les composantes des codes doivent être clairement définies et expliciter autant que possible le phénomène décrit pour que le code soit considéré comme

rigoureux. Ces composantes sont consignées dans un livret de code qui permet de réaliser un accord inter-juge, qui permettra de juger de la valeur de l'analyse, et celle-ci sera évaluée selon les critères suivants : l'enracinement, l'exhaustivité, la complétude, la justesse et la communicabilité (Fasseur, 2018).

Dans un second temps, le codage axial vise à établir des liens entre les catégories identifiées (Fasseur, 2018 ; Howitt, 2011). Il s'agit d'une étape de mise en relation à la fois inductive et déductive. Paillé (2017) identifie 3 procédés : empirique, spéculatif ou théorique. Dans le cadre de ce travail, nous avons principalement œuvré de manière empirique, c'est-à-dire en recherchant des liens à l'intérieur du corpus, mais aussi de manière théorique, en consultant la littérature relative aux phénomènes émergents.

Enfin, dans un troisième temps, le codage sélectif est le dernier niveau d'abstraction des données, et réside dans l'identification d'une catégorie principale, la « core category » à laquelle toutes les catégories précédemment identifiées peuvent être reliées. Il s'agit d'une étape charnière qui mène au processus de théorisation (Fasseur, 2018 ; Howitt, 2011)

### **3.8.1 Processus de théorisation**

Le processus de théorisation selon la *grounded theory* vise finalement à faire émerger une théorie sur le phénomène observé à partir des données récoltées ou ce que Paillé définit comme : « une représentation formalisée de l'architecture et de la dynamique des phénomènes à l'étude. » (2017, p.79). Il s'agit dans un premier temps de procéder à l'intégration des catégories, puis à la modélisation et enfin à la théorisation. Tout d'abord, l'étape de l'intégration des catégories est en lien avec l'étape précédente du codage sélectif, et consiste à schématiser les liens entre les catégories et celle qui est principale. Le chercheur effectue donc des allers-retours entre ses données et mémos pour vérifier que la structure fasse écho aux résultats (Fasseur, 2018 ; Howitt, 2011). Puis, lors de la modélisation, le chercheur esquisse le modèle explicatif qui synthétise les relations entre les catégories conceptualisées à l'étape précédente. Saldaña invite le chercheur à se questionner lors de cette étape autour du phénomène et de ses conditions d'apparition et d'existence, ainsi qu'autour de son impact sur la situation (cité par Fasseur, 2018, p. 587). Enfin, la dernière étape de théorisation est la résultante du processus d'analyse explicité ci-dessus. Celle-ci comprend la construction d'un schéma théorique explicatif du phénomène observé. C'est également à ce moment que le chercheur prend de la distance avec son travail et peut le comparer, voire le généraliser à d'autres situations et garantir la qualité de l'analyse (Howitt, 2011, Paillé 2017).

### **3.9 Difficultés rencontrées dans la récolte des données**

En raison des mesures sanitaires liées à la pandémie de covid-19, la récolte de données a pris près de onze mois de retard. En effet, la récolte de données par observation participante aurait dû débuter au mois de mars 2020, mais en raison des mesures sanitaires, la première table d'hôtes à laquelle nous avons pu participer cette année-là a dû attendre le mois de septembre 2020, avant que de nouvelles interdictions d'organiser des rencontres de plus de cinq personnes dans le cadre privé ne mettent à l'arrêt la récolte de données. La réalisation de *focus groups* a malheureusement dû être écartée puisqu'à partir du mois de décembre, la direction de Pro Senectute a pris la décision de prioriser les suivis individuels. Dans ce contexte,

les *focus groups* n'étaient donc plus envisageables. Puisque nous souhaitions tout de même avoir accès à la parole des bénéficiaires, nous avons fait le choix de repousser l'observation participante, dans la mesure où celle-ci n'était pas possible jusqu'à la fin avril 2021, sans pour autant l'exclure. Nous avons donc d'abord réalisé des entretiens individuels avec les bénévoles au mois de février 2021 ainsi qu'un entretien avec une experte de Pro Senectute au mois de mars 2021. En mai, nous avons finalement pu assister à 2 tables d'hôtes.

## 4 Résultats

L'analyse des 5 entretiens semi-structurés réalisés auprès des 6 bénévoles des Tables conviviales de Pro Senectute Vaud – 1 entretien ayant été réalisé en présence d'un couple – est synthétisée par tableau thématique dans les parties qui suivent. L'analyse du discours a permis de mettre à jour les différentes catégories conceptuelles qui correspondent dans les grandes lignes au canevas d'entretien.

### 4.1 Tableau brut accessibilité

Figure 4.1. Tableau récapitulatif du thème « accessibilité »

Thème	Catégorie	Sous-catégorie	Unité de sens
Accessibilité	Autonomie		De manière générale, les participants viennent par leurs propres moyens aux tables d'hôtes, et ce même lorsque des services de transport sont à disposition. Par ailleurs, certains s'organisent pour réaliser le trajet ensemble, à pied ou en voiture.
	Surpassement des obstacles		Les bénévoles et bénéficiaires font preuve de beaucoup de motivation et sont prêts à mettre beaucoup d'énergie et faire beaucoup d'efforts pour qu'une personne puisse participer à la table. Les bénévoles sont prêts à se charger du transport eux-mêmes et certains hôtes avec des limitations fonctionnelles parviennent à mobiliser diverses ressources pour se rendre à la table.  Bien que de manière générale les hôtes privilégient des tables proches de leur domicile, certains n'ont pas peur de faire beaucoup de kilomètres en voiture pour une table dont ils ont eu des échos positifs.
	Variété des types transports		Le mode de transport varie considérablement entre chacune des tables. En effet, certaines tables ne sont accessibles qu'en voiture, tandis que pour d'autres, les hôtes préfèrent s'y rendre à pied ou en transport en commun.

Tout d'abord, 3 éléments distincts ressortent du discours des bénévoles en matière d'**accessibilité** : l'autonomie des participants, le surpassement des obstacles et la variété des types de transport. De manière générale donc, le discours des bénévoles met en avant la flexibilité en matière de déplacements. Les bénévoles ne considèrent pas que l'accès soit un obstacle pour assister à leur table d'hôtes ; en effet, ils développent des stratégies pour pallier d'éventuelles limitations comme le montre la catégorie « surpassement des obstacles ».

Premièrement, en ce qui concerne l'**autonomie**, les bénévoles estiment que les participants se déplacent de manière autonome quel que soit le mode de transport choisi. En effet, même lorsqu'un service de transport bénévole existe, celui-ci n'est pas nécessairement utilisé par les participants :

C76 : non là les gens viennent euh d'manière autonome

D36 : oui y'en a 4-5 qui viennent d'Aigle y ont leur voiture y s'arrangent parc'qu'y a aussi une copine de moi ben eh... elle a fait un cours aussi ou j'crois une demi-journée pour pouvoir am'ner ou ram'ner des personnes vu qu'on habite un peu loin hum... mais alors j'crois qu'elle est v'nue p'têtre 2 fois en 5 ans pa'c'qu'ils ont tous leur voiture tout donc euh... [ils sont autonomes ?] ils ont jamais b'soin d'elle

Ensuite, le **surpassement des obstacles** signifie que lorsque d'éventuelles difficultés de déplacement sont évoquées, les bénévoles et les participants se montrent inventifs et parviennent à trouver des solutions. Les difficultés évoquées concernent par exemple l'accès aux personnes à mobilité réduite, en fauteuil roulant ou ne possédant pas de véhicule ; dans ces cas, les hôtes ont recours à une aide extérieure et lorsque ce n'est pas le cas, les bénévoles ou leur conjoint se chargent du transport.

C71 : a peine à v'nir euh ...? pratiquement ? DM : ouais voilà C : euh... non ça m'est pas arrivé mais ma foi si ça d'vait arriver moi- quand j'étais euh à Lausanne j'ai eu été chercher des personnes DM : ah oui ! C : c'qui était un tout p'tit peu plus compliqué mais enfin j'allais chercher 3 personnes ouais... dans un circuit comme ça mais ça veut dire qu'j'partais à midi moins quart pour aller les chercher pendant qu'mon... repas finissait d'cuire tout seul (rires) DM : (rires) ah oui j'pense que ça d'vait être assez euh... assez euh...C : c'était un peu chaud oui (rires)

E8 : DM : de la région ? E : oui ben oui... oui ! le y viennent de près oui oui oui [mmh] oui parc'qu'après y faut qu'y se... qu'il puisse euh se mouvoir euh maint'nant là depuis euh... 2019 ouais 2019 mon mari est... est a comncé à m'accompagner en ce sens que il a pu il a pu au besoin aller chercher et ram'ner les gens

Enfin, les hôtes utilisent **différents modes de transport** pour se rendre aux tables. Souvent le type de transport est homogène par rapport à une table mais les modes varient en fonction du type de commune dont il s'agit – urbaine ou rurale et de la composition du groupe – majoritairement de la région ou mixte. Les observations participantes vont également dans ce sens puisque lors de l'observation du 28 mai 2021, les hôtes se sont rendus à « pédibus », c'est-à-dire à pied à l'aller et au retour en déposant chacun à son domicile.

A30 : ils viennent à pied [oui oui] en voiture ? A : à pied ou en voiture DM : ouais A : on a même une dame qui habite en bas du village qui est avec une p'tite voiture électrique qui monte avec son p'tit... son sa p'tite voiture [d'accord] 'fin c'est un...chaise roulante électrique

BA157 : vous savez si les personnes viennent plutôt en voiture est-c-qu'elles viennent en transports en commun ? BA : alors... BB : en g... ouais- BA : en voiture y'en a quelques-uns hein [BB : quelques-uns] c'est une minorité en voiture [BB : oui] vraiment une minorité

## 4.2 Tableau brut activité bénévolat

Figure 4.2. Tableau récapitulatif du thème « activité bénévolat »

Thème	Catégorie	Sous-catégorie	Unité de sens
Activité bénévolat	Pro Senectute		Pour la plupart des bénévoles, réaliser les tables d'hôtes sous l'égide de Pro Senectute offre un cadre protecteur à leur activité. Pro Senectute leur donne une certaine légitimité et leur permet de se défendre face à d'éventuelles critiques. De plus, le matériel de publicité dont ils disposent grâce à Pro Senectute leur donne la possibilité de se faire connaître mais aussi d'attirer un public extra-régional.
	Évolution temporelle		Les bénévoles décrivent une évolution dans leur activité, avec des débuts souvent difficiles puis un temps d'adaptation où des règles internes et le fonctionnement du groupe se stabilise jusqu'à ce que l'activité devienne routinière et se pérennise sur le long terme.

Le deuxième thème mis en lumière par l'analyse des discours est celui de l'**activité bénévolat**. Ce thème est caractérisé par les éléments les plus saillants de leur pratique que les bénévoles retracent : Pro Senectute et une évolution temporelle.

D'une part la catégorie **Pro Senectute** englobe l'aide et le cadre protecteur que fournit la fondation aux bénévoles. En effet, pour eux Pro Senectute a une aura bénéfique sur leurs activités, ils se sentent plus légitimes en cas de litige et la publicité offerte par l'institution les aide dans un premier temps à se faire connaître.

BB183 : 3 : ça a été du bouche à oreille et puis ensuite y'a y'a de temps en temps si y'a... ils reçoivent la brochure de Pro Senectute de temps en temps y'en a des nouvelles personnes qui viennent euh... grâce à la brochure

C41 : dans l'bénévolat on dit qu'c'est 4 heures j'crois d'bénévolat donc euh c'est aussi Pro Sen- pour cette raison Pro Senectut nous dit ben si vous avez des... des gens qui ne partent jamais vous avez aussi l'droit d'dire ben dans le cadre de Pro Senectut c'est 14 heures mais enfin j'peux dire 14h30 comme

15h00 m'enfin j'peux me... me mettre entre guillemets derrière la... ch'ai pas c'que c'est Pro Senectute l'association ? non j'en sais rien bref DM : la fondation euh Pro Senectute ? C : derrière la fondation pour dire ben voilà y'a y'a des limites DM : ouais C : et ça c'est ça peut être une protection à certains moments disons moi j'en ai pas eu besoin mais je sais qu'd'autres gens en ont eu besoin

D'autre part, les bénévoles constatent une **évolution** de leur pratique au fil du temps. Pour la plupart, les débuts étaient difficiles mais une fois que le rendez-vous est pris avec des habitués, les rapports changent, la confiance s'instaure, l'activité se pérennise et petit à petit les personnes prennent leurs habitudes, se lient aux autres et se racontent. Ce déroulement est très bien expliqué par le couple de bénévoles « B » qui n'avait malheureusement personne à sa table la première fois puis suite à un article dans un quotidien vaudois, il reçoit des hôtes 2 fois par mois depuis près de 10 ans :

BB202 : mais ils euh justement pour qu'elles racontent leur histoire il faut un certain temps quand même [BA : oui oui ] que qu'on soit vraiment... plus euh...familiarisés. DM : ouais BA : oui- BB : entre nous [BA : oui oui tout à fait] avec nous pour qui y racontent [mmh] leur euh leur vie

La bénévole « C » remarque que les personnes sont plus à même de revenir si elles ont été accompagnées par un proche la première fois :

C5 : pis après y'a d'autres personnes qui sont v'nues mais effectivement j'me suis rendue compte c'était très difficile de faire venir les gens tout seul même si c'était moi qui les invitais mais... y fallait v'nir avec quelqu'un [mh] une fois qu'y étaient v'nus avec quelqu'un au départ c'était bien

### 4.3 Tableau brut alimentation

Figure 4.3. Tableau récapitulatif du thème « alimentation »

Thème	Catégorie	Sous-catégorie	Unité de sens
Alimentation	Partage		Dans la majorité des cas, les bénévoles proposent des plats à partager, des plats que les personnes seules ne préparent plus en raison des grandes quantités. Cela peut être une choucroute, une raclette, mais aussi des rôtis ou plats gratinés.
	Préférence saisonnière et locale		Tous les bénévoles composent leurs menus en fonction des saisons. Ils sont également sensibles à la provenance des ingrédients et privilégient les produits locaux, reproduisant souvent une cuisine du terroir.
	Générosité		Manger en compagnie induit un changement de comportement alimentaire chez les bénéficiaires. En effet, ceux-ci mangent plus que lorsqu'ils sont seuls chez eux. Par ailleurs, les bénévoles préfèrent servir de petites assiettes et resservir les gens plutôt que d'imposer des portions copieuses aux hôtes qui se sentent alors gênés et forcés à finir leur assiette.

De manière générale, le thème de l'**alimentation** revient fréquemment dans le discours des participants puisque celle-ci fait partie intégrante de l'activité et constitue pour la plupart une passion. Par ailleurs, ce thème est souvent mis en lien par les participants avec d'autres thèmes comme les émotions positives qu'il procure ou leur organisation personnelle comme le résument les tableaux 4.9. et 4.10. Ainsi, 3 catégories peuvent être différenciées à partir des discours sur l'alimentation : le partage, la préférence saisonnière et locale et la générosité.

En premier lieu, la catégorie du **partage** concerne la vision d'une cuisine conviviale, qui rassemble, axée vers le partage. En effet, les bénévoles pensent à proposer aux hôtes des plats qui nécessitent du temps ou de grandes quantités, ou de manière générale, qu'on ne se prépare pas seul. De telle sorte que dans la nature immanente des plats transparaît une notion de lien social :

C24 : en fait on essaye de faire les m'nus que les gens s'font pas tout seul c'est-à-dire hum... j'sais pas au-

aujourd'hui on a fait un rôti ça peut être un ragoût ça peut être euh... ah on a proposé aux gens d'la raclette et pis ils ont dit oui on leur a proposé d'la choucroute fin un peu un plat que les gens s'font pas quand ils sont tout seuls

D2 : [...] y viennent quand même 2 fois par mois y ont plaisir de... de payer ces 15 francs l'menu avec une entrée un plat un dessert et justement f- faut faire des choses que peuvent pas faire tout seuls [mmh] des des plats bon main'nant c'est l'hiver des choux des choses comme ça des bouillis des des papets pis ils ont toujours grand plaisir vraiment

En second lieu, les bénévoles interrogés mentionnent volontiers que leur cuisine suit majoritairement **les saisons** et que les ingrédients sont d'origine **locale**. Ils énumèrent des plats et un type de cuisine qu'on peut qualifier « du terroir » sans pour autant se cantonner à celui-ci ; la nouveauté et l'exotisme ont également leur place à la table d'hôtes même s'ils favorisent la cuisine régionale qui apporte beaucoup de plaisir selon eux à leurs hôtes puisqu'elle est chargée de souvenirs :

A47 : oui c'est plutôt de la nourriture locale des choses comme ça [ouais d'accord] pis d'temps en temps on a quelqu'un qui m'demande tu pourrais pas essayer d'faire ça alors bon j'dis oui (rires) pourquoi pas !

BA97 : alors y aiment aussi des fois des r'pas terroir la choucroute la langue [BB : la langue] de bœuf 1 : ouais BB : la langue de bœuf-BA : ça leur rappelle des souv'nirs alors [BB : alors justement] vraiment ça ça ils adorent la blanquette de veau euh- BB : not- not' fameux notre fameux monsieur qui est décédé et bien lui nous avait même demandé un...un pot-au-feu

En dernier lieu, tant l'activité de cuisiner que le type de cuisine est décrit comme généreux par les bénévoles ; ils mettent du cœur à l'ouvrage et pour eux, cette **générosité** se ressent dans l'appétit avec lequel les hôtes dégustent les assiettes :

E28 : qu'j'en ai vu qui... qui n'aimait pas y disent euh mais moi j'mange très peu pis vous les servez pis y vous en r'demandent euh c- c- c'est assez c'est assez étonnant... euh... m- y'en a un j'peux l'servir 3 fois euh... c'est assez surprenant pa'c'que euh y dit euh oh moi j'mange très peu il est maigre comme c'est pas permis y fait peur euh pa'c'que y y s'fait pas à manger il a peu d'moyens alors y vient pis... il emmagasine quoi [mmh] c'est c'est voilà ça fait partie du jeu hein

#### 4.4 Tableau brut apprentissage de nouvelles compétences

Figure 4.4. Tableau récapitulatif du thème « apprentissage de nouvelles compétences »

Thème	Catégorie	Unité de sens
Apprentissage de nouvelles compétences	Compétences relationnelles	Au fil du temps les bénévoles développent des compétences relationnelles et prosociales. Souvent, celles-ci sont liées à des situations de malaise où le bénévole, par son comportement proactif, gère l'animation du repas ou désamorce une situation embarrassante. Par ailleurs, certains bénévoles développent également leur compétence d'écoute active si des hôtes se confient à eux.

Ce thème concerne l'**apprentissage de nouvelles compétences** dont font état les bénévoles. Pour ces derniers, l'organisation de table d'hôtes leur a permis de développer de nouvelles **compétences**, principalement d'ordre **relationnelles, prosociales**. Cela signifie qu'au cours des Tables conviviales, ils ont parfois dû faire face à des situations ou interactions gênantes et ont dû agir en tant qu'hôte de maison afin de résoudre la situation. Ils ont également développé des compétences en matière d'écoute et d'empathie, dans la mesure où ils peuvent être identifiés comme personnes ressources par certains participants qui dès lors se confient à eux. Ces situations sont décrites comme inconfortables par les bénévoles, mais ils témoignent néanmoins d'un apprentissage en la matière qui rend ces situations gérables :

C143 : moi j'pense que j'ai appris à gérer certaines choses oui mmh mmh DM : comme justement gérer un peu les blancs des [voilà] choses comme ça ? C : ou les situations un peu critiques mais c'est- j'peux pas dire qu'on a beaucoup d'situations critiques mais voilà à midi c'était euh on a envie d'un peu rire DM : oui C : mais on peut pas rire ça va pas aller (rires)



D34 : DM : oui qu'est-ce qu'elles vous ont appris D : à moi alors euh... comment ? ben de dialoguer avec eux de d- leurs problèmes un peu de de parler mais voilà

## 4.5 Tableau brut attitudes différentes hommes et femmes

Figure 4.5. Tableau récapitulatif du thème « attitude différente entre hommes et femmes »

Thème	Catégorie	Sous-catégorie	Unité de sens
Attitude différente entre hommes et femmes	Caractéristique des femmes		Les bénévoles et bénéficiaires expliquent la différence entre le nombre de participants hommes et femmes par la prépondérance des femmes seules âgées en comparaison aux hommes. De plus, c  elles-ci sont considérées comme plus comme ayant un caractère plus social que les hommes. Elles sont davantage tournées vers des activités entre amies et ont plus d'énergie et d'allant que les hommes.
	Type d'activité		Une autre explication donnée à la sous-représentation des hommes aux tables d'hôtes est formulée en fonction de l'activité. En effet, cette prestation les intéresse moins que le domaine informatique ou sportif.

Le tableau ci-dessus résume les différents points de vue des participants sur la disparité entre hommes et femmes aux tables d'hôtes. Dans l'ensemble, les bénévoles reconnaissent que les participants aux tables sont pour les 3/4 voire 4/5 des femmes ; ils donnent cependant deux types d'explication à cette **attitude différente entre hommes et femmes**: une explication formulée en termes de caractéristiques des femmes et une autre formulée en fonction du type d'activité.

Ainsi, la première explication que donnent les bénévoles concerne les femmes et le fait que celles-ci soient démographiquement surreprésentées par rapport aux hommes. Ils expliquent également la **différence en termes de caractère** : les femmes ont plus de vitalité que les hommes et sont davantage tournées vers la vie sociale :

BB253 : bon... chez ces dames ce sont toutes... chez les hommes on peut un peu moins l'dire mais chez c- toutes ces dames qui viennent et bien elles ont quand même une activité elles aiment sortir [mmh]-  
BA : oui les personnes qui viennent ont une vie sociale quand même si elles prennent le téléphone qu'elles prennent l'initiative surtout seules de v'nir... c'est qu'elles ont une vie euh... DM : elles ont le goût de sortir BA : oui une vie sociale [BB : sociale oui] oui BB : et c'est... justement c'est ça qui fait aussi plaisir c'est que on leur fournit la possibilité d'avoir encore un... cercle euh social plus élargi

D19 : c'est surtout les femmes ben ben voilà pa'c'qu'elles sont... plus actifs plus énergie allez on y va [(rires)]

La deuxième explication amenée par les bénévoles est la suivante : l'activité proposée par les tables d'hôtes ne correspond pas au **type d'activité** qui plaît aux hommes et c'est pourquoi elles ne rencontrent pas le même succès que dans la population des femmes. Ils évoquent en contraste des activités comme prendre l'apéro au bistrot, ou des domaines d'intérêt comme le sport, ou l'informatique :

BA206 : j'pense qu'y'en a quand même pas mal qui ont d'autres activités [mh] pis y'en a qui font peut-être pas grand-chose je sais pas ou bien qui vont au bistrot [mh] j'en sais rien BB : voilà c'est c'est ptêtre un peu leur sortie c'est boire un verre avec les copains [BA : oui] plutôt que- BA : bon y'en a aussi qui font euh du sport y'a y'a... BB : oui oui BA : j'pense qu'ils font pleins d'choses BB : y'a aussi du sport

## 4.6 Tableau brut communication sur l'activité de la table d'hôtes

Figure 4.6. Tableau récapitulatif du thème « communication sur l'activité de la table d'hôtes »

Thème	Catégorie	Sous-catégorie	Unité de sens
Communication sur l'activité de la table d'hôtes	Méthodes traditionnelles de démarchage		Afin de faire connaître leur table d'hôtes, les bénévoles utilisent des méthodes traditionnelles de démarchage, soit via des affiches et des flyers qu'ils déposent dans des établissements-clés de la région : cabinets de médecins, cafés, coiffeurs, EMS, paroisses, pharmacies.
		Bouche à oreille	Les hôtes qui participent aux tables d'hôtes ont le plus souvent découvert la table grâce au bouche à oreille. C'est la proximité avec l'interlocuteur qui permet aux personnes de faire le premier pas.
	Presse écrite		Le moyen de communication le plus efficace est la presse écrite. Tant les bénévoles que les hôtes estiment que les personnes âgées lisent régulièrement le journal régional. Les bénévoles estiment qu'un article ou un encart dans un quotidien a fait rayonner leur table d'hôtes au-delà de la commune. De plus, ils apparaissent également dans la brochure d'activités de Pro Senectute.

Les données représentées par le tableau ci-dessous concernent la représentation que se font les bénévoles de la **communication sur l'activité de la table d'hôtes**. Les bénévoles ont à leur disposition un certain nombre de moyens pour faire connaître leur table et communiquer à ce propos. En effet, Pro Senectute leur met à disposition du matériel tel que des affiches et flyers qu'ils peuvent distribuer comme ils le souhaitent. De plus, leur table d'hôtes est répertoriée dans la brochure d'activités de Pro Senectute qui est également disponible sur le site internet de la fondation. Ainsi, l'analyse des discours permet de discriminer dans l'arsenal communicationnel disponible les outils les plus prisés de ceux mis de côté. Nous pouvons d'abord identifier 2 catégories : les méthodes traditionnelles de démarchage et la presse écrite. La première catégorie est définie par la dimension active du bénévole dans la communication tandis que la deuxième catégorie met en avant l'intervention plus sporadiquement identifiée mais dont les retombées sont extraordinaires pour les bénévoles.

La première catégorie synthétise donc les **méthodes de démarchage** qu'on peut qualifier de **traditionnelles** des bénévoles. Effectivement, ils ont principalement recours à l'affichage et la pose de flyers dans les lieux-clés de leur commune : pharmacies, cafés, paroisses, etc. :

BB5 : pas une inscription [Pro Senectute avait] on avait mis des flyers dans les pharmacies mais ça ça marche pas  
 BA : oui dans les commerces du quartier Pro Senectute avait aussi fait d'la... BB : un article BA : oui avait aussi donné des flyers informé euh... dans dans des... dans des dans des EMS euh... voilà dans des paroisses [mmh] qu'on f'sait une table d'hôtes mais voilà... BB : personne

D73 : [...] ah ouais pis j'avais mis chez le méd'cin aussi dans la salle d'attente [...] et pis là alors y'en a 1 ou 2 qui sont v'nus pa'c'qu'y ont vu ça dans la salle d'attente euh du méd'cin DM : d'accord D : pa'c'qu'y doivent attendre [oui] peut-être euh un quart d'heures pis y- voient l'numéro pis après pis des fois je leur demande vous savez de où [mh] et ben... 1 ou 2 c'était voilà de chez l'méd'cin [...] les coiffeurs aussi y'a [ouais] quand même pas mal de... gens qui vont bon après elle pose ça euh... tandis qu'à la salle d'attente on doit attendre on- pis bon c'est au début ils avaient mis sur la table pis après j'crois qu'ils ont collé que... on voie mieux mai'nant y'a même plus de de journaux y'a plus rien sur la table à la salle d'attente

Nous pouvons encore distinguer la sous-catégorie du **bouche à oreille** dans les méthodes de démarchage car cette pratique informelle de communication est décrite comme particulièrement efficace par les bénévoles. Selon eux, c'est le climat de confiance qu'instaure la proximité qui est à la source de ce succès :

A85 : [...] pis alors aussi y'a l'bouche à oreille pa'c'que euh... y'a quand même beaucoup d'gens qui s'connaissent alors y'a des copines qui s'disent oh moui tu devrais v'nir etcetera et euh j'pense qu'c'est un p'tit peu comme ça qu'ça marche mais c'est pour tout toutes les activités la même chose [mmh] hein

E54 : [...] j'trouvais ça sympa quoi alors d'temps en temps y'avait des gens euh ouais y s'parlaient entre eux ouais y s'parlaient quoi euh... j'ai eu des gens qui sont v'nus pa'c'que l'autre avait dit qu'fallait v'nir ou pa'c'que y s'sont fait inviter ou des choses [mh] comme ça quoi euh... y'avait des copines qui sont v'nues [...]

La deuxième catégorie rassemble les propos au sujet de la **presse écrite** comme moyen de communication. Celui-ci est décrit unanimement comme l'outil le plus puissant, d'une part parce que c'est un média encore très populaire auprès des seniors qui lui accordent du crédit, et que d'autre part, les informations écrites telles que les coordonnées sont également appréciées car elles facilitent la prise de contact. Pour les bénévoles qui ont bénéficié d'un article dans un quotidien local ou régional, cela les a beaucoup aidés au début et a également permis de faire connaître leur table en-dehors de leur commune et d'attirer des visiteurs d'autres régions, parfois d'autres cantons parfois :

A83 : ou bien sur l'journal vous savez comme on met sur l'journal toujours oui alors Pro Senectute met toute la l- toutes les tables d'hôtes dans un mémento de la... du journal le la côte le journal local [d'accord] alors ils les gens- elles lisent énormément ce...DM : ce journal ? A : là ces... ce mémento

BB9 : et puis ça a intéressé 24 heures... mais j'ai dit mais on a personne ! ah mais ça fait rien... vous v'nez euh... nous vous euh... j'envoie un photographe et euh une journaliste qui viendront cet après-midi vous préparez une table comme si y'avait eu du monde (rires) alors on a préparé not' table et euh... y sont v'nus c'était le mer- le jeudi 8 octobre le samedi ça a paru dans le euh... dans 24 heures et le mercredi suivant c'était complet jusqu'à Noël-

## 4.7 Tableau brut composition du groupe

Figure 4.7. Tableau récapitulatif du thème « composition du groupe »

Thème	Catégorie	Sous-catégorie	Unité de sens
Composition du groupe	Diversité des pratiques		La composition des groupes diffère largement entre les tables. Cependant, les tables s'équilibrent chacune à leur manière et s'homogénéisent en termes de fréquence, provenance et profils des hôtes.
	Privilège aux personnes seules		Les personnes seules sont identifiées comme le public cible des tables d'hôtes. Elles composent la majeure partie des participants et les bénévoles limitent la fréquence à laquelle ils reçoivent des couples

Le tableau ci-dessous synthétise les propos des bénévoles au sujet de la **composition du groupe**. Deux catégories ressortent principalement de l'analyse : d'un côté la diversité des pratiques et de l'autre le privilège accordé aux personnes seules.

La catégorie de la **diversité des pratiques** met en avant la liberté laissée aux bénévoles dans l'organisation de leur activité. En effet, chaque participant décrit une réalité qui diffère de celles des autres de telle sorte que chaque groupe se distingue et crée ses propres normes en termes de nombre, provenance et fréquence de rencontres. Les expériences varient donc en fonction des tables :

A6 : alors on... en principe c'est toujours les mêmes hein temps en temps y'a des nouveaux qui arrivent mais ! c'est pas- y sont pas toujours bien acceptés hein ! pa'c'que ils ont l'habitude de s'rencontrer ils s'connaissent euh etcetera c'est pas évident de s'intégrer dans un groupe qui-

BA192 : c'est jamais les- comme c'est jamais exactement la même table une personne nouvelle arrive... elle est inclus BB : oui voilà BA : dans toute la dans toute la table] u- une personne qu'arrive seule ici- BA : elle va pas se r'trouver mal à l'aise [BB : elle va pas s'trouver mal à l'aise] ni devoir être intégrée ou bien que les autres doivent euh... euh oui l'intégrer [oui] là ça s'fait euh ça s'fait automatiquement quoi ça

c'est vraiment euh j'dois dire une richesse de notre table c'est d'avoir beaucoup d'personnes différentes [mmh] et y'a pas d'problème de d'intégration

La catégorie du **privilège aux personnes seules** constitue un dénominateur commun des groupes qui assistent aux tables d'hôtes, c'est-à-dire que selon les bénévoles, cette activité s'adresse en priorité aux personnes seules. Bien que les couples soient autorisés à participer aux tables d'hôtes, les bénévoles jugent que la table leur est moins profitable qu'aux personnes esseulées et par conséquent les bénévoles veillent à prendre moins de couples :

A51 : en principe euh temps en temps j'ai un couple mais les- on r'çoit pas les couples pa'c'que c'est une- c'est pour les gens seuls en principe DM : d'accord ok A : pa'c'qu'les gens- les les couples ben ils ont pas b'soin de... [ouais] de nous mais d'temps en temps ça m'arrive de r'cevoir un couple d'amis euh... pis voilà

C159 : ben j'vois effectivement y'a y'a 2 couples qui viennent ... y'en avait un troisième mais finalement lui il vient tout seul pa'c'sa femme profite de faire autre chose (rires) mais autrement c'est vrai qu'c'est des personnes solo

#### 4.8 Tableau brut création de liens

Figure 4.8. Tableau récapitulatif du thème « création de liens »

Thème	Catégorie	Sous-Catégorie	Unité de sens
Création de liens	Motivation à rencontrer de nouvelles personnes		Créer des liens avec de nouvelles personnes est l'une des motivations principales des bénévoles et hôtes à prendre part à l'activité des Tables conviviales.
	Création groupe de pairs		Les bénévoles et participants décrivent une forme d'attachement entre les membres de la table. Les personnes tiennent les unes aux autres, cependant c'est en de rares occasions que les participants se rencontrent en-dehors de la table. Les bénévoles entretiennent le lien en prenant des nouvelles occasionnellement ou en envoyant des cartes de vœux en fin d'année. Les bénévoles sont très touchés par la perte d'un hôte.

Le tableau récapitulatif de la **création de liens** résume les deux perspectives souvent abordées lors des entretiens : la motivation à rencontrer de nouvelles personnes et la création d'un groupe de pairs secondaire. La première constitue l'une des motivations principales à participer ou à organiser une table d'hôtes tandis que la deuxième est la résultante de l'activité.

Ainsi, la **motivation à rencontrer de nouvelles personnes** concerne autant les bénévoles que les hôtes et c'est souvent cette quête de l'échange et de la rencontre de l'autre qui amène les seniors à se rendre aux tables d'hôtes :

BB110 : mais c'est tellement beau de voir les gens heureux d'manger d'être autour d'une table tous ensemble finalement qu'ils ne s'connaissent pas mais qu'ils sont heureux d'être euh ensemble pa'c'qu'finalement vous allez au bistrot ben c'est pour manger avec des amis [mmh] et tout des connaissances mais ici c'est c'est vraiment le contraire c'est c'est pour faire des connaissances

C109 : j'crois qu'les les tables au bistrot fonctionnent assez bien aussi... alors c'est des gens qui ont pas envie d'aller chez l'habitant [mh] mais c'est quand même des gens qui vont pour rencontrer d'autres c'qui est différent de de jour où on va manger au restaurant euh pa'c'qu'on n'a pas envie d'faire à manger [mmh] on rencontre pas forcément quelqu'un à sa table tandis que là on rencontre quelqu'un à sa table c'est différent

Enfin, la **création d'un groupe de pairs** provoque différentes émotions positives non seulement chez les bénévoles mais aussi chez les hôtes et ancre sur le long terme la tenue des tables d'hôtes. A travers les échanges, les seniors tissent des liens cordiaux avec les autres participants. Ce nonobstant, à l'exception d'une table visitée il est rare que les hôtes se voient en-dehors ou que les bénévoles aient un

## lien privilégié avec certains hôtes :

A112 : bon on s'dit bonjour quand on s'rencontre dans la xx ou... euh là j'ai une voisine j'ai essayé d'aller tel- j'ai essayé d'aller taper chez elle mais elle répond pas faut qu'je m'informe pour savoir où elle est on s'dit bonjour quand on s'voit [mmh] on... on discute du beau temps mais c-c'est ça mais en réalité c'est tout [ouais] hein ça va pas plus loin disons qu'ce sont pas devenus des amis intimes [mmh] mais ce sont des bonnes connaissances vous voyez c'que j'veux dire ?

E60 : mais alors non personne n'est d'venu mon ami mais... mais euh j'ai écrit j'ai téléphoné euh... euh... y'a un m'sieur y m'a amené des fleurs euh... euh y'a mh ça c'est le- ça ça m'est jamais arrivé ça mon... vieux m'sieur euh oui lui y me y m'amenait... y m'amenait euh... ch'ai pas tout d'un coup y m'amenait un... chou d'son jardin ou ch'ai pas quoi mais mais euh... ce c'ui-là là il habite en ville il m'a amené des fleurs [mmh] ça m'a... ça m'a surpris pa'c'c'était la première fois sur toutes ces années et ça c'était l'année dernière hein [mh] j'veux dire c'est- mais euh... mais euh... alors quand j'les ai appelés euh y vous disent oh qui c'est ?! pis vous répétez pis ah ! ouais ouais ouais ! alors y sont tout content ou bien vous leur envoyez un mot pis y'en a la moitié qui vous rappellent pour vous dire merci d'avoir pensé à eux [mh] ou bien qui vous répondent par écrit c'est c'est chou quoi

## 4.9 Tableau brut émotion bienfaits

Figure 4.9. Tableau récapitulatif du thème « émotion bienfaits »

Thème	Catégorie	Sous-catégorie	Unité de sens
Émotion bienfaits	Gaieté		Les rencontres lors d'une table d'hôtes produisent beaucoup de gaieté tant pour les bénévoles que les hôtes. Ce sont des moments conviviaux, animés, avec beaucoup de rires et de joie ressentie à partager un repas en compagnie d'autres personnes.
	Sentiment d'appartenance et solidarité		Les habitudes que prennent les bénéficiaires créent un sentiment d'appartenance au groupe. De plus, les bénévoles et bénéficiaires s'apportent du soutien moral et se proposent de l'aide, donnent des conseils au sujet de certaines questions.
	Estime de soi	Sentiment d'utilité	Se mettre au service des autres permet aux bénévoles de recouvrer un sentiment d'utilité que certains ont perdu au début de la retraite. Ce sentiment agit positivement sur leur estime personnelle et les motive à continuer leur activité.
		Plaisir de cuisiner	Pour certains bénévoles la cuisine est une passion et avoir l'occasion de préparer des menus pour de grandes tablées répond à une envie personnelle. De plus, la combinaison entre leur passion pour la cuisine et le retour qu'ils reçoivent des hôtes agit positivement sur leur sentiment de compétence et leur procure du bonheur.
		Gratitude	Les compliments et divers retours des hôtes au sujet de la table conviviale agit positivement sur le moral des bénévoles et les motive fortement à poursuivre leur activité. La plupart des bénévoles considèrent que la reconnaissance des hôtes pour les repas est supérieure à celle de leur famille et les touche énormément.

Ci-dessus, le tableau récapitulatif du thème **émotion bienfaits** divisé en 3 catégories principales : la gaieté, le sentiment d'appartenance et solidarité et l'estime de soi. Ce thème est caractérisé par les émotions positives que génère la participation ou l'organisation d'une table d'hôtes. Chaque émotion est le produit de ces rencontres avec toutes les dimensions que cela englobe : telles que la préparation, l'accueil, la décoration, les rencontres, le menu. Les catégories gaieté, et sentiment d'appartenance et solidarité peuvent s'appliquer tant aux bénévoles qu'aux hôtes, tandis que l'effet positif sur l'estime de soi est plus saillant auprès de la population des bénévoles.

Tout d'abord donc, les participants évoquent un sentiment de **gaieté** que procure la table d'hôtes, des discussions animées et une ambiance générale très sympathique. Parfois même des personnalités avec un grand sens de l'humour animent le repas et rendent la tablée très joyeuse :

BA176 : parc'qu'y a d'l'ambiance hein alors ça rigole c'est c'est gai hein (rires)- BB : oui [BA : oui oui ] beaucoup de discussions

D57 : des fois ça parle un peu la politique euh y'en a une elle a beaucoup d'humour y'a une elle parle un peu trop ça y faut un peu voilà gérer un peu tout ça [mh] mais... vraiment y parlent de tout et y sont à l'aise et puis euh ben bien sûr avec tous ces photos qu'vous avez vues au salon alors le p'tit y va bien ? pis la p'tite ? pis moi j'commence à parler d'mes p'tits et puis eux y parlent- c des choses d'la vie mais tous simple [mmh] mais y'a toujours la conversation euh et des...mmh... des gags des trucs comme ça rigolos [mh] y sont très positifs j'trouve

Ensuite, la création d'un groupe de pairs décrite au tableau 4.8. peut être mise en lien avec le **sentiment d'appartenance et de solidarité** qu'expriment les participants. Ce sentiment peut être remarqué par l'instauration d'habitudes et de règles tacites du groupe, mises en valeur à travers des formulations spécifiques : « chez nous », « en principe », « c'est traditionnel ». De plus, une entraide et des échanges s'instaurent au sein du groupe, resserrant l'attache mutuelle :

A6 : alors on... en principe c'est toujours les mêmes hein temps en temps y'a des nouveaux qui arrivent mais ! c'est pas- y sont pas toujours bien acceptés hein ! pa'c'que ils ont l'habitude de s'rencontrer ils s'connaissent euh etcetera c'est pas évident de s'intégrer dans un groupe qui-

C89 : ouais... ben le fait de pouvoir euh amener un peu de... de vie et de... j'vais pas réutiliser convivialité donc de... d'relation... pour les hôtes avec n- pour les hôtes avec nous- moi j'sais plus qui sont les hôtes bref pour les gens qui viennent avec nous et pour nous avec eux

Enfin, nous pouvons préciser 3 sous-catégories de l'effet positif sur l'**estime de soi** des bénévoles : le **sentiment d'utilité**, le **plaisir de cuisiner** et la **gratitude**. De manière générale, ces 3 dimensions ont une influence positive sur les bénévoles et les confortent dans leur pratique de l'activité.

Concernant la première sous-catégorie, le **sentiment d'utilité**, elle peut être mise en lien avec les trajectoires de vie des individus et une perte d'objectifs et de sens à l'horizon de la retraite. Ainsi, la table d'hôtes permet à certains bénévoles de recouvrer ce sentiment d'utilité à travers une activité pertinente pour eux et qui rythme leur emploi du temps :

C123 : alors envie d'faire quelqu'chose envie d'aller à la rencontre des gens... d'une manière euh utile [mmh] pis qui corresponde à que'qu'chose qu'j'aime faire comme j'disais j'aime cuisiner moi j'ai pas très envie d'aller faire du mmh... ah de l'aide administrative par exemple [mh] c'est pas c'est pas forcément mon truc

E61 : ouais ! ben au moins on sert à que'qu'chose [mh] et pis moi j'ai un problème actuellement c'est le le- j'ai pris ma r'traite et puis euh [...] j'avais hâte de prendre ma r'traite euh... pa'c'que... y'a eu... un arrivage de jeunes qui qu'ont commencé à faire d'l'âgisme hum... pour différentes raisons et puis ça ça m'a ça m'a beaucoup pesé alors euh j'me réjouissais mais alors euh j'ai un sentiment d'inutilité c'est... incroyable

Concernant la seconde sous-catégorie **plaisir de cuisiner**, celle-ci peut être rattachée aux centres d'intérêts des bénévoles. Pour certains, la cuisine est une véritable passion, parfois contrariée lorsqu'ils pratiquaient leur activité professionnelle et être en mesure de préparer des plats pour d'autres est une véritable source de plaisir :

BB85 : l'effet disons moi j- j'adore faire la cuisine donc de cuisiner pour moi c'est... (lève les bras) DM : (rires) BB : le summum ! (rires) alors j'adore faire ça mais de voir les gens apprécier not' repas mais c'est... c'est fantastique [BA : ah oui !] non mais ça fait un bien euh personnellement euh... c'est c'est incroyable le retour qu'on peut avoir des gens

Finalement, la troisième sous-catégorie **gratitude** est en rapport avec le retour positif des hôtes et la reconnaissance qu'ils leur témoignent :

BB249 : du bonheur BA : oui... d'la reconnaissance euh c'est gratifiant euh... y'a encore un autre adjectif qui m'vient pas à l'esprit pour le moment...

D48 : ah ben moi ça m'fait du bien ouais... pa'c'qu'autrement je r'çois pas trop (rires) j'dirais... DM : non mais c'est vrai qu'des fois les proches y ont l'habitude- D : ouais ouais exactement DM : qu'on cuisine pour eux

pis y s'en rendent moins compte [mmh] alors que là ben c- les gens euh y apprécient peut-être plus ça D : ouais ouais euh... non non moi ça m'fait aussi du bien voilà pour le... moral [mmh]

## 4.10 Tableau brut organisation temporelle

Figure 4.10. Tableau récapitulatif du thème « organisation temporelle »

Thème	Catégorie	Sous-catégorie	Unité de sens
<b>Organisation temporelle</b>	Attitude proactive		Les bénévoles accordent beaucoup de soin à leur table d'hôtes et débute les préparatifs plusieurs jours en amont. Ils gèrent tant les réservations que la préparation du menu en avance et commencent à cuisiner souvent la veille. Lorsque les bénévoles reçoivent en couple, ils se répartissent les tâches.
	Archivage		Afin de garantir un repas original à chaque fois, les bénévoles consignent chaque menu, la décoration ainsi que les hôtes présents. Ils puisent parfois dans ces archives de l'inspiration pour d'autres menus.

Le tableau ci-dessus synthétise les pratiques des bénévoles en termes d'**organisation temporelle**. Celle-ci comprend les stratégies développées afin de réaliser leur table et peut être divisée en deux catégories : d'une part, une attitude proactive et d'autre part, des comportements d'archivage. Dans l'ensemble, les bénévoles consacrent entre 2 et 6 heures de préparation à leur table ce qui exige un travail de planification en amont, tout en demeurant flexible en cas d'annulation ou d'invités supplémentaires. En outre, la majorité des bénévoles rapportent dans un document manuscrit ou informatique les informations des dernières tables, et utilisent ce document pour trouver des idées de plats et s'assurer de ne pas servir le même menu à leurs convives.

D'une part, nous pouvons parler d'**attitude proactive** dans la mesure où les bénévoles anticipent la majeure partie des tâches afin de recevoir leurs hôtes en toute sérénité ; de la composition du menu aux achats en passant par la préparation de la table, la décoration et les mets mijotés, tous les bénévoles s'attèlent à la tâche entre 2 et 10 jours avant le jour J :

A122 : ah oui ça m'prend quand même la veille aussi [mmh] oui oui non j'fais pas toute la même journée hein c'est quand même un- c'est toujours à midi [mh] donc euh... j'ai pas l'temps de... j'mets la table la veille euh [ouais] j'fais des trucs euh j'fais pas des des soufflés vous voyez c'que j'veux dire ? (rires) qu'on doit servir à la minute [mh] j'fais des plats qui euh... qui peuvent attendre j'f'rai- j'fais des terrines pour l'entrée euh euh pis un plat mijoté pour le... euh pour le plat principal [mmh] pis j'prépare des desserts j'prépare plusieurs desserts à l'avance et pis euh...

D31 : moi j'les appelle le lundi... euh... donc j'fais l'mercredi hein [oui] le lundi alors là on est tant alors bon qu'est-ce que j'fais à manger tac tac mais des fois ça vient comme ça je vais dans une boucherie ah ! ben j'vois ça bon j'fais ça quoi j'ai tellement l'habitude [mmh] de faire et t- et pis tout d'un coup ou des fois j- je sais déjà un peu avant le mardi j'prépare le plus que j'peux possible comme ça le mercredi moi ch'ui tranquille j'ai plus qu'à... à chauffer pis à préparer m- ... c'est juste il faut s'organiser

D'autre part, les comportements d'**archivage** s'avèrent une aide précieuse pour les bénévoles qui ont le soin de proposer un menu original à leurs invités :

BA59 : DM : ah oui y'a tout qui est là-d'dans (montre le classeur) BA : oui oui on a tout [BB : tout est là-d'dans] oui et puis... BB : et puis alors au point d'vue (rires) au point d'vue repas (montre une page) voilà ici alors j'ai un tableau excel DM : tous les menus BB : tous les menus depuis 2011 jusqu'à mait'nant BA : voilà alors euh [BB : alors on] xx ça c'est les serviettes chaque fois donc aussi

E31 : [...] moi j'ai toujours euh en plus noté tous mes m'nus pour par leur servir la même chose hein donc euh j'notais tout c'que euh... j'ai toujours tout noté c'que j'leur donne donc euh telle date ils ont mangé ça telle date ils ont mangé ça et puis euh... j'peux r'faire la même chose mais euh... [pas la s'maine suivante] dans 2 mois quoi euh... peut-être mais pas... voilà [mh] j'ai toujours aimé noter c'que j'fais à manger

## 4.11 Tableau brut représentations personnelles bénévolat

Figure 4.11. Tableau récapitulatif du thème « représentations personnelles bénévolat »

Thème	Catégorie	Sous-catégorie	Unité de sens
<b>Représentations personnelles bénévolat</b>	Moyen de rester dans la vie		Les bénévoles décrivent cette activité comme un moyen de « rester dans la vie ». Cette activité fait écho à un besoin d'être utile et leur permet de rester actif et même productif et d'aider les autres. Ils considèrent que ces rencontres sont également perçues de la même manière par leurs hôtes.
	Engagement dans la durée		Les bénévoles consacrent beaucoup de temps et d'énergie pour réaliser leur table d'hôtes. Ils sont attachés à leurs hôtes et tous pensent poursuivre cette activité de nombreuses années encore. Ils s'imaginent arrêter seulement en cas de problème de santé ou de changement dans le système.

Cette section intègre les **représentations personnelles du bénévolat**, soit le regard réflexif des bénévoles sur leur propre activité. Ici, deux catégories synthétisent l'expérience des participants : le bénévolat comme moyen de rester dans la vie et un engagement dans la durée. En effet, la motivation principale des bénévoles, à un niveau élevé, est de se rendre utile et de rencontrer des gens, de sorte que la valeur accordée au bénévolat est très haute et représente pour eux un moyen de « rester dans la vie ». De plus, ce bénévolat n'est pas perçu comme une période de passage dont ils pourraient tirer des bénéfices à transférer dans d'autres sphères de leur vie, mais bien au contraire comme un espace social à investir sur le long terme.

Ainsi, la catégorie **moyen de rester dans la vie** condense la représentation salubre du bénévolat exprimée par les participants. Pour ceux-ci, le bénévolat a un impact positif sur leur bien-être car avoir une occupation les stimule et ils trouvent du sens dans cette activité convivial mais aussi dans l'idée d'avoir un contact social et d'aider son prochain :

A96 : j'pense que c'est... que c'est pas mal ça [ouais] on- nous on a b'soin d'ça hein'pour ça qu'on invite des amis on aime bien avoir des amis pa'c'qu'on mange on boit un verre on discute on r'fait l'monde euh et j'crois qu'c'est important hein [mh] pour rester dans la vie DM : d'avoir des des rep- [oui oui oui] des bons repas d'temps en temps ? A : oui ! et pis des des... d'la compagnie qu'on mange ensemble c'est important

BB250 : ah pour moi c'est... non et puis disons pour moi avoir une activité [BA : oui] en étant à la r'traite BA : pa'c'qu'en fait il faut une activité il faut avoir des objectifs à la r'traite [mmh]

Enfin, la catégorie **engagement dans la durée** met en avant l'inscription du bénévolat dans la trajectoire de vie des seniors. En effet, pour certains cette activité occupe une place importante dans leur quotidien, et les bénévoles investissent ce nouveau cercle social avec enthousiasme, qui se traduit parfois par une hausse de la fréquence des tables d'hôtes. De plus, les différents éléments tels que le menu ou la décoration sont très investis, et les bénévoles fournissent des prestations supérieures à celle initialement demandée. Interviewés lors de la pandémie du covid-19, tous souhaitaient retrouver leur activité et tous imaginaient la poursuivre encore de nombreuses années :

A67 : ben je sais pas alors j'leur dis toujours moi le jour où j'pourrais plus ben j'arrêterai... hein j'ai quand même 87... j'vais avoir 88 donc euh... pour l'moment j'vais très bien mais enfin j'sais pas combien d'temps ça va durer encore hein (rires) DM : c'est qu'en... en 10 ans vous vous laissez pas de ce- A : non pas du tout pas du tout [ouais]... absolument pas... non j'arrêterai le jour où je... où vraiment j'pourrais plus



E77 : ah oui comment j'envisage la suite [oui] bah la suite euh je... souhaite que ça r'commence comme avant j'veux dire [mh] euh qu'y puissent rev'nir et pis que j'puisse euh leur refaire à manger pis leur refaire plaisir pis euh... pis voilà alors s'y faut s'y faut mettre les masques et puis- quand ils vont aux WC ou si faut leur leur leur euh... imposer euh le lavage des mains ou le ou le gel ou ch'ai pas quoi ça m'est égal ça j'veux bien l'faire [mmh] ça ch... j'suis capable de faire mais euh si y faut n'en avoir que 3 euh...

## 4.12 Tableau brut santé

Figure 4.12. Tableau récapitulatif du thème « santé »

Thème	Catégorie	Sous-catégorie	Unité de sens
Santé	Autonomie		Les bénévoles et les participants sont en bonne santé. Ces derniers ne souffrent pas de limitations fonctionnelles ou instrumentales, ils sont capables de se rendre seuls à la table d'hôtes, de manger et d'aller aux WC sans aide.
	Surdité		Lorsque des hôtes souffrant de surdité participent à une table, des aménagements particuliers sont pris par les bénévoles tant pour garantir l'inclusion de ces personnes que pour garantir un confort d'écoute à la table. Par exemple, ces personnes sont assises près de l'hôte qui veille à répéter les interventions et un système de tournus est mis en place pour limiter le nombre de personnes concernées par table.

Ci-dessus, ce tableau synthétise les représentations des bénévoles en termes de **santé**. Dans l'ensemble, ils perçoivent les hôtes comme en bonne santé et autonomes ; ces résultats figurent dans la catégorie autonomie. Une part réduite concerne la surdité chez les participants ; dans ce cas, les bénévoles décrivent les comportements mis en place afin de garantir l'inclusion de chacun et un confort d'écoute au groupe.

Tout d'abord, la catégorie **autonomie** condense la perception des bénévoles selon laquelle les hôtes sont autonomes, c'est-à-dire qu'ils sont en pleine possession de leurs moyens et ne présentent pas de limitations fonctionnelles ou instrumentales, soit qu'ils n'ont pas besoin d'aide pour se déplacer ou manger :

A93 : pis vous savez c'est toutes des gens qui sont bien hein c'est pas des gens qui sont... qui sont malades ou comme ça euh non c'est des gens qui sont bien DM : mmh... qui sont en forme ? A : oui qui sont en forme [ouais] encore hein

D42 : ouais non non alors euh vraiment y sont tous euh pres' plus en forme que moi des fois (rires)

Enfin, la catégorie **surdité** reflète les pratiques des bénévoles pour faire face aux problèmes de surdité à tables. Dans ces cas, les bénévoles placent les hôtes ayant des problèmes d'ouïe proches d'eux et leur répète les propos tenus à table. De plus, pour les bénévoles organisent des tournus avec ces personnes pour maintenir un confort d'écoute lors du repas :

BA181 : oui y'en a qui ont une voix assez forte j'dois dire qu'on doit même faire attention quand on organise les tables suivantes une fois on avait 3 personnes avec des voix très fortes...BB : oui BA : mais alors on en avait la tête comme ça j'dois dire hein (met les mains autour de sa tête) (rires)

## 5 Analyse comparative des résultats

Ces premières analyses mettent en avant la richesse des entretiens réalisés et font émerger plusieurs pistes de réflexion que nous détaillons par thème :

Concernant le thème de l'**accessibilité**, contrairement à notre supposition que le transport pouvait être un obstacle pour se rendre à une table, les entretiens n'ont pas montré l'existence d'une telle difficulté mais plutôt l'autonomie des participants ainsi qu'une volonté de surpasser des limitations fonctionnelles afin de participer. Par ailleurs, certains bénévoles mentionnent des services de transport assurés par d'autres bénévoles qualifiés ou eux-mêmes, qui rendent leur table accessible.

Le thème de l'**activité bénévole** met en avant l'évolution temporelle de l'activité. Il serait intéressant d'investiguer plus avant et comparer les différents types de bénévolat et trajectoires, et de les mettre en lien avec les représentations personnelles et les émotions positives qui contribuent au maintien de l'activité. De plus, l'appartenance à une institution comme Pro Senectute semble jouer un rôle de réassurance et de protection pour certains bénévoles.

Le thème de l'**alimentation** : illustre autant des pratiques, comme la réalisation de plats de saisons à partir d'ingrédients locaux, mais aussi une attitude de générosité et de partage qui laisse supposer l'importance pour eux du lien social que revêt la cuisine. Ils proposent tous des menus dits conviviaux, une cuisine parfois à l'ancienne, non végétarienne qui invite à penser la dimension culturelle du repas comme un lieu et temps de socialisation (Douglas, 1971 ; Ochs & Shohet, 2006). « Il ne suffit pas qu'un aliment soit bon à manger, encore faut-il qu'il soit bon à penser. » (Lévi-Strauss, 1962,). En effet, le moment du repas peut être considéré comme un moment structurant pour l'identité de l'individu par rapport à son inscription culturelle et sociale et met en place des pratiques partagées par une communauté (Wilson, 2015). Les bénévoles mentionnent tous un intérêt, voire une passion, et des connaissances antérieures à la table d'hôtes. L'inscription de cette activité dans leur trajectoire de vie est donc à prendre en considération. Par ailleurs, les bénévoles décrivent que lors d'un repas partagé, les seniors mangent de plus grandes quantités de nourriture que seuls. L'effet du groupe sur l'alimentation est également à investiguer plus avant.

Le thème de l'**apprentissage de nouvelles compétences** montre le développement de compétences relationnelles des bénévoles et particulièrement des comportements prosociaux (favorisation des échanges, gestion de tensions dans le groupe). Nous pouvons supposer que ces compétences ont un effet sur le bien-être des individus dans la mesure où ils constituent des ressources adaptatives pour la personne afin de faire face à un stress. En ce sens, cet apprentissage peut être mis en lien avec le thème des émotions bienfaits.

Le thème des **attitudes différentes hommes et femmes** ressort de tous les entretiens et particulièrement la différence de participation aux tables d'hôte, puisque les femmes sont majoritairement présentes. Cette différence d'attitude est expliquée en termes de démographie et socialisation. Des caractéristiques comme « une gêne des hommes » ou un « allant des femmes » sont proposées pour comprendre cette différence, mais nous pouvons aussi supposer que la quantité et qualité des

ressources sociales préexistantes de chacun sont des éléments qui expliquent en partie cette différence.

Du thème **communication sur la table**, il ressort des entretiens que c'est principalement à travers la presse écrite que les seniors ont eu connaissance de cette activité, ou que leur table s'est faite connaître. Dans un deuxième temps, les bénévoles mentionnent le bouche à oreille comme canal de communication privilégié ; nous pouvons faire l'hypothèse que cette méthode est à mettre en lien avec un sentiment de confiance en personne qui facilite le premier pas. En adéquation avec les suppositions, peu de seniors utilisent internet pour s'informer au sujet de cette activité selon les bénévoles. Nous supposons qu'il existe un lien entre le support, la technique (naviguer sur internet par exemple) et la génération.

Le thème **composition du groupe** permet de brosser le portrait des bénéficiaires qui se rendent aux tables et de mieux comprendre les dynamiques du groupe. Il apparaît d'une part qu'une grande hétérogénéité caractérise les tables et d'autre part que chacun suit ses propres règles et s'autorégule. À ce sujet, plusieurs aspects sont à prendre en compte : l'implication de la communication entreprise par les bénévoles et Pro Senectute pour faire connaître la table – soit l'information disponible pour les habitants d'une région, mais aussi le système d'inscription mis en place par les bénévoles. De manière générale, un fort effet géographique semble opérer, avec des groupes relativement ouverts dans les villes, et peu accessibles voire fermés dans les villages. En termes de relation, des patterns similaires existent puisqu'à première vue, les hôtes en campagne viennent souvent, sont souvent les mêmes et entretiennent des liens entre eux, ce qui n'est pas le cas des hôtes de tables en ville, dont la composition de groupe change plus fréquemment. En ce sens, nous supposons un effet des différences culturelles entre la ville et la campagne sur les mécanismes de groupe.

Il ressort du thème de la **création de liens** que la rencontre avec d'autres constitue la motivation principale à participer aux tables d'hôtes tant pour les bénéficiaires que pour les bénévoles. Ensuite, au fil du temps et des interactions, un groupe de pairs se forme avec ses propres règles. Si les bénévoles s'accordent à dire qu'ils ne sont pas devenus « amis » avec leurs hôtes, ils nouent un lien spécial et sont particulièrement affectés lors d'un décès. En ce sens, nous supposons que ce type de relations relève de la socialisation secondaire des individus au sens de Berger & Luckmann (1966) et qu'il permet à la personne de maintenir son intégration dans la société. De même, nous supposons que cette inclusion dans un groupe a un effet structurant et amortissant sur le réaménagement identitaire vécu à la retraite, notamment par rapport à la question du sens de la vie mais aussi de la perte des repères temporels (Besson, 2003).

Le thème de l'**émotion bienfaits** illustre la dimension joviale de ces tables ; l'ensemble de ces entretiens s'est déroulé dans une ambiance cordiale voire joyeuse, ce qui correspond bien à l'ambiance gaie et conviviale décrite lors des tables d'hôte. Concernant les émotions, ces résultats vont donc à l'encontre d'une conception de la vieillesse comme dégénérative et d'un repli émotionnel. Nous pouvons supposer que cette dimension émotionnelle bienfaitrice est au cœur du succès de ces tables et influence beaucoup la pratique des bénévoles : la gratification qu'ils reçoivent

influence positivement leur estime et les pousse à se dépasser. Leur cuisine tournée vers le partage et la générosité favorise l'émergence d'émotions heureuses. D'ailleurs, ce sont aussi ces bienfaits que les convives recherchent – un sentiment d'appartenance, de la joie. L'aura positive qui entoure cette prestation est primordiale et les effets macro-psychologiques doivent être investigués, notamment celui des représentations positives de la vieillesse, ainsi que la question du capital social (Freitag, 2003). En effet, les implications du développement de la réciprocité et de la confiance au sein de la population, sont autant de pistes qui mettent en avant le rôle capital d'offrir des activités sociales pour les aînés et dans lesquelles la société doit s'impliquer.

Le thème de l'**organisation temporelle** met en avant les comportements spécifiquement développés par les bénévoles pour réaliser leurs tables. L'attitude proactive peut être mise en lien avec les comportements prosociaux dans la mesure où l'attitude adoptée permet d'augmenter l'adaptabilité et la résilience et donc de mieux supporter les situations de stress, ce qui au final améliore le bien-être. Quant à l'archivage, nous supposons qu'il peut être mis en lien avec les émotions bienfaits, et plus spécifiquement un sentiment d'efficacité personnelle qui améliore l'estime de soi et donc le bien-être, mais aussi comme activateur d'émotion positive à travers la réminiscence de moments heureux qui a un effet positif sur la qualité de vie (Levenson & al., 1991).

Concernant le thème des **représentations personnelles bénévolat**, premièrement, il ressort des résultats que la perception générale est très positive. Pour les bénévoles, elle permet de « rester dans la vie » de sorte que nous pouvons supposer que cette activité a un effet positif sur la dimension identitaire, notamment en compensant le sentiment d'inutilité auquel certains font face. De plus, nous pouvons supposer qu'il existe d'importants facteurs de maintien dans la mesure où l'engagement des bénévoles des tables d'hôtes de Pro Senectute est élevé (8,5 ans n= 6), facteurs qui peuvent être mis en lien avec les émotions bienfaits ressenties.

Le thème de la **santé** illustre à la fois l'autonomie et la bonne santé perçue des participants par les bénévoles, mais aussi, à travers l'exemple de la surdité, la capacité à surmonter les obstacles. Ce thème met en avant l'importance de la santé perçue mais également les ressources que les individus utilisent pour maintenir leur autonomie. Ces ressources sont sociales, émotionnelles, psychologiques, comme des comportements de sélection, d'adaptation ou de compensation (Baltes & Baltes, 1990).

## 6 Discussion

Dans ce chapitre, il s'agira de mettre en lien nos résultats avec la littérature existante afin de répondre à nos quatre questions de recherche. Tout d'abord, il s'agira d'identifier les motivations des seniors à organiser une table d'hôtes ou à y prendre part. Pour cela, nous nous baserons sur l'émergence d'émotions positives grâce au groupe et au soutien social comme facteur explicatif. Ensuite, nous présenterons les éléments pertinents concernant les effets de la participation ou de l'organisation d'une table sur le bien-être des participants. Ici, nous introduirons le développement des ressources sociales et psychologiques comme ayant un effet positif sur le bien-être. Les ressources psychologiques concernent les capacités de résilience et d'adaptation qui réduisent le stress ainsi que la maturité émotionnelle. De plus, nous montrerons comment le sentiment d'efficacité personnelle et l'estime de soi améliorent également le bien-être des bénévoles. Par ailleurs, concernant l'effet de l'accessibilité sur la participation, nous mettrons en avant les comportements prosociaux des bénévoles qui pallient les problèmes de transports ainsi que les stratégies sélectives et compensatoires développées par les individus pour surmonter les éventuelles difficultés en matière de déplacements. Enfin, concernant les éléments favorisant le premier pas, nous ferons appel à la notion de confiance et de capital social et proposerons quelques pistes pratique qui permettent de réduire la peur de l'inconnu.

### 6.1 Quelles sont les motivations des seniors à prendre part ou organiser une table d'hôtes ?

Tout d'abord, concernant les motivations des seniors, nous avons supposé que le contact social était au cœur des motivations des bénévoles et participants. Selon notre hypothèse, la participation aux tables leur permettait aux bénéficiaires de : tisser des liens sociaux, lutter contre la solitude, réduire les affects négatifs liés à celle-ci, améliorer leur humeur et recevoir un plat équilibré. Pour les bénévoles, aux suppositions ci-dessus s'ajoutent un sentiment d'utilité et le développement de connaissances en matière de cuisine. Les résultats présentés dans ce travail ainsi que la littérature vont dans le sens de nos hypothèses.

Premièrement la question de la transition qui s'opère à la retraite, ainsi que l'importance du lien social et de la quête de sens permettent de contextualiser cette réponse. En effet, Besson (2003) montre qu'en Suisse, si l'entrée dans la retraite est perçue positivement par les jeunes retraités, pour 15% des répondants, la retraite est plutôt assimilée à un « effondrement » ou « repliement sur soi » en raison d'éventuels problèmes d'argent, du déclin de la santé et de la perte de leur activité professionnelle (Attias-Donfut, 2000, in : Besson, 2003 ; Paillat, 1989). Nous pouvons encore considérer la perte symbolique du rôle social et sa valorisation, ainsi que la perte matérielle du groupe de pairs (Cumming & Henry, 1961) lors de la retraite comme des défis en termes de construction identitaire. Celle-ci est définie par Caradec comme :

« Un processus à la fois *réflexif* (elle suppose un dialogue intérieur, une réflexion sur soi, une interrogation de l'individu sur ce qu'il est), *pragmatique* (elle passe par des actions, des engagements, des investissements dans le monde qui, au niveau macro-social, dépendent des « opportunités d'engagement » offertes aux individus, et donc des modèles sociaux d'identification qui leur sont

proposés) et *dialogique* (les autres jouent un rôle essentiel dans ce processus, l'individu étant notamment amené à réagir aux images de lui-même que lui renvoie autrui). » (2008, p. 162).

Cette conception dynamique de l'identité met en avant le rôle prépondérant de l'environnement social de l'individu lors de sa reconstruction identitaire. L'opportunité de nouer de nouveaux liens, attrayante pour les seniors (Morrow-Howell, 2010), aussi bien que le rôle du bénévole, aujourd'hui valorisé socialement (Caradec, 2008), constituent une « opportunité d'engagement » puisque l'identité enviable de bénévole permet à l'individu de maintenir une image positive de soi. Ainsi, la représentation du bénévolat a un effet sur la reconstruction identitaire des individus et constitue une motivation à s'engager dans une association. Cette motivation est d'ordre existentiel dans la mesure où elle permet à l'individu de donner un sens à sa vie (Post, 2005) et une continuité identitaire (Erickson, 1968) qui ont un effet positif sur le bien-être. Par ailleurs, la perte de lien due à la retraite (Cumming & Henry, 1961) motive les individus à rejoindre des activités sociales afin de tisser des liens qui contribuent au bien-être des personnes (Raymond & al., 2008) et réduit le sentiment de solitude.

Ensuite, nous pouvons faire l'hypothèse que la motivation sous-jacente à participer ou organiser une table d'hôtes est en lien avec les affects positifs tels que la joie, le sentiment de cohésion et le soutien social dont bénéficie une personne au sein du groupe. Effectivement, cette dimension émotionnelle traverse l'entier des entretiens et impacte positivement la qualité de vie des individus (Bachmann, 2014). Retenons ici le modèle de Putnam (2000) qui théorise le lien entre émotion positive et engagement. Le principe général derrière ce modèle est qu'une expérience émotionnellement positive vécue agit rétroactivement et motive les individus à s'investir dans l'activité sociale (Freitag, 2003). Dans ce modèle, l'expérience émotionnellement positive peut être le produit des expériences personnelles précédentes de la personne dans quelque domaine de sa vie : familiale, scolaire, professionnelle, etc. Dans ce cas, l'individu développe une « confiance sociale » (Freitag, 2003) qu'il applique à un nouveau domaine de sa vie. Ce sont donc les ressources sociales préexistantes qui motivent l'individu à rechercher d'autres affects positifs.

## **6.2 Quels sont les effets de la participation ou l'organisation d'une table d'hôtes sur le bien-être les participants et bénéficiaires ?**

Les effets de la participation ou de l'organisation de tables sont multiples. Leurs vertus impactent positivement et durablement les individus. « Rester dans la vie », c'est l'interprétation donnée par les bénévoles des phénomènes bénéfiques complexes qui impactent les participants et eux-mêmes. Ici, nous essaierons de mettre à jour ces phénomènes en les reliant à la notion de ressources sociales et personnelles. Les ressources sociales concernent l'aide extérieure dont peut bénéficier un individu telle que le soutien moral de ses proches et qui impacte positivement et directement le bien-être personnel (Turner & Turner 1999). Par ailleurs, nous pouvons supposer que ce soutien social a un effet aussi indirect sur le bien-être des bénévoles en améliorant l'estime et le sentiment d'efficacité personnelle (Bandura, 2007). Ces concepts, au cœur de la motivation, sont issus de la théorie sociocognitive : le sentiment d'efficacité personnelle représente la croyance d'un individu en ses propres compétences tandis que l'estime de soi concerne « les évaluations de sa valeur personnelle » (Bandura, 2007, p.34). Ces notions ont un fort pouvoir

prédictif sur les choix des individus dans la mesure où de hauts niveaux d'estime et de compétence corréleraient avec une plus grande congruence dans la réalisation de ses objectifs (Bandura, 2007). 4 sources de développement de ces compétences sont généralement identifiées : les expériences actives de maîtrise, soit une expérience antérieure positive ou négative, les expériences vicariantes qui comprennent l'apprentissage par l'observation et la comparaison sociale, la persuasion verbale telle que des encouragements et enfin l'état physiologique et émotionnel (Rondier, 2004). En effet, c'est grâce au contact social dans les expériences vicariantes et de persuasion verbale qu'un individu peut développer ces compétences qui lui apportent un sentiment de maîtrise, d'être un agent actif de sa propre vie. Ce sentiment se répercute dans les choix de vie ainsi que les réactions émotionnelles en cas de difficultés de la personne (OBSAN, 2020). Ces concepts sont illustrés dans notre recherche par le maintien et le dépassement dans l'activité bénévole, où les personnes s'épanouissent, ce qui permet de compenser les affects d'un sentiment lié à la reconstruction identitaire pour la plupart des bénévoles rencontrés.

Ensuite, les ressources personnelles ont un effet positif sur le bien-être des 2 populations et concernent des capacités d'adaptation et de résilience qui réduisent le stress. Le concept d'adaptation désigne : « L'ensemble des efforts cognitifs et comportementaux destinés à maîtriser, à réduire ou tolérer les exigences internes ou externes qui menacent ou dépassent les ressources de l'individu. » (Lazarus & Folkman, in : OBSAN, 2020, p.50) et est souvent compris comme un mécanisme pour faire face au stress. La notion de résilience est définie comme : « Les compétences créées par les individus pour faire face à des situations d'adversité sévère. » (Anaut, in : OBSAN, 2020, p.50). Ces compétences sont particulièrement pertinentes dans le contexte du vieillissement puisque les individus sont amenés à vivre durant cette période des pertes symboliques (rôle, sens, but) ainsi que pragmatiques (autonomie, décès). Une meilleure résistance à ces situations de stress permet à l'individu d'être plus serein et de garder espoir, ce qui améliore sa qualité de vie et son bien-être global (Kahana & al., 2013 ; Siegrist & Wahrendorf, 2009). La participation aux tables d'hôte permet de développer ces compétences pour les bénévoles car cette activité leur permet de développer des compétences relationnelles et prosociales et donc de développer des comportements adaptés. Pour les bénéficiaires, le développement de ces compétences peut être mis en lien avec l'apprentissage par observation (Bandura, 2007) et la comparaison sociale (Blazer, 2008 ; Henchoz et al., 2008 ; Low & Molzahn, 2007). En effet, les échanges avec d'autres personnes qui vivent des situations identiques fournissent à l'individu des pistes quant à la résolution de problèmes et permettent aussi de relativiser sur sa propre situation.

Enfin, ces ressources sont également à considérer en lien avec la question des émotions et plus particulièrement la maturité émotionnelle dans le contexte du vieillissement. En effet, les récents travaux sur les émotions tendent à montrer que le système émotionnel évolue tout au long de la vie et malgré des pertes physiologiques dans l'expressivité émotionnelle, les ressentis ne sont pas moins présents (Dougherty & al., 1996). Par ailleurs, on remarque une plus grande finesse dans la compréhension des émotions et les sentiments d'autrui, le contexte environnant est davantage pris en compte que chez les sujets plus jeunes (Lawton & al., 1993). Comme le système physiologique des personnes âgées a besoin de plus de temps pour revenir à un état normal après une stimulation émotionnelle, les personnes âgées ont mis en place

des stratégies pour préserver leurs ressources métaboliques (Dougherty & al., 1996). Cette stratégie a non seulement un effet réducteur sur le stress, mais elle intensifie également les bénéfices par un mécanisme de sélection socio-émotionnelle qui permet à l'individu d'optimiser les situations émotionnelles (Carstensen, 1992). Les relations sociales ont un rôle essentiel dans ce mécanisme : « Individual selects and maintain social interaction to regulate affect and maintain self-identity. This model posits that older adults select interpersonal encounters to enhance positive emotions and diminish negative emotions. » (Dougherty, 1996, p. 36).

Ainsi, les émotions positives constituent donc une ressource adaptative protectrice pour l'individu. Nous pouvons mettre en lien ce résultat avec celui qui montre que le fait que le bénévolat bénéficie plus aux personnes âgées qu'aux jeunes, dans la mesure où l'investissement émotionnel est supérieur (van Willigen, 2000). Par ailleurs, la réminiscence est l'un des moyens permettant la plus grande activation émotionnelle (Levenson & al., 1991), nous pouvons donc supposer que le partage d'un repas du terroir active positivement le système émotionnel et contribue au bien-être de toute la tablée. Puisque la catégorie émotions bienfaits constitue l'une des catégories recensant le plus d'occurrences dans nos entretiens (48), nous pouvons supposer que cette dimension a beaucoup d'importance pour les participants et incite rétroactivement à revenir à la table.

### **6.3 Dans quelle mesure l'accessibilité a un effet sur la participation des seniors ?**

Les éléments de notre travail ont permis, concernant l'accessibilité, de mettre en avant deux phénomènes qui illustrent un dépassement de soi pour rendre se rendre aux tables. Du côté des bénévoles, nous avons pu identifier des comportements prosociaux qui pallient les problèmes de transports, et du côté des participants sont apparues des stratégies sélectives et compensatoires pour surmonter les éventuelles difficultés en matière de déplacements.

Premièrement, nos résultats ont fait apparaître une grande hétérogénéité quant au type de transport : le plus couramment, les participants se rendent à pied, en voiture ou en bus chez les bénévoles. Parfois, les hôtes s'organisent en amont pour se rendre ensemble à la table d'hôtes (bénévole D, observation du 28 mai). Ils sont donc généralement autonomes, ce qui coïncide avec les résultats de l'OFS sur la mobilité des personnes âgées : 37,8% des femmes et 43,8% des hommes de plus de 80 ans utilisent encore leur voiture et ce chiffre monte à 59% pour la tranche des 65-79 ans (OFS, 2019). Des tendances quant au transport choisi apparaissent par table, mais diffèrent d'une table à l'autre. Si quelques bénévoles pointent des difficultés pour les personnes à mobilité réduite – la largeur de l'ascenseur notamment – tous exposent les solutions qu'ils ont trouvés pour dépasser le problème : passer par la cave, accompagner la personne, etc. Concernant le transport, nous retrouvons le même élan proactif : chercher et amener la personne en voiture, raccompagner la personne à pied jusqu'à son domicile, charger le ou la conjointe du transport.

Deuxièmement, les stratégies développées par les personnes âgées leur permettent de se rendre aux tables tout en ménageant leurs ressources. Les stratégies qui apparaissent le plus clairement dans notre travail sont la sélection et la compensation. Tout d'abord, la sélection a été thématiquée par Baltes & Baltes (1990) comme :



“An increasing restriction of one’s life world to fewer domains of functioning because of an aging loss in the range of adaptive potential. It is the adaptive task of the person and society to concentrate on those domains that are of high priority and involve a convergence of environmental demands and individual motivations, skills, and biological capacity.” (Baltes & Baltes, 1990, p. 21)

Dans le contexte des tables d’hôtes cela signifie que la personne va se concentrer sur les tables facilement accessibles, comme celles de sa commune ou sa région ; bien que la personne perde en diversité de l’offre, l’activité est tout de même maintenue et contribue à son bien-être. Ensuite, la compensation est un processus adaptatif qui consiste pour l’individu à remplacer des comportements qu’il n’est plus en mesure de réaliser par d’autres (substitution). Dans nos résultats, ce mécanisme est illustré lors d’une perte d’autonomie, où les hôtes qui ne sont plus en mesure de conduire ou de se rendre à pied demandent à leurs proches de se charger du transport, ou ceux qui souffrent d’une perte locomotrice utilisent leurs tintébins.

Ainsi, ces résultats illustrent aussi la détermination des seniors à participer aux tables d’hôte, ce qui laisse supposer la grande importance que revêt pour eux cette activité et l’incroyable adaptation dont les individus sont encore capables à l’âge de la retraite, puisqu’ils parviennent à maintenir un confort et une qualité de vie grâce à leur adaptativité.

#### **6.4 Quels sont les éventuels éléments qui facilitent le premier pas pour les nouvelles personnes qui souhaitent rejoindre une table d’hôtes ?**

Enfin, la question du premier pas chez les hôtes a principalement été mise en lien avec une peur de l’inconnu ; à ce titre, une différence en termes d’attitude entre hommes et femmes est évoquée pour expliquer la sous-représentation des hommes. Ceux-ci seraient plus gênés de rejoindre une nouvelle activité sociale que les femmes qui sont décrites comme ayant une vie sociale plus riche. Cette supposition corrobore les résultats de la littérature concernant les éléments favorisant le premier pas, notamment la question des ressources préexistantes : en effet, les femmes ont un meilleur réseau social, davantage d’amis proches que les hommes (Baeriswyl, 2018), de sorte qu’elles ont plus de chances à prendre part à de nouvelles activités. Pour comprendre les facteurs psychologiques sous-jacents à un engagement actif, nous mobiliserons la notion de capital social et de confiance (Freitag, 2003) et esquisserons quelques pistes pratiques qui permettent de réduire la peur de l’inconnu. Le capital social offre une compréhension de l’engagement bénévole qui relève plutôt de phénomènes psychologiques macro-structurels qui façonnent la société et les rapports entre individus. Cette notion est pertinente car elle permet de d’intégrer le climat social dans la réflexion sur l’engagement et de contextualiser les éléments facilitateurs et inhibiteurs des décisions personnelles.

Premièrement, le concept de capital social recouvre 2 réalités sociales différentes ; d’une part, la définition de Putnam met en avant les éléments facilitateurs de la coopération sociale, le capital social étant compris comme : « Features of social life, networks, norms, and trust and facilitate coordination and cooperation for mutual benefit. » (Putnam, in : Freitag, 2003, p. 936). D’autre part, les récents travaux mettent en avant 2 composantes du capital social : l’importance du tissu social de

l'engagement associatif comme force vive de la vie sociétale et politique, et des valeurs comme la confiance sociale qui structurent l'engagement (Freitag, 2003). Dans l'ensemble, ces définitions s'accordent sur les impacts du bénévolat sur les attitudes individuelles qui favorisent la réciprocité dans la pratique et par conséquent qui développent une confiance généralisée. Gambetta donne la définition suivante de cette notion:

“Social trust refers to an actor's belief that a person or a collective will perform actions (including providing information) that will prove helpful or not detrimental to him or her, thus permitting the establishment of a relationship of cooperation.” (Gambetta, 1988, p. 217).

Cette notion est au croisement des sciences sociales, économiques et politiques et représente un élément essentiel dans les dynamiques de groupe puisque l'augmentation de la réciprocité et de la confiance mutuelle réduit les risques d'agression et de violence, et augmente la productivité et la qualité de vie. L'idée sous-jacente de ce concept est que les individus transposent l'attitude ouverte et positive qu'ils ont généralement avec leurs proches à la population générale (Stolle, 1998). Freitag propose 6 modèles qui théorisent les circonstances d'apparition et de promotion de la confiance généralisée : le modèle de Tocqueville, qui stipule que l'appartenance à une association crée la confiance, le modèle expérientiel, où la somme des expériences d'un individu façonne une attitude confiante envers le monde, le modèle moral, où la confiance prend racine dans les valeurs qui donnent un sens « d'idéalisme partagé » (Uslaner, 1999), le modèle du cosmopolitisme, où la diversité de groupes culturels favorise la tolérance et l'ouverture à l'autre, le modèle des institutions politiques, où la confiance en celle-ci façonne la confiance en la société, et enfin le modèle des ressources personnelles, où l'éducation de l'individu joue un rôle prépondérant et fait naître en lui une attitude confiante (Freitag, 2003).

Dans son étude comparative sur la confiance généralisée en Suisse et au Japon, Freitag (2003) montre que si les valeurs morales ont davantage d'importance au Japon qu'en Suisse, les activités sociales, la confiance dans les institutions et une éducation qui prône l'ouverture favorisent la confiance généralisée, qui agit comme facilitateur dans les rapports quotidiens et améliore la qualité de vie générale. Selon le modèle de Kornhauser (1959), la Suisse peut être considérée comme une communauté où les membres partagent des liens forts entre eux mais montrent une attitude beaucoup plus méfiante en-dehors du cercle des proches. Nous pouvons ainsi comprendre l'ancrage culturel dans la difficulté de réaliser le premier pas. Cependant, c'est précisément grâce aux liens ténus entre les personnes à l'intérieur de la communauté que se trouve la solution pour contrer la méfiance, qui constitue un obstacle pour franchir le premier pas. En effet, c'est principalement grâce aux personnes qui participent aux tables et en lesquelles les proches ont confiance que de nouvelles personnes rejoignent l'activité. Par ailleurs, nos résultats vont dans ce sens dans la mesure où le premier moyen de communication est le bouche à oreille, qui illustre que les personnes rejoignent une table lorsque quelqu'un en qui elles ont confiance leur suggère de s'y rendre. Plusieurs bénévoles (C, E) témoignent aussi que l'un des éléments qui favorisent le premier pas est de venir accompagné d'une personne déjà familière à l'activité. Dans le contexte de la Suisse, l'identification du bénévolat comme incubateur de confiance est importante car les implications positives vont au-delà des situations individuelles et permettent une amélioration globale

de la qualité des interactions, ce qui, rétroactivement, augmente la participation à de telles activités et impacte positivement le bien-être des personnes.

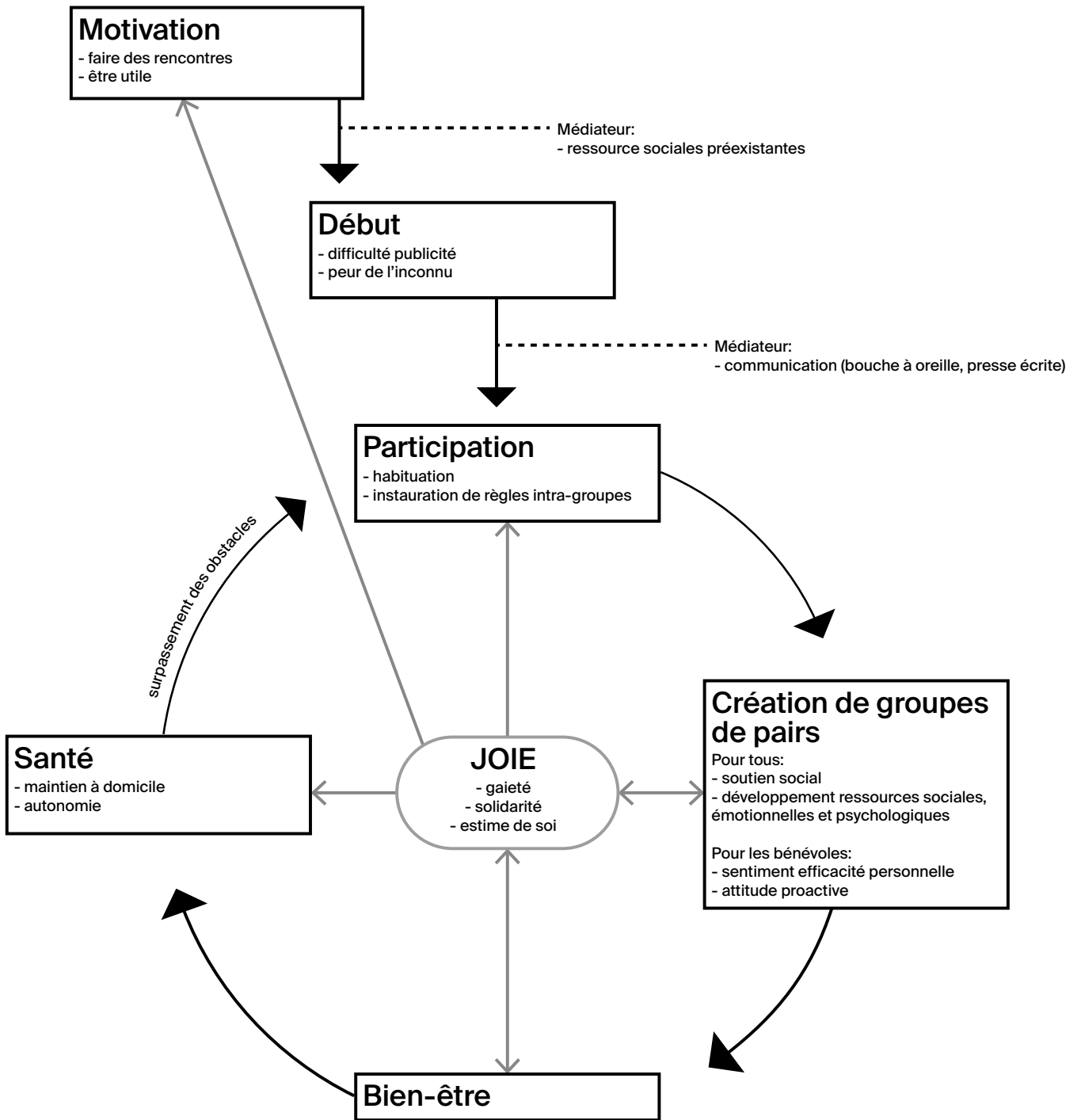
Par ailleurs, la presse écrite joue également un rôle dans la promotion de la participation. Selon les participants, il s'agit du média qu'ils consultent le plus et auquel ils accordent du crédit et de la légitimité ; cette projection positive sur les informations qui figurent dans la presse créent un climat de confiance et facilitent l'engagement. Nous pouvons encore citer les communes qui jouissent de la même confiance et dont le bulletin est consciencieusement lu et conservé.

Ainsi, il apparaît que la confiance revêt une importance centrale pour réaliser le premier pas. Si culturellement en Suisse les communautés sont plutôt refermées sur elles-mêmes, les liens à l'intérieur sont puissants et constituent une opportunité de choix pour développer la prestation (Kornauser, 1959). En effet, c'est à travers le réseau social des participants que les nouveaux membres ont le plus de chance de se rendre à la table, précisément parce qu'ils font confiance à leur proche. A ce titre, les femmes ont davantage de chances de prendre part aux tables d'hôtes dans la mesure où leur réseau amical est plus développé et de meilleure qualité que celui des hommes (Baeriswyl, 2018 ; OBSAN, 2020), ces derniers participant souvent grâce à leur femme.

## **6.5 Considérations générales**

Les pistes évoquées ci-dessus constituent des éléments de réponse quant aux phénomènes sous-jacents des tables d'hôte. Cependant, nous aimerions souligner qu'il s'agit de processus dynamiques qui s'influencent mutuellement de telle sorte que les effets positifs sur le bien-être constituent une source de motivation et que celle-ci en retour impacte positivement le bien-être, sans oublier la dimension émotionnelle qui est également présente dans les pratiques et expériences des bénévoles et participants. Nous pouvons considérer que les groupes créés lors des tables d'hôtes sont à l'origine de ces phénomènes positifs et bien que les groupes diffèrent les uns des autres, ils parviennent tous à une forme d'homéostasie où les affects positifs appellent d'autres affects positifs. E ce sens, par rapport au modèle de sélection socio-émotionnelle de Carstensen (1992) nous pouvons supposer que les bénévoles et les hôtes sélectionnent cette activité parce qu'elle agit positivement sur leur bien-être. Et c'est l'engagement dans la durée qui prouve que les tables ont un effet positif, car si ce n'était pas le cas, les seniors choisiraient une autre activité.

Fig. 6.1 Schéma récapitulatif



## 7 Expérience vécue de la chercheuse

Il s'agira dans ce chapitre d'esquisser les réflexions et ressentis au sujet de ce travail depuis le mois de novembre 2019, à partir du journal de bord ainsi que des mémos, des notes rédigées tout au long du processus afin d'être aussi transparents que possible au sujet de la démarche.

### 7.1 Réflexivité Debora Martinez

Lors de la présentation des mémoires, je n'avais pas une idée précise du thème sur lequel je souhaitais travailler, mais j'avais beaucoup aimé, lors de mes enseignements et travail de bachelor m'exercer sur des entretiens et des analyses textuelles, dans lesquels je retrouvais la dimension d'une rencontre humaine, riche et surprenante. Ce qui m'a plu en premier lieu dans ce travail était son inscription pragmatique et l'occasion d'aller finalement sur le terrain, puisqu'il s'agit malheureusement d'une chance encore rare dans le cursus académique. Une autre dimension qui m'a parlé était l'utilité de ce travail : le fait de pouvoir « rendre justice » au bénévolat me tenait à cœur, probablement parce que celui-ci m'a beaucoup bénéficié au cours de ma jeunesse et à l'étranger. La dimension communautaire et de recherche-action me parlaient beaucoup, notamment par rapport à la manière dont j'envisage la pratique de psychologue et son rôle politique dans la société, de sorte que la réalisation de ce travail faisait beaucoup de sens pour moi, tant sur le plan personnel que sur mon identité de future professionnelle de la santé.

La première rencontre avec Mesdames Fasseur et Joseph m'a confortée dans mon choix, et la planification m'a permis de me projeter dans ce travail certes conséquent, mais qui me motivait énormément. Je ne savais pas à quoi m'attendre sinon à être surprise en commençant par aller sur le terrain plutôt qu'à la bibliothèque ; au début, j'avais la sensation d'avancer à tâtons, de ne pas réellement comprendre ce que je faisais, ni si cela était adéquat. Pour m'aider, j'ai principalement lu des articles de méthodologie pour me guider, ce qui m'a rassurée. J'ai commencé par réaliser le plan du travail après mes examens de janvier, l'idée étant de réaliser le plus d'observations possible dès le printemps, pour répartir au mieux ma charge de travail et qu'il n'y ait pas trop d'interférences avec mon stage au semestre d'automne. Seulement, voilà, le covid-19 et les mesures sanitaires mises en place pour s'en protéger ont mis à mal mon calendrier, repoussant la récolte de terrain à l'automne. La première table d'hôtes à laquelle j'ai assisté m'a laissé une forte impression et cette première expérience m'a beaucoup stimulée, faisant naître nombre de suppositions et de réflexions sur les tables de telle sorte que « la peur » de n'avoir rien à discuter s'est évanouie.

A partir de la deuxième vague et des nouvelles interdictions de réunion, j'étais partagée entre d'une part, un sentiment d'anxiété, de prendre du retard et de ne pas pouvoir rendre le travail de qualité que je souhaitais, et d'autre part, la volonté (tenace peut-être) de préserver la démarche totalement inductive conceptualisée au départ. Ainsi, la double adaptation du plan de récolte de données aux mois d'octobre et décembre a suscité beaucoup de doutes qui m'ont démoralisée. Cependant, les échanges avec Mesdames Fasseur et Joseph m'ont permis d'aborder plus sereinement ce défi, et la réalisation du matériel d'entretien – formulaire de consentement, canevas, feuille d'information – m'a permis de me plonger dans ce travail et y retrouver du sens. A ce sujet, les apprentissages que j'ai pu réaliser lors du cours

« applications et pratiques des méthodes qualitatives » m'a considérablement aidée pour la réalisation de ces documents. Par ailleurs, j'avais expressément allégé mon dernier semestre afin de me consacrer au mémoire et cette plus grande disponibilité s'est doublée d'une plus grande disponibilité mentale également. J'ai donc pu réellement prendre le temps d'analyser mes contenus, les laisser de côté lors de blocage et revenir plus tard dessus.

Le dernier semestre a donc été pour moi synonyme d'effervescence et c'est probablement à cette période que j'ai réalisé les plus grandes avancées. En effet, j'ai pu réaliser tous mes entretiens avec les bénévoles en février, l'entretien avec l'experte et les retranscriptions en mars et l'analyse en avril. La grande disponibilité et coordination de Madame Joseph m'ont énormément aidée pour organiser ces entrevues aussi rapidement. Concernant les entretiens, si l'appréhension du début était palpable et suscitait beaucoup de réflexions – est-ce que mes questions sont claires et pertinentes ? Suis-je trop directe ? Est-ce que je parle suffisamment fort ? – la cordialité dans laquelle se sont déroulés les entretiens m'a rapidement mise à l'aise et ces rencontres m'ont énormément appris et sont devenues une source considérable de motivation. Le temps de réflexion que je me suis imposé après chaque rencontre pour rédiger des mémos s'est avéré utile sur le long cours ; en effet, cela m'a permis d'identifier des patterns mais aussi améliorer ma technique d'entretien, en évitant des formulations brouillonnes ou en ajoutant des questions qui avaient bien fonctionné. L'expérience que j'ai pu acquérir lors de mon stage en recherche ainsi que la méditation se sont révélées être des ressources qui m'ont été très utiles pour les retranscriptions que j'ai pu réaliser rapidement. Cependant, la phase d'analyse a été plus laborieuse dans la mesure où je peinais à « couper » dans le texte pour faire émerger les unités de sens. La rencontre avec Madame Fasseur pour l'accord inter-juge m'a permis de gagner en clarté par rapport à la quantité de données à traiter.

Les trois derniers mois de ce travail ont été pour moi similaires à la période d'examen : stressants et grisants à la fois. Particulièrement, n'ayant jamais réalisé d'analyse selon la *grounded theory*, j'ai douté tard encore de la pertinence de mon analyse malgré les liens que je parvenais à trouver entre les catégories ainsi que dans la littérature. A ce titre, la participation à 2 tables d'hôte m'a permis de confirmer certaines hypothèses et d'obtenir des précisions sur des suppositions encore vagues, ce qui m'a énormément rassurée sur mon travail mais aussi sur la méthode choisie. Concilier mes derniers enseignements, mon emploi au CHUV et la rédaction a été une expérience éprouvante mais aussi formatrice ; j'ai en effet appris à optimiser mon temps et développé des stratégies de lecture pour identifier rapidement si un article était pertinent ou non. Cependant, le regret de ne pas pouvoir consacrer l'entier de mon temps au mémoire m'a pesé, et le retard accumulé lors de la récolte de données s'est fait ressentir sur la quantité de travail à fournir en peu de temps.

Lors de la rédaction de la discussion, j'ai rencontré de la difficulté à sélectionner et mettre de côté une partie des résultats et réflexions sur l'étendue de l'activité bénévole afin de ne garder que les éléments pertinents par rapport à ma problématique. Ainsi, j'ai également écarté une grande partie de la littérature que j'avais consultée mais que je n'arrivais pas à lier directement à mon travail. Cette réalisation s'est avérée frustrante mais je ne pense pas pour autant que ce fut une perte de

temps puisque, durant le processus réflexif, ces lectures m'ont nourrie de manière indirecte.

Pour conclure, je dirais que ce travail a été pour moi une grande source de motivation, mais que les aménagements réalisés sur le calendrier en raison du covid-19 ont été une source de frustration et d'anxiété pour moi. Cependant, cette petite amertume est largement compensée par le sentiment de gratitude que j'ai envers toutes les personnes qui ont rendu ce travail possible, notamment Madame Joseph pour sa disponibilité et sa flexibilité, les bénévoles qui m'ont ouvert leur porte, ont aimablement répondu à mes questions et m'ont accueillie à leur table, et aussi les participants dont la curiosité m'a touchée ainsi que les échanges que nous avons pu avoir.

## Conclusion

La question de la vieillesse nous effraie depuis des milliers d'années et la réponse du genre humain à travers les siècles a consisté à réfléchir et développer des technologies visant à freiner, sinon arrêter la course inéluctable du temps et ses effets sur le vivant plutôt que de faire la paix avec l'idée de la mort et de la finitude. La recherche en gérontologie illustre ce mélange d'attitudes et de sentiments négatifs puisque longtemps, la question du vieillissement a été laissée de côté. Lorsqu'elle a fait l'objet de recherches, c'était pour mieux la piéger dans une lecture morbide et défectueuse de cet âge de la vie. Il a fallu attendre des évolutions démographiques majeures pour reconsidérer les représentations de la vieillesse déficiente et adopter des modèles qui respectent la dignité des personnes âgées et militent pour des politiques de santé publique cohérentes, qui mettent en place des interventions promouvant l'équité et la qualité de vie des personnes âgées.

L'objet de ce travail exploratoire était de donner la parole aux personnes concernées au sujet d'une activité conviviale à laquelle ils participent régulièrement et qui structure leur trajectoire de vie en tant que senior et retraité. Accéder aux représentations personnelles a nécessité de sortir des modèles cognitifs déficitaires encore présents en Suisse et de travailler de manière inductive afin de découvrir le sens de l'activité aux yeux de ces personnes.

Grâce aux entretiens et aux observations réalisés, notre travail a mis en avant beaucoup d'éléments qui ont un effet positif direct ou indirect sur le bien-être des seniors. Il a mis en avant le rôle prépondérant des émotions, des apprentissages et de la confiance dans les processus qui ont un effet positif sur le bien-être des individus. Les émotions sont centrales dans les échanges que les participants et bénévoles mettent en place, dans la mesure où la jovialité et le sentiment d'appartenance soudent le groupe, les motivent à revenir, représentent une source de soutien moral précieuse. Les émotions agissent aussi par rapport à la dimension symbolique du repas qui leur rappelle des souvenirs émouvants, à la manière de la madeleine de Proust. Les apprentissages relationnels développent un sentiment d'auto-efficacité et améliorent l'estime de soi des bénévoles. De plus, le contact social promeut l'adaptation et la résilience, et la comparaison sociale a un effet positif sur la santé perçue. Tous ces apprentissages permettent aux personnes âgées de mieux faire face aux pertes et limitations dont le risque d'apparition augmente au fil du temps, et leur garantissent une réduction du stress, ce qui induit un meilleur confort de vie. Enfin, la confiance permet de tisser des liens sociaux denses et plus élargis qui permettent à davantage de personnes de profiter des tables d'hôte ; pour cela, les participants sont des personnes-ressources qui jouent un rôle important de facilitateur pour les nouveaux venus.

Les résultats évoqués dans ce travail mettent en avant une représentation riche et diversifiée des seniors, et ce sont davantage les ressources qu'elles sont capables de mobiliser face à des limitations que ces limitations elles-mêmes qui sont au centre des discours. Par ailleurs, la pratique du bénévolat présente davantage d'effets positifs sur la qualité de vie, notamment en termes identitaires où l'activité offre un rôle socialement bien perçu et accompagne la transition identitaire à la retraite qui n'est plus vécue comme une perte, mais simplement comme un autre moment de



socialisation. Ainsi, la promotion du bénévolat contribue aussi à un changement des représentations de la vieillesse, et les personnes âgées peuvent apparaître comme des ressources utiles à la société. Particulièrement, face au défi démographique rampant, la prestation des tables d'hôte peut être considérée comme adaptée et favorable l'autonomie et au maintien à domicile.

Si les perspectives brossées par ce travail sont encourageantes, plusieurs limites sont à prendre en compte : tout d'abord, le nombre de participants étant réduit, davantage de travaux devraient être réalisés afin de s'assurer de la généralisation des résultats. De plus, pour les personnes présentant des limitations fonctionnelles, la participation à une table d'hôtes peut constituer une activité qui leur demande trop d'efforts – locomoteurs ou cognitifs – et n'est dès lors pas aussi adaptée que lorsque les personnes ne présentent pas de limitation.

La tenue de ce travail nous a menées, à partir des résultats et de la littérature, à formuler des recommandations par rapport aux tables d'hôtes. Celles-ci concernent l'accessibilité, la communication, et le premier pas principalement.

Premièrement, sur l'accessibilité, nous avons montré que les bénévoles avaient à disposition plusieurs moyens pour garantir le transport. Or, la possibilité que le transport soit pris en charge par l'hôte n'est pas indiquée dans les brochures de présentation, de sorte qu'il est possible que ce manque d'information constitue un frein pour les personnes qui ne sont pas mobiles et qui ne savent pas qu'en cas de nécessité, des solutions de transports sont disponibles. De plus, la création de tables dans le plus de communes possibles favoriserait l'opportunité pour les personnes autonomes mais peu mobiles de participer à une table proche de leur domicile.

Deuxièmement, concernant la communication, l'ensemble des bénévoles et participants nous ont expliqué que les outils les plus efficaces étaient selon eux la presse écrite ou le bouche à oreilles. La presse écrite a permis aux bénévoles de faire connaître leur table à l'échelle régionale ou cantonale, diversifiant les profils de participants. Par ailleurs, les affiches, posées dans des lieux fréquentés par les personnes âgées comme les pharmacies, cafés, paroisses et salles d'attente de cliniques, ont obtenu le plus de résultats. Selon les bénévoles, la distribution de flyers est plus efficace lorsqu'il y a un contact personnel, lors d'une distribution au marché ou d'un événement dans la commune. Les informations du site internet ne sont pas consultées par les seniors. Au mieux, ce sont leurs proches – enfants, petits-enfants – qui découvrent la prestation sur le site de Pro Senectute et leur en parlent.

Quant au premier pas, le bouche à oreille et l'accompagnement d'une personne de confiance qui connaît déjà les tables sont des éléments favorisant les nouveaux à dépasser la peur de l'inconnu. En effet, la méfiance à l'encontre de la nouveauté peut rapidement être dissipée grâce aux proches en lesquels la personne a confiance, et cette présence rassurante procure un sentiment de sécurité qui permet de réduire l'activation émotionnelle du stress qui est parfois éprouvant pour les personnes âgées.

Enfin, de manière générale, les tables d'hôtes présentent des profils très différents d'une région à l'autre, d'une personne à l'autre. Chaque groupe pourtant obéit à ses propres règles, qu'il développe au fil du temps et de la formation des liens, et tous

les membres d'un groupe semblent satisfaits du déroulement des choses. Ainsi, si certains groupes, principalement dans les villes, sont très ouverts avec des nouveaux venus chaque semaine, les tables d'hôte dans les villages présentent des dynamiques plus fermées où des liens forts unissent les membres. Les 2 modèles se valent. Cependant, dans les groupes dits plus « fermés », la qualité des échanges et le sentiment de réciprocité établis sur le long cours ont probablement un effet sur le groupe, de telle sorte qu'il est souvent difficile pour les nouveaux venus de se faire une place au sein d'un groupe très soudé. Dans ces cas l'entrée pour les nouveaux venus peut être vécue comme gênante et une expérience négative serait regrettable. Il serait donc intéressant de multiplier le nombre de ces tables afin de permettre à plus de personnes de développer des liens forts. Si de nouvelles personnes ont l'opportunité de créer leur propre groupe, les chances d'aboutir à des liens positifs inscrits dans la durée sont élevées. Cependant, cette considération ne s'applique pas dans les groupes plus ouverts, car les dynamiques qui structurent le groupe sont très différentes.

# Bibliographie

Ankers, N., & Serdaly, C. (2017). *Personnes âgées peu dépendantes de soins : prise en charge dans cinq cantons romands*.

Observatoire suisse de la santé.

Aquino, J.-P. (2007). Le vieillissement : d'un modèle « déféctologique » à un modèle « ontogénique ». *Gérontologie et société*, 30(123), 13–29. <https://doi.org/10.3917/gs.123.0013>

Bachmann, N. (2014). Soziale Ressourcen als Gesundheitsschutz: Wirkungsweise und Verbreitung in der Schweizer Bevölkerung und in Europa. Schweizerisches Gesundheitsobservatorium.

Baeriswyl, M. (2018). L'engagement collectif des aînés au prisme du genre : Évolutions et enjeux. *Gérontologie et société*, 40(157), 53–78. <https://doi.org/10.3917/gs1.157.0053>

Baltes, P.B., & Baltes, M.M. (1990). Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. In: P.B., Baltes & M.M. Baltes (Eds.) *Successful aging: perspectives from the behavioural sciences* (pp. 1–34). Cambridge University Press.

Bandura, A. (2007). *Auto-efficacité: le sentiment d'efficacité personnelle*. De Boeck.

Berger, P. L., & Luckmann, T. (1966). *The social construction of reality: A treatise in the sociology of knowledge*. Doubleday.

Besson, S. (2003). Le vécu et la perception subjective du temps chez les nouveaux retraités. In C., Piot-Ziegler, & E., Christen-Gueissaz. (Éd.) *La gérontologie en questions* (pp. 37–57). Institut de psychologie-Université de Lausanne.

Blazer, D. G. (2008). How do you feel about...? Health outcomes in late life and self-perceptions of health and well-being. *The Gerontologist*, 48(4), 415–422. <https://doi.org/10.1093/geront/48.4.415>

Boss, V. (2016). La santé psychique des personnes âgées. In Promotion Santé Suisse (Éd.), *La santé psychique au cours de la vie* (pp. 108–117). Promotion Santé Suisse.

Braam, A. (1999). Successful aging John W. Rowe and Robert L. Kahn. In International Psychogeriatric Association (Eds.) *Book Reviews. International Psychogeriatrics*, 11(2), 207–208. <https://doi.org/10.1017/S104161029921575X>

Bryant, T., Brown, I., Cogan, T., Dallaire, C., Laforest, S., McGowan, P., Raphael, D., Richard, L., Thompson, L., & Young, J. (2004). What do Canadian seniors say supports their quality of life? : Findings from a national participatory re-

- search Study. *Canadian Journal of Public Health*, 95(4), 299–303. <https://doi.org/10.1007/BF03405136>
- Butler, R. N. (1969). Age-ism : Another form of bigotry. *The Gerontologist*, 9(4 Part 1), 243–246. [https://doi.org/10.1093/geront/9.4\\_Part\\_1.243](https://doi.org/10.1093/geront/9.4_Part_1.243)
- Byl, S. (2013). Hérodote et la vieillesse. *Bulletin de l'Association Guillaume Budé*, 1(2), 112–121. <https://doi.org/10.3406/bude.2013.7008>
- Caradec, V. (2008). Les mécanismes de la transition identitaire au moment de la retraite. *Spirale – Revue de recherches en éducation*, 41(1), 161–176. <https://doi:10.3406/spira.2008.1232>
- Carstensen, L. L. (1992). Social and emotional patterns in adulthood: Support for socioemotional selectivity theory. *Psychology and Aging*, 7(3), 331–338. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.7.3.331>
- Crignon-De Oliveira, C. (2010). Qu'est-ce que « bien vieillir ? » : Médecine de soi et prévention du vieillissement. *Les Cahiers du Centre Georges Canguilhem*, 4(1), 177–191. <https://doi.org/10.3917/ccgc.004.0177>
- Cumming, E., & Henry, W E. (1961). *Growing old: The process of disengagement*. Basic Books.
- Dougherty, L. M., Abe, J. A., & Izard, C. E. (1996). Differential emotions theory and emotional development in adulthood and later life. In C. Magai & S. H. McFadden (Eds.), *Handbook of emotion, adult development, and aging* (pp. 27–41). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012464995-8/50003-0>
- Douglas, M. (1971). *Purity and danger: An analysis of the concepts of pollution and taboo*. Routledge.
- Elo, S., & Kyngäs, H. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of Advanced Nursing*, 62(1), 107–115. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2007.04569.x>
- Erikson, E. H. (1968). Generativity and ego integrity. In B. Neugarten (Ed.), *Middle age and aging* (pp. 85–87). University of Chicago Press.
- Fasseur, F. (2018). Analyse qualitative en psychologie : *Grounded Theory Methods*. *Études théologiques et religieuses*, 93(4), 577–590.
- Flick, U. (2007). *Managing quality in qualitative research*. SAGE Publications, Ltd. <https://www.doi.org/10.4135/9781849209441>
- Freitag, M. (2003b). Social capital in (dis)similar democracies: The development of generalized trust in Japan and Switzer-

land. *Comparative Political Studies*, 36(8), 936–966. <https://doi.org/10.1177/0010414003256116>

Grewal, I., Nazroo, J., Bajekal, M., Blane, D., & Lewis, J. (2004). Influences on quality of life: A qualitative investigation of ethnic differences among older people in England. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 30(4), 737–761. <https://doi.org/10.1080/13691830410001699595>

Henchoz, K., Cavalli, S. & Girardin, M. (2008). Perception de la santé et comparaison sociale dans le grand âge. *Sciences sociales et santé*, 26(3), 47–72. <https://doi.org/10.3917/sss.263.0047>

Herzog, A. R., & House, J. S. (1991). Productive activities and aging well. *Generations: Journal of the American Society on Aging*, 15(1), 49–54.

Howitt, D. (2011). *Introduction to qualitative methods in psychology*. Pearson Education Limited.

Hummel, C. (2001). Représentations de la vieillesse chez des jeunes adultes et des octogénaires. *Gérontologie et société*, 24(98), 239–252. <https://doi.org/10.3917/gs.098.0239>

Hummel, C. (2002). Les paradigmes de recherche aux prises avec leurs effets secondaires. *Gérontologie et société*, 25(102), 41–52. <https://doi.org/10.3917/gs.102.0041>

Hummel, C. (2006). Le senior, la science et le marché : un point de vue sur le vieillissement différentiel selon l'origine sociale. *Schweizerische Zeitschrift für Soziologie*, 32(3), 511–525. <https://doi.org/10.5169/seals-814445>

Jean-del, C., Pascaud, M. (Éds). (2021). Vieillissement. In *Encyclopædia Universalis [en ligne]*, consulté le 07 juillet 2021 à l'adresse <http://www.universalis-edu.com/encyclopedie/vieillissement/>

Kahana, E., Bhatta, T., Lovegreen, L. D., Kahana, B., & Midlarsky, E. (2013). Altruism, helping, and volunteering: Pathways to well-being in late life. *Journal of Aging and Health*, 25(1), 159–187. <https://doi.org/10.1177/0898264312469665>

Kornhauser, W. (1959). *The politics of mass society*. Free Press.

Lamprecht, M., Fischer, A., & Stamm, H. (2020). *Observatoire du bénévolat en Suisse 2020*. Seismo Verlag AG. <https://doi.org/10.33058/seismo.20727>

Lawton, M. P., Kleban, M. H., & Dean, J. (1993). Affect and age: Cross-sectional comparisons of structure and prevalence. *Psychology and Aging*, 8(2), 165–175.

Lévi-Strauss, C. (1962). *La pensée sauvage*. Plon

- Low, G., & Molzahn, A. E. (2007). Predictors of quality of life in old age : A cross-validation study. *Research in Nursing & Health*, 30(2), 141–150. <https://doi.org/10.1002/nur.20178>
- Merçay, C. (2020). *La santé des 65 ans et plus en Suisse latine : analyses intercantionales des données de l'Enquête suisse sur la santé 2017*. Observatoire suisse de la santé.
- Morrow-Howell, N. (2010). Volunteering in later life: Research frontiers. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 65B(4), 461–469. doi:10.1093/geronb/gbq024
- Netuveli, G., & Blane, D. (2008). Quality of life in older ages. *British Medical Bulletin*, 85(1), 113–126. <https://doi.org/10.1093/bmb/ldn003>
- Ochs, E., & Shohet, M. (2006). The cultural structuring of mealtime socialization. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2006(111), 35–49. <https://doi.org/10.1002/cd.154>
- Office Fédéral de la Statistique [OFS]. (2018). Vieillessement actif. *Démos 1/2018*, Office fédéral de la Statistique.
- Office Fédéral de la Statistique [OFS]. (2019). Diversités et visibilités. *Démos 1/2019*, Office fédéral de la Statistique.
- Office Fédéral de la Statistique [OFS]. (2020). Pyramide des âges selon le sexe [en ligne]. <https://www.bfs.admin.ch/bfs/fr/home/statistiques/population/vieillessement.assetdetail.13667099.html>
- Organisation Mondiale de la Santé [OMS]. (2002). *Vieillir en restant actif: Cadre d'orientation*. Organisation mondiale de la Santé.
- Organisation Mondiale de la Santé [OMS]. (2020). *Décennie pour le vieillissement en bonne santé*. Organisation mondiale de la Santé.
- Oulevey Bachmann, A., Wild, P., Von Rotz, U., Danuser, B., & Morin, D. (2013). La « Génération Sandwich » en Suisse romande : mieux comprendre les facteurs associés avec la santé perçue afin de mieux agir en promotion de la santé. *Recherche en soins infirmiers*, 115(4), 68–84. <https://doi.org/10.3917/rsi.115.0068>
- Paggi, M. E., Jopp, D., & Hertzog, C. (2016). The importance of leisure activities in the relationship between physical health and well-being in a life span sample. *Gerontology*, 62(4), 450–458. <https://doi.org/10.1159/000444415>
- Paillat, P. (1989). *Passages de la vie active à la retraite*. PUF.
- Paillé, P. (2017). Chapitre 3. L'analyse par théorisation ancrée. In M. Santiago Delefosse (Éd.), *Les méthodes*

*qualitatives en psychologie et sciences humaines de la santé* (p. 61–83). Dunod. <https://doi.org/10.3917/dunod.santi.2017.01.0061>

Piot-Ziegler, C. (2003). Vie émotionnelle de la personne âgée : déclin ou évolution ? *Actualités Psychologiques*, 13(6), 81–120.

Platt, J. (2003). La première vague de l'école sociologie de Chicago. In J.A., Barnes, & D., Cefai (Éds.) *L'enquête de terrain* (pp.139–157). La Découverte/M.A.U.S.S.

Post, S. (2005). Altruism, happiness, and health: It's good to be good. *International Journal of Behavioral Medicine*, 12(2), 66–77. doi:10.1207/s15327558ijbm1202\_4

Putnam, R.D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon & Schuster.

Raymond, E., Gagné, D., Sévigny, A. et Tourigny, A. (2008). *La participation sociale des aînés dans une perspective de vieillissement en santé : réflexion critique appuyée sur une analyse documentaire*. Centre d'excellence sur le vieillissement de Québec et Institut sur le vieillissement et la participation sociale des aînés de l'Université Laval. Consulté le 29 mai 2021 à : [https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/859\\_RapportParticipationSociale.pdf](https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/859_RapportParticipationSociale.pdf)

Rondier, M. (2004). A. Bandura. Auto-efficacité. Le sentiment d'efficacité personnelle, *L'orientation scolaire et professionnelle* 33(3), [en ligne], <http://journals.openedition.org/osp/741>

Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1987). Human aging: usual and successful. *Science*, 237(4811), 143–149.

Rowe, J. W., & Kahn, R. L. (1997). Successful Aging. *The Gerontologist*, 37(4), 433–440. <https://doi.org/10.1093/geront/37.4.433>

Radio Télévision Suisse. (2005). C'est tous les jours dimanche - Pique-assiette: les dînettes de Marinette. [en ligne] <https://www.rts.ch/play/tv/cest-tous-les-jours-dimanche/video/pique-assiette-les-dinettes-de-marinette?urn=urn:rts:video:1555203>

Santiago Delefosse, M., & del Rio Carral, M. (2017). *Les méthodes qualitatives en psychologie et sciences humaines de la santé*. Dunod. <https://www.cairn.info/les-methodes-qualitatives-en-psychologie--9782100742301.htm>

Sheldon, T. (1997). Désinvestissement. In: G., Maddox (Éd.), *L'encyclopédie du vieillissement*, Serdi & Springer.

Schmid Botkine, C., & Rausa-de Luca, F. (2008). *Vieillesse démographique et adaptations sociales*. Office

Fédéral de la Statistique.

- Siegrist, J., & Wahrendorf, M. (2009). Participation in socially productive activities and quality of life in early old age : Findings from SHARE. *Journal of European Social Policy*, 19(4), 317–326. <https://doi.org/10.1177/1350506809341513>
- Stolle, D. (1998). Bowling together, bowling alone: The development of generalized trust in voluntary associations. *Political Psychology*, 19(3), 497–526.
- Turner, R. J., & Turner, J. B. (1999). Social integration and support. In C.S., Aneshensel & J.C. Phelan (Eds.) *Handbook of the sociology of mental health*. (pp. 301–319). Springer. [https://doi.org/10.1007/0-387-36223-1\\_15](https://doi.org/10.1007/0-387-36223-1_15)
- Uslaner, E. M. (1999). Morality plays: Social capital and moral behavior in Anglo-American democracies. In J van Deth, M. Maraffi, K. Newton, & P. Whiteley (Eds.) *Social capital and European democracy* (pp. 213–239). Routledge.
- Van Willigen, M. (2000). Differential benefits of volunteering across the life course. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 55(5), S308–S318. <https://doi.org/10.1093/geronb/55.5.S308>
- Walker, A. (2002). A strategy for active ageing. *International Social Security Review*, 55(1), 121–139. <https://doi.org/10.1111/1468-246X.00118>
- Wilson, B. (2015). *First bite: How we learn to eat*. Basic Books.



# Annexes

## Feuillet d'information et déclaration de consentement

### TRAVAIL DE MÉMOIRE À L'UNIL

#### VIEILLISSEMENT REUSSI ET SOCIALISATION : COMPARAISON DES EXPERIENCES ET DES PRATIQUES DES BENEVOLES ET BENEFICIAIRES DES TABLES D'HOTE PROSENECTUTE

Feuillet d'information et déclaration de consentement (selon le Commission d'éthique Suisse)

#### Information détaillée sur le projet

Ce travail en collaboration avec ProSenectute Vaud vise à explorer l'impact sur le bien-être des seniors de la prestation des « tables conviviales ». Selon de précédentes études, le bien-être et la santé physique sont liés aux activités de loisirs et contribuent tous deux à un vieillissement réussi (Jopp, 2016). Un travail de comparaison entre les bénévoles investis dans l'organisation et la mise en œuvre des tables et les bénéficiaires permettra de mieux estimer via le discours des personnes sur leur expérience les éléments qui en pratique contribuent à leur bien-être. L'investissement inégal des deux groupes suppose des résultats différents également médiés par le statut économique-social de la personne. Selon Fengler (1984), les bénévoles sont davantage satisfaits que les bénéficiaires puisque l'activité contribue à leur bien-être et la prestation profite davantage aux bénéficiaires avec peu de ressources économiques et sociales car elle offre du soutien. A l'issue de ce travail d'éventuelles pistes d'intervention pourront être mises à jour, notamment concernant les éventuels freins liés à l'accessibilité aux tables et les motivations des personnes à participer ou s'investir.

#### 1. Objectifs du projet de recherche

L'objectif de cette recherche est triple : d'une part, il s'agira d'explorer les motivations des personnes de plus de 65 ans dans le canton de Vaud à organiser de manière bénévole des tables d'hôtes à leur domicile, d'autre part de découvrir si cette activité impacte la vie de ces personnes et de comprendre le ou les éventuel(s) effet(s) et finalement, identifier les ressources et obstacles dans l'accès aux tables.

#### 2. Sélection des personnes pouvant participer au projet

Les bénévoles seniors qui œuvrent pour les tables conviviales au sein de ProSenectute Vaud, les participant-e-s à ces tables d'hôte et les responsables du projet à ProSenectute Vaud

#### 3. Informations générales sur le projet

Ce projet s'inscrit dans le cadre du travail de mémoire du master en psychologie clinique et psychopathologie. Il s'agit d'une recherche exploratoire sur les motivations et l'impact des tables d'hôtes de ProSenectute Vaud sur les participant-e-s, bénévoles et responsables du projet.

#### 4. Bénéfices pour les participant-e-s

Votre participation à ce projet de recherche ne vous apportera aucun bénéfice direct. Par votre participation, vous contribuez à améliorer l'offre de prestation de ProSenectute Vaud.

#### 5. Droits des participant-e-s

Les participant-e-s ont le droit, à tout moment et sans avoir à se justifier, de révoquer leur consentement à participer à l'étude, sans que cela n'ait de répercussions défavorables.

#### 6. Risques

Aucun.

#### 7. Confidentialité des données

Les contenus seront anonymisés lors de la transcription. Seule l'étudiante-chercheuse aura accès aux transcriptions.

fi

### Déclaration de consentement

#### **Déclaration de consentement écrite pour la participation à un projet de recherche**

- Veuillez lire attentivement ce formulaire.
- N'hésitez pas à poser des questions lorsque vous ne comprenez pas quelque chose ou que vous souhaitez avoir des précisions.

#### **Titre de l'étude :**

Vieillesse réussie et socialisation : comparaison des expériences et des pratiques des bénévoles et bénéficiaires des tables d'hôte ProSenectute

#### **Institution responsable :**

Institut de psychologie. Faculté SSP, Université de Lausanne, 1015 Lausanne

#### **Responsables du projet :**

Martinez Debora

#### **Participant·e :**

(Nom et prénom en caractères d'imprimerie) :

Date de naissance :

femme

homme

- Je déclare avoir été informé·e, par la responsable du projet soussignée, oralement et par écrit, des objectifs et du déroulement du projet ainsi que des effets présumés, des avantages, des inconvénients possibles et des risques éventuels.
- Je prends part à cette étude de façon volontaire et j'accepte le contenu de la feuille d'information qui m'a été remise sur le projet précité. J'ai eu suffisamment de temps pour prendre ma décision.
- J'ai reçu des réponses satisfaisantes aux questions que j'ai posées en relation avec ma participation au projet. Je conserve la feuille d'information et reçois une copie de ma déclaration de consentement écrite.

Lieu, date

Signature du ou de la participante

**Attestation de l'investigateur ou de l'investigatrice :** Par la présente, j'atteste avoir expliqué au ou à la participant·e la nature, l'importance et la portée du projet. Je déclare satisfaire à toutes les obligations en relation avec ce projet conformément au droit en vigueur. Si je devais prendre connaissance, à quelque moment que ce soit durant la réalisation du projet, d'éléments susceptibles d'influer sur le consentement du ou de la participant·e à prendre part au projet, je m'engage en l'en informer immédiatement.

Lieu, date

Signature de l'investigateur ou de l'investigatrice

**Déclaration de consentement**

**Déclaration de consentement écrite pour la participation à un projet de recherche**

- Veuillez lire attentivement ce formulaire.
- N'hésitez pas à poser des questions lorsque vous ne comprenez pas quelque chose ou que vous souhaitez avoir des précisions.

**Titre de l'étude :**

Vieillesse réussie et socialisation : comparaison des expériences et des pratiques des bénévoles et bénéficiaires des tables d'hôte ProSenectute

**Institution responsable :** Institut de psychologie, Faculté SSP, Université de Lausanne, 1015 Lausanne

**Responsables du projet :** Martínez Debora

**Participant-e :**

(Nom et prénom en caractères d'imprimerie) :



Date de naissance :

femme

homme

- Je déclare avoir été informé-e, par la responsable du projet soussignée, oralement et par écrit, des objectifs et du déroulement du projet ainsi que des effets présumés, des avantages, des inconvénients possibles et des risques éventuels.
- Je prends part à cette étude de façon volontaire et j'accepte le contenu de la feuille d'information qui m'a été remise sur le projet précité. J'ai eu suffisamment de temps pour prendre ma décision.
- J'ai reçu des réponses satisfaisantes aux questions que j'ai posées en relation avec ma participation au projet. Je conserve la feuille d'information et reçois une copie de ma déclaration de consentement écrite.

Lieu, date

Signature du ou de la participante



1, 02 2021



**Attestation de l'investigateur ou de l'investigatrice :** Par la présente, j'atteste avoir expliqué au ou à la participant-e la nature, l'importance et la portée du projet. Je déclare satisfaire à toutes les obligations en relation avec ce projet conformément au droit en vigueur. Si je devais prendre connaissance, à quelque moment que ce soit durant la réalisation du projet, d'éléments susceptibles d'influer sur le consentement du ou de la participant-e à prendre part au projet, je m'engage en l'en informer immédiatement.

Lieu, date

Signature de l'investigateur ou de l'investigatrice



le 1<sup>er</sup> février 2021

Debora Martínez

**Déclaration de consentement**

**Déclaration de consentement écrite pour la participation à un projet de recherche**

- Veuillez lire attentivement ce formulaire.
- N'hésitez pas à poser des questions lorsque vous ne comprenez pas quelque chose ou que vous souhaitez avoir des précisions.

**Titre de l'étude :**

Vieillesse réussie et socialisation : comparaison des expériences et des pratiques des bénévoles et bénéficiaires des tables d'hôte ProSenectute

**Institution responsable :**

Institut de psychologie, Faculté SSP, Université de Lausanne, 1015 Lausanne

**Responsables du projet :**

Martinez Debora

**Participant-e :**

(Nom et prénom en caractères d'imprimerie) :

Date de naissance :



femme  homme

- Je déclare avoir été informé-e, par la responsable du projet soussignée, oralement et par écrit, des objectifs et du déroulement du projet ainsi que des effets présumés, des avantages, des inconvénients possibles et des risques éventuels.
- Je prends part à cette étude de façon volontaire et j'accepte le contenu de la feuille d'information qui m'a été remise sur le projet précité. J'ai eu suffisamment de temps pour prendre ma décision.
- J'ai reçu des réponses satisfaisantes aux questions que j'ai posées en relation avec ma participation au projet. Je conserve la feuille d'information et reçois une copie de ma déclaration de consentement écrite.

Lieu, date



le 2.02.21

Signature du ou de la participante



**Attestation de l'investigateur ou de l'investigatrice :** Par la présente, j'atteste avoir expliqué au ou à la participant-e la nature, l'importance et la portée du projet. Je déclare satisfaire à toutes les obligations en relation avec ce projet conformément au droit en vigueur. Si je devais prendre connaissance, à quelque moment que ce soit durant la réalisation du projet, d'éléments susceptibles d'influer sur le consentement du ou de la participant-e à prendre part au projet, je m'engage en l'en informer immédiatement.

Lieu, date



le 2.02.21

Signature de l'investigateur ou de l'investigatrice

Debora Martinez

**Déclaration de consentement**

**Déclaration de consentement écrite pour la participation à un projet de recherche**

- Veuillez lire attentivement ce formulaire.
- N'hésitez pas à poser des questions lorsque vous ne comprenez pas quelque chose ou que vous souhaitez avoir des précisions.

**Titre de l'étude :**

Vieillesse réussie et socialisation : comparaison des expériences et des pratiques des bénévoles et bénéficiaires des tables d'hôte ProSenectute

**Institution responsable :**

Institut de psychologie, Faculté SSP, Université de Lausanne, 1015 Lausanne

**Responsables du projet :**

Martinez Debora

**Participant-e :**

(Nom et prénom en caractères d'imprimerie) :

Date de naissance :



femme  homme

- Je déclare avoir été informé-e, par la responsable du projet soussignée, oralement et par écrit, des objectifs et du déroulement du projet ainsi que des effets présumés, des avantages, des inconvénients possibles et des risques éventuels.
- Je prends part à cette étude de façon volontaire et j'accepte le contenu de la feuille d'information qui m'a été remise sur le projet précité. J'ai eu suffisamment de temps pour prendre ma décision.
- J'ai reçu des réponses satisfaisantes aux questions que j'ai posées en relation avec ma participation au projet. Je conserve la feuille d'information et reçois une copie de ma déclaration de consentement écrite.

Lieu, date

  
02.02.2021

Signature du ou de la participante



**Attestation de l'investigateur ou de l'investigatrice :** Par la présente, j'atteste avoir expliqué au ou à la participant-e la nature, l'importance et la portée du projet. Je déclare satisfaire à toutes les obligations en relation avec ce projet conformément au droit en vigueur. Si je devais prendre connaissance, à quelque moment que ce soit durant la réalisation du projet, d'éléments susceptibles d'influer sur le consentement du ou de la participant-e à prendre part au projet, je m'engage en l'en informer immédiatement.

Lieu, date



le 2.02.2021

Signature de l'investigateur ou de l'investigatrice

Debora Martinez

**Déclaration de consentement**

**Déclaration de consentement écrite pour la participation à un projet de recherche**

- Veuillez lire attentivement ce formulaire.
- N'hésitez pas à poser des questions lorsque vous ne comprenez pas quelque chose ou que vous souhaitez avoir des précisions.

**Titre de l'étude :**

Vieillesse réussie et socialisation : comparaison des expériences et des pratiques des bénévoles et bénéficiaires des tables d'hôte ProSenectute

**Institution responsable :**

Institut de psychologie, Faculté SSP, Université de Lausanne, 1015 Lausanne

**Responsables du projet :**

Martinez Debora

**Participant-e :**

(Nom et prénom en caractères d'imprimerie) :

Date de naissance :



femme  homme

- Je déclare avoir été informé-e, par la responsable du projet soussignée, oralement et par écrit, des objectifs et du déroulement du projet ainsi que des effets présumés, des avantages, des inconvénients possibles et des risques éventuels.
- Je prends part à cette étude de façon volontaire et j'accepte le contenu de la feuille d'information qui m'a été remise sur le projet précité. J'ai eu suffisamment de temps pour prendre ma décision.
- J'ai reçu des réponses satisfaisantes aux questions que j'ai posées en relation avec ma participation au projet. Je conserve la feuille d'information et reçois une copie de ma déclaration de consentement écrite.

Lieu, date



le 2 Février 2021

Signature du ou de la participante



**Attestation de l'investigateur ou de l'investigatrice :** Par la présente, j'atteste avoir expliqué au ou à la participant-e la nature, l'importance et la portée du projet. Je déclare satisfaire à toutes les obligations en relation avec ce projet conformément au droit en vigueur. Si je devais prendre connaissance, à quelque moment que ce soit durant la réalisation du projet, d'éléments susceptibles d'influer sur le consentement du ou de la participant-e à prendre part au projet, je m'engage en l'en informer immédiatement.

Lieu, date



le 2 Février 2021

Signature de l'investigateur ou de l'investigatrice

Debora Martinez

### Déclaration de consentement

#### **Déclaration de consentement écrite pour la participation à un projet de recherche**

- Veuillez lire attentivement ce formulaire.
- N'hésitez pas à poser des questions lorsque vous ne comprenez pas quelque chose ou que vous souhaitez avoir des précisions.

**Titre de l'étude :**

Vieillesse réussie et socialisation : comparaison des expériences et des pratiques des bénévoles et bénéficiaires des tables d'hôte ProSenectute

**Institution responsable :**

Institut de psychologie, Faculté SSP, Université de Lausanne, 1015 Lausanne

**Responsables du projet :**

Martinez Debora

**Participant-e :**

(Nom et prénom en caractères d'imprimerie) :

Date de naissance :



femme  homme

- Je déclare avoir été informé-e, par la responsable du projet soussignée, oralement et par écrit, des objectifs et du déroulement du projet ainsi que des effets présumés, des avantages, des inconvénients possibles et des risques éventuels.
- Je prends part à cette étude de façon volontaire et j'accepte le contenu de la feuille d'information qui m'a été remise sur le projet précité. J'ai eu suffisamment de temps pour prendre ma décision.
- J'ai reçu des réponses satisfaisantes aux questions que j'ai posées en relation avec ma participation au projet. Je conserve la feuille d'information et reçois une copie de ma déclaration de consentement écrite.

Lieu, date

Signature du ou de la participante



le 18.02.2021



**Attestation de l'investigateur ou de l'investigatrice :** Par la présente, j'atteste avoir expliqué au ou à la participant-e la nature, l'importance et la portée du projet. Je déclare satisfaire à toutes les obligations en relation avec ce projet conformément au droit en vigueur. Si je devais prendre connaissance, à quelque moment que ce soit durant la réalisation du projet, d'éléments susceptibles d'influer sur le consentement du ou de la participant-e à prendre part au projet, je m'engage en l'en informer immédiatement.

Lieu, date

Signature de l'investigateur ou de l'investigatrice



le 18.02.2021

Debora Martinez

**Déclaration de consentement**

**Déclaration de consentement écrite pour la participation à un projet de recherche**

- Veuillez lire attentivement ce formulaire.
- N'hésitez pas à poser des questions lorsque vous ne comprenez pas quelque chose ou que vous souhaitez avoir des précisions.

**Titre de l'étude :**

Vieillesse réussie et socialisation : comparaison des expériences et des pratiques des bénévoles et bénéficiaires des tables d'hôte ProSenectute

**Institution responsable :**

Institut de psychologie, Faculté SSP, Université de Lausanne, 1015 Lausanne

**Responsables du projet :**

Martinez Debora

**Participant-e :**

(Nom et prénom en caractères d'imprimerie) :

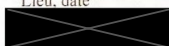
Date de naissance :



femme  homme

- Je déclare avoir été informé-e, par la responsable du projet soussignée, oralement et par écrit, des objectifs et du déroulement du projet ainsi que des effets présumés, des avantages, des inconvénients possibles et des risques éventuels.
- Je prends part à cette étude de façon volontaire et j'accepte le contenu de la feuille d'information qui m'a été remise sur le projet précité. J'ai eu suffisamment de temps pour prendre ma décision.
- J'ai reçu des réponses satisfaisantes aux questions que j'ai posées en relation avec ma participation au projet. Je conserve la feuille d'information et reçois une copie de ma déclaration de consentement écrite.

Lieu, date



*le*  
23 février 2021

Signature du ou de la participante



**Attestation de l'investigateur ou de l'investigatrice :** Par la présente, j'atteste avoir expliqué au ou à la participant-e la nature, l'importance et la portée du projet. Je déclare satisfaire à toutes les obligations en relation avec ce projet conformément au droit en vigueur. Si je devais prendre connaissance, à quelque moment que ce soit durant la réalisation du projet, d'éléments susceptibles d'influer sur le consentement du ou de la participant-e à prendre part au projet, je m'engage en l'en informer immédiatement.

Lieu, date



*le*  
23.2.2021

Signature de l'investigateur ou de l'investigatrice

*Debora Martinez*



**Déclaration de consentement**

**Déclaration de consentement écrite pour la participation à un projet de recherche**

- Veuillez lire attentivement ce formulaire.
- N'hésitez pas à poser des questions lorsque vous ne comprenez pas quelque chose ou que vous souhaitez avoir des précisions.

**Titre de l'étude :**

Vieillesse réussie et socialisation : comparaison des expériences et des pratiques des bénévoles et bénéficiaires des tables d'hôte ProSenectute

**Institution responsable :**

Institut de psychologie. Faculté SSP, Université de Lausanne, 1015 Lausanne

**Responsables du projet :**

Martinez Debora

**Participant-e :**

(Nom et prénom en caractères d'imprimerie) :

Date de naissance :

[Redacted]

Femme

homme

- Je déclare avoir été informé-e, par la responsable du projet soussignée, oralement et par écrit, des objectifs et du déroulement du projet ainsi que des effets présumés, des avantages, des inconvénients possibles et des risques éventuels.
- Je prends part à cette étude de façon volontaire et j'accepte le contenu de la feuille d'information qui m'a été remise sur le projet précité. J'ai eu suffisamment de temps pour prendre ma décision.
- J'ai reçu des réponses satisfaisantes aux questions que j'ai posées en relation avec ma participation au projet. Je conserve la feuille d'information et reçois une copie de ma déclaration de consentement écrite.

Lieu, date

[Redacted]

le 15 mars 2021

Signature du ou de la participante

[Redacted]

**Attestation de l'investigateur ou de l'investigatrice :** Par la présente, j'atteste avoir expliqué au ou à la participant-e la nature, l'importance et la portée du projet. Je déclare satisfaire à toutes les obligations en relation avec ce projet conformément au droit en vigueur. Si je devais prendre connaissance, à quelque moment que ce soit durant la réalisation du projet, d'éléments susceptibles d'influer sur le consentement du ou de la participant-e à prendre part au projet, je m'engage en l'en informer immédiatement.

Lieu, date

[Redacted]

le 15 mars 2021

Signature de l'investigateur ou de l'investigatrice

Debora Martinez

## **Canevas entretiens semi-structurés**

### **1. Problématique**

L'objectif de cette recherche qualitative sera double : d'une part, il s'agira d'explorer les motivations des personnes de plus de 65 ans dans le canton de Vaud à organiser de manière bénévole des tables d'hôtes à leur domicile et d'autre part de découvrir si cette activité impacte la vie de ces personnes et de comprendre le ou les éventuel(s) effet(s). Le cadre théorique est de type *grounded theory*.

### **2. Question de recherche exploratoire**

Pour quelles raisons les bénévoles organisent-ils des tables d'hôte ? Quel(s) effet(s) ont les tables d'hôte Pro Senectute sur la santé des bénévoles seniors ?

### **3. Suppositions**

- L'organisation de tables d'hôtes permet aux bénévoles de se sentir utile et d'aider les seniors plus âgés
- L'investissement pour les Tables conviviales permet aux individus de tisser des liens sociaux et améliore l'humeur
- Le réseau créé via les tables d'hôtes permet de lutter contre la solitude
- L'organisation et la tenue des tables garde les personnes actives et ralentit le vieillissement cognitif
- La préparation de repas conviviaux rend les personnes plus sensibles aux différents régimes d'alimentation et à un équilibre alimentaire

### **4. Population**

Les bénévoles seniors qui œuvrent pour les Tables conviviales au sein de Pro Senectute Vaud

### **5. Consigne initiale**

« Bonjour, tout d'abord merci d'avoir accepté de participer à cette recherche. Pour rappel donc, elle se fait dans le cadre de mon mémoire en psychologie à l'UNIL. Je m'intéresse beaucoup aux activités communautaires comme par exemple le bénévolat chez les seniors.

Et donc, j'aimerais un peu savoir ce que cette activité évoque pour vous. C'est pourquoi je vous propose de discuter des tables d'hôtes et de votre implication. L'idée n'est pas de dire des choses justes ou fausses, mais simplement de vous exprimer à ce sujet. L'entretien durera environ une heure. J'en profite pour rappeler que tout ce que vous direz ne sortira pas du cadre de cet entretien et que tout ce que vous pouvez raconter sera anonymisé. Si ces conditions vous conviennent, je vous propose de commencer la discussion. Donc pour commencer, est-ce que vous pouvez me raconter ce qui vous a amené à organiser une table d'hôtes avec Pro Senectute ? »

## 6. Thèmes à aborder + sous-thèmes

Thème	Sous-thème	Relances
Changement, impact	Motivation, sentiment d'utilité	Comment l'organisation d'une table d'hôtes vous a marqué ?
Santé	Humeur Condition physique Nutrition Hygiène	
Relations sociales	Soutien, solidarité Amitiés, connaissances Partage Solitude	
Activité	Bénévole Familiale, sociale Physique Créative Gastronomie ?	
Accessibilité	Circonstances de la première venue (voisin, ami, brochure Pro Senectute) et participation Distance Moyen de transport Accompagnement	
Est-ce que vous souhaitez ajouter quelque chose ?		

# Retranscriptions d'entretiens

## Entretien A

Région ouest vaudois, le 01.02.2021, 38 min 42 sec

**DM1 :** Voilà donc comme je vous disais déjà merci beaucoup de participer à cette recherche euh donc pour rappel comme on disait au début [mmh] ça se fait dans le cadre de mon mémoire à l'unil euh et j'm'intéresse donc aux activités communautaires... comme le bénévolat chez les seniors voilà j'aimerais un petit peu savoir c'que cette activité elle évoque pour vous euh... donc je propose qu'on discute des tables d'hôte [ouais] et de votre implication y'a pas d'chose juste ou fausse simplement voilà [oui c'est général] euh... l'entretien durera environ une heure et puis tout ce que vous direz sortira pas du cadre de cet entretien tout est [d'accord] complètement confidentiel... alors si ces conditions vous conviennent (rires)

A1 : (rires) moi tout à fait oui

**DM2 :** j'vous propose de commencer la discussion donc pour commencer est-ce que vous pouvez me raconter ce qui vous a amené à organiser une table d'hôtes ProSenectute

A2 : Alors ça c-t'-à-dire que ça s'est passé y'a une dizaine d'années y'a quelqu'un qui a dit- demandé au conseil communal d- si la commune pouvait essayer d'organiser quelque chose pour les seniors et puis là euh... mon mari... qui avait à l'époque euh 83 ans pa'ce qu'il y a 93 ans maintenant euh a dit qui serait d'accord de lancer quequ'chose alors bon ils ont commencé à... quelques-uns à faire une petite association qui s- qui s- qui s'est appelée enfin s'appelait pas viva pour commencer mais après euh ils ont ils ont euh contacté des tas d'gens y z'ont demandé euh aux personnes âgées ce qu'elles en pensaient etcetera et pis y'a eu une première assemblée générale où y'avait déjà une centaine de personnes pis tout l'monde était d'accord pour cette association alors dans cette association bon elle s'est vite appelée viva y'a des statuts enfin euh et pis dans cette association y fallait faire des activités et alors euh... les tables d'hôtes alors on avait dit on essaye de faire des tables d'hôte c'est dire qu'on reçoit des... personnes âgées euh pour un repas euh alors euh elles payent 15 francs donc et pis y'a 5 francs qui sont rétrogradés par euh ProSenectute [mmh] et puis ils ont d'autres activités comme la pétanque le tir à l'arc les prom'nades le vélo enfin ça s'développe ça s'développe [mmh] actuellement ils euh quand on a arrêté y'avait au moins 250 participants quand même hein

**DM3 :** pis cette association c'est à g-

A3 : à G.

**DM4 :** d'accord

A4 : oui oui c'est dans l'cadre de c'q'ils appellent à... à... ProSenectute les... quartiers solidaires

**DM5 :** d'accord ouais

A5 : hein et puis euh maintenant c'est une association qui vit plus du tout sous euh... le patronage de ProSenectute qui est indépendante qui est aidée par la commune etcetera mais les tables d'hôtes ont continué avec ProSenectute voilà... alors à G. on s'est annoncés on était c--- cinq tables d'hôtes... y'avait... nous y'avait m- vous savez moi j'savais pas du tout c'que c'était hein j'me suis lancée comme ça y'avait des- y'avait les voisins les Mxx qui avaient aussi une table d'hôtes y'a une table d'hôtes en bas qui... pac'que tout le monde peut pas r'cevoir euh beaucoup d' monde [mmh] ça va ça dépend alors d'la grandeur des appartements alors y'a une table d'hôtes où y reçoivent euh pas plus.. de 8 personnes y'en a une où y peuvent recevoir 4 personnes enfin (inspire) euh voilà euh où c'était le dernier statut euh quand c'est- quand ça s'est arrêté [mmh] hein... et puis euh... alors moi ça m'a beaucoup plu pa'c'que j'ai ap- y'a eu très rapidement du monde qui s'est inscrit hein et ça m'a permis de rencontrer des gens que je n'aurais jamais rencontré autrement [mmh] alors euh

**DM6 :** beaucoup d'la commune ou ?

A6 : de la commune de la commune [oui] y'a deux personnes qui viennent de... pff... une personne qui vient de Dully pis une personne qui vient d'Begnins mais c'est des gens qui ont toujours eu des activités dans la commune une qui a toujours habité- qui a sou- qui a longtemps habité à G. etcetera mais on peut r'cevoir plus de monde [mmh] pa'c'que on est limités au niveau place voilà... alors on... en principe c'est toujours les mêmes hein temps en temps y'a des nouveaux qui arrivent mais ! c'est pas- y sont pas toujours bien acceptés hein ! pa'c'que ils ont l'habitude de s'rencontrer ils s'connaissent euh etcetera c'est pas évident de s'intégrer dans un groupe qui-

**DM7 :** j'pense ça doit être difficile

A7 : ouais ouais ouais

**DM8 :** vous ça fait 10 ans que vous tenez cette t-

A8 : oui ça fait 10 ans oui

**DM9 : ah oui alors**

A9 : donc j'en f'sais euh... une par mois hein jusqu'à y'a...au mois de janvier on a encore fait euh au mois d'février d'l'année dernière j'en ai refait une en octobre pis après ben j'me suis arrêtée...

**DM10 : mmh... ah ouais non ça doit faire ...**

A10 : oui ça fait un grand vide y'a des gens qui m'disent oh c'est quand qu'vous recommencez euh... on s'ennuie on aim'rait bien revenir (rires) mais les gens sont assez raisonnables y savent que...avec le covid c'est pas possible [mh]

**DM11 : ouais pis qui faut faire preuve de patience**

A11 : oui faut faire preuve de patience c'est ça 'fin j'espère alors voilà ! alors j'en suis au point où j'avais l'intention de téléphoner au médecin cantonale (ricane) pour savoir... si... tous les gens vaccinés peuvent se r'trouver ensemble en grand groupe [mmh] voilà alors c'est c'que j'sais pas...

**DM12 : si c'est possible de-**

A12 : si éventuellement recommencer euh... à faire des grands groupes mais qu'tous les gens soient vaccinés [mmh] voilà alors j'en suis là (rires)

**DM13 : et ça vous manque de pas organiser les tables ?**

A13 : mmh... disons qu'ça nous manque de- ça nous manque de voir des gens en ce moment hein vous savez on essaye de voir des amis de faire des déjeuners à quatre euh ou d'aller déjeuner ensemble chez des... copains mais jamais plus de quatre ou cinq et [mmh] disons qu'ça nous manque beaucoup hein...

**DM14 : ouais non c'est pesant**

A14 : ouais pac'qu'on est quand même- on sort- on sortait quand même beaucoup on voyait beaucoup d'monde euh on allait au cinéma on f'sait des tas d'choses (téléphone sonne) alors évidemment maint'nant ça nous manque énormément hein... (rires)

**DM15 : surtout avec les temps maussades**

A15 : (rires) pis alors les temps maussades c'est pas terrible ! (rire) oui

**DM16 : et pis vous participez aussi à des tables d'hôtes ou vous êtes surtout euh**

A16 : non non non non non j'fais ma table d'hôtes [ouais] moi j'participe pas ben non j'veux pas aller euh à une autre table d'hôtes euh (rires)

**DM17 : j'sais pas du tout j'me disais que peut-être**

A17 : non non pas du tout

**DM18 : dans les irréductibles que vous êtes depuis 10 ans y'avait peut-être d'autres personnes qui organisent aussi des tables**

A18 : voui y'a des mais moi je... on y va pas [oui] enfin [d'accord] oui oui y'a- j'veus dis y'a quatre tables à G. mais ch'ai pas si y'en aura toujours quatre quand [oui] ça r'commencera hein c'est ça... moi j'veux bien r'commencer [mmh] mais... quand je n'sais pas

**DM19 : et en termes d'organisation comment ça s'passe pour vous d'organiser une table ?**

A19 : ben j'fais euh...on f- j'fais les achats euh... euh... j'fais à manger... je.... euh... bon alors ils ont un déjeuner complet euh avec apéritif [mmh] entrée plat principal euh dessert et puis café...

**DM20 : pis chaque mois depuis 10 ans vous arrivez à-**

A20 : oui alors voilà de temps en temps j'leur dis euh qu'est-c'que vous avez envie d'manger le le mois prochain ? alors euh ben des fois j'me dis voyons euh... qu'est-c'que j'pourrais bien leur faire (rires) etcetera pac'qu'y- y rigolent pac'qu'j'leur dis toujours quand ils partent j'leur dis toujours voilà main'nant il faut qu'réfléchisse à c'que je vais vous faire le mois prochain alors y'en a qui disent euh ah ben tu pourrais faire ça euh (rires) alors euh alors voilà (tousse)

**DM21 : et puis est-c'que vous avez vu un peu euh vo- le groupe évoluer en 10 ans ?**

A21 : ben oui pac'qu'on a eu des décès vous savez on s'attache aux gens euh ça c'est un peu l'problème hein on s'est attachés aux gens alors euh y'en a quand même plusieurs qui sont mortes toutes des dames disons [mmh] y'en a d'autres qui sont arrivées alors euh...euh... oui bien sûr on s'attache un peu aux gens qu'on voit tout le temps

**DM22 : oui c'est sûr est-c'qu'après c'est des personnes que vous recroisez dans le village**

A22 : oui on s'dit bonjour etcetera j'les vois pas en-dehors [mmh] de alors c'est des gens qui vont souvent

aux autres activités d'vivag moi j'participe pas alors euh euh... c'est pas c'est pas mon problème [mmh] moi j'm'occupe des tables d'hôte pis l'reste ben j'ai pas b'soin disons d'vivag [mmh] j'fais assez de choses euh comme ça (rires)

**DM23 : et pis comment est-c'que cette organisation de table d'hôtes ça ça vous marque dans la vie de tous les jours ?**

A23 : ... ben...

**DM24 : est-c'que c'est quelque chose auquel voilà vous vous discutez euh un mois avant avec les bénévoles les bénéficiaires pis après vous... 'fin comment est-c'que vous mettez en place tout ça ?**

A24 : ben j'mets- c'est difficile de vous dire pa'c'que donc c'est chaque mois moi j'fais ça comme un dîner que j'ferais avec des amis [mmh] disons hein donc euh... on en parle j'leur dis quand ils partent j'leurs dis alors on s'voit l'mois prochain qu'est-ce vous voulez manger [mmh] etcetera et puis... pis voilà m'enfin ça va pas plus loin

**DM25 : ouais d'accord**

A25 : pour moi c'est comme un déjeuner avec des amis

**DM26 : mmh oui... j'vois bien et puis euh... est-c'que du coup euh au niveau de vos relations sociales qu'est-c'que ça vous apporte ces tables est-c'que c'est- (inaudible)**

A26 : ben j'vous dis ça ça moi ça m'a permis de rencontrer des gens que j'n'aurais jamais rencontré avant [mmh] alors on apprend des tas d'ch- ouais alors y'a souvent des des vieilles p- y'a beaucoup d'dames hein... (rires) pa'c'que-

**DM27 : sur les quatorze ?**

A27 : oui en général on est quatorze y'a douze donc euh y'a mon mari et moi pis y'a douze autres personnes et y'a... (3 sec) deux messieurs trois messieurs quand même (ton surpris) qui sont... qui viennent

**DM28 : d'accord**

A28 : toujours ouais (inspire) et puis euh pis l'reste c'est des dames alors euh y'a des y'en a qui sont très âgés mon mari a donc 93 ans il va avoir 93 ans y'a une dame qu'a 93 ans y'a une autre dame qui... qui venait qui habite juste à côté qui a 96 [ah oui !] mais j'ai appris là j'ai appris l'autre jour que on l'avait mise dans une maison pour personnes âgées pa'c'qu'elle pouvait plus rester toute seule [mmh] alors je n'sais pas si elle pourra r'venir mais alors c'est des gens qui habitent depuis très longtemps à G. [mmh] depuis avant moi disons ou bien qui ont vécu dans la région alors on apprend des tas d'choses sur les gens du village (rires) le sur l'histoire du village (rires) c'est assez amusant ça (rires)

**DM29 : j'veux bien vous croire c'est vrai qu'à 96 ans euh (rires)**

A29 : ouais ouais ouais pis elle a toujours habité là c'était l'épicière du village euh... elle est assez mauvaise langue d'ailleurs (rires) entre nous mais euh... pis ça s'arrange pas avec l'âge (rires)

**DM30 : (rires) et est-ce qu'ils viennent tous euh en général ils viennent à pied [oui oui] en voiture ?**

A30 : à pied ou en voiture

**DM31 : ouais**

A31 : on a même une dame qui habite en bas du village qui est avec une p'tite voiture électrique qui monte avec son p'tit... son sa p'tite voiture [d'accord] 'fin c'est un...chaise roulante électrique [mmh] disons alors euh elle est tellement contente de r'venir manger ici que elle fait l'effort d'monter [oui] etcetera pis elle marche depuis là-bas jusque là-bas on l'aide (pointe l'entrée puis la table du salon) pis voilà elle est- ça lui fait tellement plaisir (rires) alors j'dis toujours euh... j'fais. J'ai eu fait des photos des tintébins qui étaient restés (rires)

**DM32 : dans le hall ?**

A32 : dans le hall ! (rires)

**DM33 : pa'c'qu'en général elle se elle se [oui] passe ici les tables ?**

A33 : oui oui elles se passent ici

**DM34 : d'accord... et puis euh...oui ! les nouvelles personnes est-ce qu'elles ont d'la peine à vous- à trouver votre maison ou ça va ?**

A34 : non ça va... oui oui

**DM35 : y'a personne qui ne vient pas à votre table pa'c'que... pa'c'que c'est trop difficile d'accès ?**

A35 : non non non non pas d'problèmes vous- on est au rez-d'chaussée donc c'est pas un problème (inspire) y'a pas d'escalier à monter [mmh] euh... donc c'est pas un problème et puis euh tout l'monde- c'est quand même au sein du village on sait [mmh] tout l'monde sait où c'est

**DM36 : ouais et une dame de Dully ? Dullier ?**

A36 : Dully

**DM37 : Dully donc**

A37 : un monsieur qui vient d'Dully ben y ouais il vient en voiture [mmh]

**DM38 : vous avez personne qui vient d'Lausanne par exemple ? inaudible**

A38 : non non non pis je... on accepte pas

**DM39 : d'accord**

A39 : pa'c'que on privilégie quand même les gens d'ici [ouais] y'a une dame de... de Crans qui m'téléphonait toujours elle est v'nue une fois et puis euh... disons qu'les gens les euh les autres personnes étaient étaient pas tellement d'accord qu'elle vienne et puis euh... alors maint'nant quand elle téléphone j'lui dis qu'ça va pas mais pa'c'que j'ai trop d'monde en réalité [mmh] pas seulement pa'c'qu'elle vient d'Crans mais pa'c'que j'ai trop d'monde alors évidemment j'privilégie les gens d'ici

**DM40 : comment vous- est-ce que vous avez un système de listing ou de liste d'attente ?**

A40 : non non les gens doivent téléphoner par contre les gens doivent téléphoner pour s'inscrire [oui] ils doivent téléphoner chaque fois faut qu'ils fassent l'effort

**DM41 : ouais de vous confirmer d'une fois à l'autre euh**

A41 : oui de me confirmer pa'c'qu'ils peuvent pas me dire euh euh... écoute on vient la prochaine fois et pis ils viennent pas ça va pas alors y sont obligés de me téléphoner [mmh] euh par exemple y'en a deux qui... qui viennent euh automatiquement mais si- je sais que si elles viennent pas elles m'appellent [mmh] mais autrement tous les autres doivent m'appeler

**DM42 : oui comme ça vous êtes sûre-**

A42 : comme ça j'suis sûre et puis si... y...téléphonent trop tard ben ma foi ils ont pas d'place et ils comprennent

**DM43 : mmh c'est premier arrivé premier servi ?**

A43 : voilà exactement

**DM44 : (rires) d'accord est-ce que vous avez déjà eu des désistements à la dernière minute ?**

A44 : oui oui ça bien sûr tout d'un coup quelqu'un qui est malade ou... qui va- veut pas v'nir ma foi c'est égal hein

**DM45 : mais c'est pas non plus... c'est pas c'est pas c'qui arrive le plus souvent ?**

A45 : non ! non non non c'est arrivé mais occasionnellement [mmh]... c'est pas euh...

**DM46 : d'accord et pis des tables d'hôtes est-ce qu'elles vous ont appris des choses ? J'me demandais tout ce qui est au niveau gastronomique ou nutrition ?**

A46 : non ben non pa'c'que moi j'ai l'habitude de faire- on a l'habitude de faire on a toujours beaucoup reçu chez nous [d'accord] alors euh disons que c'est un repas parmi d'autres en réalité alors euh euh disons qu'ça m'a pas appris grand chose [ouais] (rires) pis j'fais quand même des r'pas relativement simples j'fais pas des grandes euh... 'fin sauf à Noël on fait l'repas d'Noël avec euh (rires) avec euh le foie gras le saumon (rires) et tout ça mais enfin euh euh... comme on fait avec la famille [mmh] mmh...

**DM47 : c'est plutôt de la nourriture locale ? d'ici ?**

A47 : oui c'est plutôt de la nourriture locale des choses comme ça [ouais d'accord] pis d'temps en temps on a quelqu'un qui m'demande tu pourrais pas essayer d'faire ça alors bon j'dis oui (rires) pourquoi pas !

**DM48 : et puis y'a 10 ans la première fois qu'vous avez fait une table d'hôtes vous vous disiez voilà j'fais un repas comme un-**

A48 : pour moi c'était un repas normal [ouais] mais disons que (tousse) comme j'connaissais pas les gens j'savais pas très bien comment ça allait s'passer mais ça s'est très très bien passé

**DM49 : ouais vous aviez un p'tit peu d'appréhension au début ou ?**

A49 : non... non non non non pa'c'que comme j'vous dis j'ai l'habitude de r'ce- de beaucoup r'cevoir donc c'est pas... c'est pas un problème (rires)

**DM50 : d'accord... ah ça doit être une sacrée expérience la première fois de voir arriver-**

A50 : ben des gens qu'on connaît pas hein c'est ça des gens qu'on connaît pas...

**DM51 : sur les douze premières personnes qui sont venues disons vous connaissiez... y'avait une**

**quelques têtes connues ? ou c'était-**

A51 : ouais y'avait une ou deux personnes que j'avais croisées au village mais autrement je connaissais pas pis en principe euh temps en temps j'ai un couple mais les- on r'çoit pas les couples pa'c'que c'est une- c'est pour les gens seuls en principe

**DM52 : d'accord ok**

A52 : pa'c'qu'les gens- les les couples ben ils ont pas b'soin de... [ouais] de nous mais d'temps en temps ça m'arrive de r'cevoir un couple d'amis euh... pis voilà

**DM53 : c'était un p'tit peu le le but au début y'a 10 ans euh-**

A53 : oui c'est ça ! c'est des gens- c'est de sortir les gens de leur isolement [mmh] hein disons que c'était l'but de vivag c'était d'sortir les gens d'leur isolement [mmh] alors euh toutes ces activités c'est euh...y- le mercredi ils f- enfin ils faisaient j j'sais pas s'ils pourront refaire ils faisaient un accueil où ils r'çoivent les gens peuvent aller euh boire un café d'mander un conseil euh...euh... j'sais pas on trouve toujours quelqu'un si une dame a un problème avec ses impôts elle peut- elle trouvera toujours quelqu'un pour l'aider ou avec son ordinateur [mmh] ou comme ça disons qu'y'a une entraide euh... c'est pas mal pis les gens peuvent euh se rencontrer discuter boire l'café ensemble euh ça c'est très sympa alors ce mercredi pour les personnes âgées

**DM54 : oui j'pense que d'une part c'est solidaire**

A54 : voilà ! c'est solidaire et pis euh ça sort quand même beaucoup les gens d'leur isolement hein

**DM55 : mh.. c'est c'que- c'est un thème que les gens abordent quand il viennent ici ou bien ils parlent pas tellement du fait qu'ils se sentent seuls quand ils sont euh ici ?**

A55 : non pas tellement mais ils sont très contents de s'trouver hein [mmh] ouais pis alors une fois par année vivag organise une conférence avec un conférencier euh... on a pas eu depuis deux ans évidemment mais c'est toujours une centaine de personnes enfin c'est in peu difficile

**DM56 : ouais... vous m'avez dit qu'vous avez fait une une table en septembre est-ce que...**

A56 : en octobre j'a fait

**DM57 : en octobre**

A57 : oui la dernière qu'j'ai faite c'était en octobre

**DM58 : pis là est-ce que vous aviez pris des mesures par rapport au covid ou pas ?**

A58 : ben j'a- on était que neuf alors là [d'accord] les gens ne sont pas... tellement v'nus... on était que neuf pis comme j'ai une grande table où on peut être quatorze disons qu'à neuf ça allait très bien [oui] ça allait très bien pis on était pas encore reconfinés enfin (rires)

**DM59 : c'était avant euh...**

A59 : j'sais plus si c'était septembre ou octobre enfin c'était un d'ces deux mois... non ! pa'c'que en septembre j'ai pas pu la faire parce qu'on était partis en vacances... voilà...

**DM60 : et pis les gens ils- est-ce qu'ils vous disent justement qu'ils ont un peu peur de v'nir- enfin si vous pouviez organiser une euh une table le mois prochain disons est-ce que vous pensez qu'les gens euh viendraient ? est-ce que...**

A60 : j'suis pas sûre... j'suis pas tout à fait sûre... [mmh] qu'ils viendraient... peut-être qu'ils aimeraient bien mais j'suis pas tout à fait sûre mais c'est pour ça qu'j'veux m' renseigner auprès du médecin cantonal pour savoir si euh comment ça s'passe si on peut r'organiser des choses [mmh] pa'c'que... j'aimerais bien en réalité

**DM61 : oui... on aimerait bien !**

A61 : (rires) oui tout l'monde aimerait bien !

**DM62 : pis vous m'disiez c'est la... seule- en termes d'activités euh que vous pratiquez c'est la seule activité bénévoles dans laquelle vous êtes active ou... est-ce que vous participez à d'autres activités de... vivag ?**

A62 : non moi je participe pas disons que j'ai- je fais assez d'choses j'm'intéresse à des tas de choses alors euh... mon mari ça... va beaucoup à vivag il anime les... ces rencontres du mercredi [mmh] etce- enfin il animait etcetera les conférences il se il se il s'en occupe euh... euh... d'organiser tout ça mais moi je fais pas [mmh] enfin chacun ses activités (rires)

**DM63 : et pis quand vous- vous organisez ensemble- vous recevez ensemble ?**

A63 : oui on reçoit ensemble

**DM64 : et pis comment est-ce que vous vous organisez ensemble pour euh... ?**



A64 : ben moi c'est comme de- quand on fait un dîner avec des copains il s'occupe d'la boisson pis moi j'm'occupe du reste (rires)

**DM65 : d'accord**

A65 : ou bien il accompagne ces dames [ouais] (rires) mais voilà.. c'est tout

**DM66 : vous avez vous avez chacun vos tâches euh ?**

A66 : voilà ! (rires)

**DM67 : (rires) hum... (8 sec) et puis en 10 ans est-ce que vous- enfin est-ce que vous vous voyez faire des tables d'hôte euh... ?**

A67 : ... ben je sais pas alors j'leur dis toujours moi le jour où j'pourrais plus ben j'arrêterai... hein j'ai quand même 83... j'avais avoir 88 donc euh... pour l'instant j'avais très bien mais enfin j'sais pas combien d'temps ça va durer encore hein (rires)

**DM68 : on croise les doigts !**

A68 : on croise les doigts (rires)

**DM69 : non mais c'que je veux dire c'est qu'en... en 10 ans vous vous laissez pas de ce-**

A69 : non pas du tout pas du tout [ouais]... absolument pas... non j'arrêterai le jour où je... où vraiment j'pourrais plus [mmh] mais pour l'instant ça va bien alors 'fin, ch'ai pas si- quand on va r'commencer si ça ira toujours (rires) on verra bien

**DM70 : c'est mais j'me disais assez épuisant à à 88 ans d'organiser un repas pour euh pour euh-**

A70 : ah moi ça me dérange pas du tout

**DM71 : non ?**

A71 : non non pas du tout

**DM72 : quelle force ! (rires) c'est impressionnant j'trouve**

A72 : (rires)

**DM73 : et puis euh par rapport à à l'humeur est-c'que vous avez l'impression que euh y'a des émotions positives ou négatives qui sont associées à ces tables ?**

A73 : ah c'est toujours très positif hein les gens sont extrêmement contents d'venir [mmh] ça leur fait plaisir de se r'trouver de... boire un verre ensemble de... euh... ils attendent la fois d'après avec euh impatience y ils partent en disant oh ben on s'réjouit pour la prochaine fois euh non c'est très positif [mmh ouais] c'est très positif

**DM74 : et puis est-c'que vous voyez p't'être des euh... euh... parce qu'une des questions qu'on s'pose [oui] c'est d'savoir comment- 'fin on sait qu'les gens quand ils commencent à v'nir à des tables ils trouvent ça super mais les fois on- on sait pas très bien pourquoi les gens ont d'la peine à faire le premier pas**

A74 : c'est pas évident hein... c'est pas évident mais y'en a quand même là y'en a une qui avait commencé à v'nir une dame qui avait perdu son mari et pis elle a pris le le le courage de prendre le téléphone et d'venir [mh] c'qui était pas mal pa'c'qu'c'est pas évident hein

**DM75 : ouais justement**

A75 : ouais ouais ouais ouais ouais

**DM76 : une des idées c'est d'se dire comment est-ce qu'on fait pour aider les gens à faire ce ce premier pas**

A76 : mais moi j'peux pas aller chez eux pa'c'que tout d'abord j'les connais pas ch'ai pas qui a envie [mmh] d'venir etcetera [oui] enfin mais euh... y'a des gens tout d'un coup qui décident euh de v'nir euh... pa'c'que tout d'un coup ils sont seuls ou comme ça [mmh]

**DM77 : mais y vous racontent un petit peu comment-**

A77 : oui on leur pose quand même un p'tit peu des questions [ouais] et pis disons qu'ça leur fait un p'tit peu du bien de discuter et et comme ça mais au bout d'dix ans évidemment ceux qui viennent depuis 10 ans on commence à connaître leur vie m'enfin j'vous dis on en a perdu en route hein

**DM78 : ah ça doit être difficile-**

A78 : pis euh on s'attache quand même [ouais] aux gens alors euh on avait une dame qui v'nait... qui avait 98 ans mais fallait aller la chercher euh... euh pis tout d'un coup s- s- sa santé s'est dégradée alors elle est allée au- dans la maison personnes âgées qu'est là une ou deux fois on est allés la chercher mais elle commençait à plus voir du tout alors c'était vraiment compliqué pis elle a dit d'elle-même

non non j'veux plus v'nir mais euh... autrement euh [mh] elle était agréable [mh] mais y'a vraiment-tout d'un coup ça s'est dégradé pis xxx inaudible j'crois qu'elle est pas morte j'suis pas r'tournée la voir je devrais mais (rires)

**DM79 : des fois on est pris dans la vie**

A79 : (rires) oui oui c'est ça

**DM80 : mais j'me demandais est-ce que les gens quand ils viennent la première fois ils ont- ils le savent de bouche à oreille de-**

A80 : ou bien sur l'journal vous savez comme on met sur l'journal toujours

**DM81 : ah ! ça j'savais pas**

A81 : les tables d'hôtes

**DM82 : d'accord**

A82 : ah vous savez pas ?

**DM83 : non non (rires)**

A83 : oui alors ProSenectute met toute la l- toutes les tables d'hôte dans un mémento de la... du journal le la côte le journal local [d'accord] alors ils les gens- elles lisent énormément ce...

**DM84 : ce journal ?**

A84 : là ces... ce mémento [d'accord] et alors ils voient que avec le numéro d'téléphone qui a- alors y'a des tables d'hôte dans toute la région [mmh] hein y'en a à Nyon y'en a dans des villages aux alentours y'en a pas mal hein alors y savent très bien... euh pis alors ils voient dans le mémento qui a une table d'hôtes y'a l'numéro d'téléphone [mmh] et puis hormis ça vivag fait un... un... un catalogue m'enfin un programme disons toutes les activités euh deux fois par année au printemps et puis euh... euh ou un en début d'année pis un autre à l'automne [mmh] comme ça pa'c'que comme y'a beaucoup d'activités du genre euh j'vous dis marche à pied vélo euh... euh peinture euh... euh... même cours de cui- y paraît qu'y a même des cours de cuisine j... enfin des trucs comme ça donc euh il faut rappeler aux gens- alors on met ça dans toutes les boîtes aux lettres [ouais] alors évidemment euh y'en a beaucoup qui r'gardent et pis les gens seuls y r'gardent pis y- disons les gens qui sont seuls pis qui ont envie d'faire des choses pa'c'que tout l'monde n'a pas envie d'faire que'qu'chose ça s- c'est ça hein l'problème

**DM85 : oui oui une des questions c'est un peu d'savoir- 'fin vous pensez qu'c'est plutôt les informations papier qui fonctionnent bien pour euh... s'organiser et s'dire ah tiens-**

A85 : moi j'pense quand même que c'est pas mal pis alors aussi y'a l'bouche à oreille pa'c'que euh... y'a quand même beaucoup d'gens qui s'connaissent alors y'a des copines qui s'disent oh moui tu devrais v'nir etcetera et euh j'pense qu'c'est un p'tit peu comme ça qu'ça marche mais c'est pour tout toutes les activités la même chose [mmh] hein

**DM86 : pis vous d'votre expérience c'est surtout... bouche à oreille et pis euh les informations papier ?**

A86 : oui oui oui oui

**DM87 : est-ce qu'y a des gens qui vont sur le site internet de ProSenectute ou pas tellement ?**

A87 : alors ça ça m'étonnerait [ouais] pa'c'qu'alors les gens (rires) qui vont sur le site internet à leur âge moi j'me débrouille mais me- tout l'monde se débrouille pas la même chose (rires)

**DM88 : ouais c'est une des limitations aussi (rires)**

A88 : (rires) oui c'est quand même limité mais j'dis pas que... ça n'arrive pas mais j'pense c'est plutôt par journal moi j'crois quand même que c'est par l'journal [ouais] oui...

**DM89 : d'accord et pis par rapport au fait que certaines personnes font pas le premier pas... à votre avis pourquoi est-ce que ça peut être difficile de de v'nir rejoindre une table d'hôtes ?**

A89 : ... ben d'abord y faut prendre le téléphone et pis dire bonjour est-c'que j'peux venir à vot' table d'hôtes [mh] euh c'est pas évident hein ! quand vous connaissez pas les gens

**DM90 : c'est surtout l'fait de pas connaître [oui] les gens ?**

A90 : moi j'cr- j'crois qu'c'est pas évident... alors euh mais j'sais qu'y'en a eu par exemple une dame qui vient d'puis 2-3 ans mais j'connaissais bien sa fille et pis un jour cette- sa fille m'a dit est-c'que tu crois que ma maman qui vient d'habiter G. qui connaît personne elle pourrait v'nir à ta table d'hôtes ? j'ai dit mais y'a pas d'problème m- voilà c'est comme ça pis y'a une fois un m'sieur qui m'a téléphoné pis qui m'a dit... est-c'que mon papa pourrait v'nir... il habitait pas du tout G. ce m'sieur euh mais son papa habitait G. et p- mais il est v'nu une fois pis il est pas r'venu [mmh] alors... peut-être que ça lui plaisait pas hein ! euh peut-être que... tout l'monde aime pas manger à... à douze ici euh c'est c'est possible hein

**DM91 : ou p'têtre que- vu qu'c'est son fils qui avait fait la démarche-**

A91 : oui c'est possible hein oui c'est possible

**DM92 : vous avez beaucoup de de membres 'fin d'enfant ou de p'tit-enfant qui appellent pour euh**

A92 : non... non non pas du tout pas du tout

**DM93 : c'est plutôt les personnes qui font elles-mêmes euh-**

A93 : oui elles doivent faire elles-mêmes la démarche c'est- j'vous dis cette dame qui vient sa fille m'a dit tu crois pas qu'elle pourrait v'nir j'ai dit y'a pas d problème c'est vraiment la seule [mmh] autrement y font tous le... pis vous savez c'est toutes des gens qui sont bien hein c'est pas des gens qui sont... qui sont malades ou comme ça euh non c'est des gens qui sont bien

**DM94 : mmh... qui sont en forme ?**

A94 : oui qui sont en forme [ouais] encore hein

**DM95 : pis vous vous pensez qu'les- qu'est-ce que vous pensez qu'les tables elles leur apportent ?**

A95 : ben elles leur apportent un peu d'compagnie [ouais] pis souvent un repas convenable dans l'mois j'dis pas qu'ils mangent mal mais j'entends euh... euh là on a une entrée on... on boit un verre on-

**DM96 : vous mettez les p'tits plats dans les grands ? (rires)**

A96 : oui c'est ça pis on boit un verre on... on discute et j'pense que c'est... que c'est pas mal ça [ouais] on-nous on a b'soin d'ça hein'pour ça qu'on invite des amis on aime bien avoir des amis pa'c'qu'on mange on boit un verre on discute on r'fait l'monde euh et j'crois qu'c'est important hein [mh] pour rester dans la vie

**DM97 : d'avoir des des rep- [oui oui oui] des bons repas d'temps en temps ?**

A97 : oui ! et pis des des... d'la compagnie qu'on mange ensemble c'est important

**DM98 : vous voyez d'autres choses p'têtre que peuvent leur apporter les les tables ?**

A98 : ben non euh... à part un r'pas euh d'la compagnie euh... euh... d'la gaieté (rires)

**DM99 : c'est d'jà beaucoup ! (rires)**

A99 : (rires) c'est d'jà beaucoup oui... oui oui tout à fait

**DM100 :c'est d'jà super d'avoir une prestation qui apporte tout ça... et pis vous vous m'avez dit que euh c'que les tables elles vous ont apporté c'était surtout euh de rencontrer-**

A100 : de rencontrer des gens que j'connaissais pas j'aurais jamais rencontré autrement [mmh ouais] alors ça y'a vraiment des gens- j'vous dis on s'attache aux gens quand euh quand on en perd euh... ça nous fait que'qu'chose et même si c'est des des des connaissances relativement euh... euh... euh... rapides disons [mmh] euh ça nous fait quelqu'chose quand même mmh

**DM101 :mmh oui j'pense que vous tissez quand même des liens [oui !] à travers cette activité [mmh]... et puis par rapport à des connaissances je sais pas si- avant j'vous parlais d'la cuisine mais est-c'que vous avez appris des choses grâce à ces tables ?**

A101 : non c'était surtout euh c'est des gens vous savez quand on essaye d'parler littérature c'est un peu limité hein (rires)

**DM102 : en général vous parlez d'quoi pendant les...**

A102 : ben de c'qui s'passe du village du du... des choses actuelles euh euh de c'qui s'passe l'actualité du moment [mmh] hein c'est pas- c'est quand même un p'tit peu euh limité hein

**DM103 : vous avez pas des grandes discussions sur-**

A103 : non philosophiques ? non pas du tout on avait- mon mari a essayé d'temps en temps d'lancer une euh un- une discussion un peu plus élevée mais ça rend pas tellement d'écho (rires)

**DM104 : ... p'têtre que c'est- ouais p'têtre que c'est pas c'que les gens viennent chercher-**

A104 : ouais ouais c'est ça

**DM105 : pis qu'y a d'autres activités [ouais c'est ça] qui sont plus propices à ça j'sais pas (rires)**

A105 : (rires) oui c'est ça... c'est pas tellement c'est pas tellement l'truc non... peut-être qu'à d'autres tables peut-être qu'y ont des des discussions un peu plus élevées mais enfin euh ici c'est quand même euh... euh... mais moi ça m'est égal ! pa'c'que si les gens sont contents euh qu'on discute la pluie et le beau temps et puis du... du voisin et puis de c'qui s'construit etcetera euh... euh moi ça m'est égal [mmh] si ça leur fait plaisir hein

**DM106 : (inaudible) mais c'est impressionnant quand même d'avoir euh enfin j'pense d'avoir un aussi**

**grand groupe j'crois qu'c'est la plus grande table que-**

A106 : oui oui en réalité j'ai pas l'droit d'avoir plus de neuf personnes... voilà pis en général euh souvent on est douze

**DM107 : mmh**

A107 : mais ça c'est mon problème (rires)

**DM108 : mais ça fait des des grands groupes à gérer aussi [oui] 'fin j'peux imaginer qu'y a un peu des p'tits groupes qui s'font-**

A108 non ! même pas même pas même pas ou bien y'a deux dames qui viennent ensemble qui veulent s'asseoir en même temps et pis qui disent à un m'sieur qui vient alors tu viens t'asseoir ici et pis (rires)

**DM109 : mais tout l'monde parle avec tout l'monde ?**

A109 : oui ! oui oui oui... main'hant ils s'connaissent bien hein...

**DM110 : ouais... c'est quand la dernière euh... la dernière recrue entre guillemets ? quand est-c'qu'elle est arrivée la personne la plus nouvelle ?**

A110 : ben on a eu une dame qu'est v'nue 'c'que c'était en début d'année dernière... elle a dû v'nir deux fois pa'c'que son mari était décédé pis elle était assez sympathique elle s'est assez bien intégrée au groupe mais évidemment euh... c'était vite euh

**DM111 : coupé court avec euh ?**

A111 : ça a coupé court hein

**DM112 : mmh... vous gardez un peu l'contact avec les... les autres personnes hors euh**

A112 : non... bon on s'dit bonjour quand on s'rencontre dans la migros ou... euh là j'ai une voisine j'ai essayé d'aller tel- j'ai essayé d'aller taper chez elle mais elle répond pas faut qu'je m' renseigne pour savoir où elle est on s'dit bonjour quand on s'voit [mmh] on... on discute du beau temps mais c-c'est ça mais en réalité c'est tout [ouais] hein ça va pas plus loin disons qu'ce sont pas devenus des des amis intimes [mmh] mais ce sont des bonnes connaissances vous voyez c'que j'veux dire ?

**DM113 : ouais pis c'est des bonnes connaissances que vous voyez régulièrement**

A113 : voilà ! c'est ça

**DM114 : ouais [mh] bon c'est sûr si ça fait 10 ans**

A114 : (rires)

**DM115 : et puis est-c'qu'y a des choses que vous vous changeriez dans dans ces tables d'hôte comme elles sont organisées actuellement ?**

A115 : ... non moi j'trouve que... personnellement comme j'l'organise j'sais pas comment organisent les autres

**DM116 : je sais pas non plus (rires)**

A116 : mais évidemment y'a des petites tables [mh] y'a une dame qui peut r'cevoir 2-3-4 personnes seul'ment mais ça tout l'monde le sait que... elle fait pas des grandes tables [mmh] euh...

**DM117 : vous est-c'que c'est que'qu'chose que vous imagineriez de faire des petites tables ?**

A117 : non justement justement je... j'discutais avec Madame xxx justement qui s'occupe de ça dans la région euh elle me disait oh mais vous savez on fait des p'tites tables mais j'lui ai dit oui mais ça m'embête vis-à-vis des autres [mmh] ouais pa'c'que moi les trois dames d'en face j'veux bien- j'les aime beaucoup j'veux bien les inviter mais enfin après celles d'en-bas elles diront mais enfin pourquoi pas nous etcetera vous voyez c'que j'veux dire ? ça... ça m'ennuie ça

**DM118 : oui**

A118 : mais j'verrai au printemps c'que j'peux faire (rires) j'réfléchirai (rires)

**DM119 : vous pourriez faire deux tables par mo- est-c'que vous avez déjà pensé à faire plus souvent [non non] les tables ou moins souvent ?**

A119 : non non c'est quand même beaucoup hein !

**DM120 : oui non j'vous crois !**

A120 : douze personnes euh... euh chaque mois pa'c'que j'ai pas qu'ça hein je r'çois quand même beaucoup ma famille on a pas mal d'amis [mmh] euh on sort pas mal euh ... on est plus tout jeune mon mari a 93 ans moi j'en ai 88 alors euh (rires)

**DM121 : oui non mais j'suis vraiment estomaquée déjà que vous puissiez organiser un repas aussi grand**

A121 : (rires)

**DM122 : ça vous prend combien de- est-c'que ça vous prend beaucoup d'temps d'préparation euh la journée même ? ou...**

A122 : ah oui ça m'prend quand même la veille aussi [mmh] oui oui non j'fais pas toute la même journée hein c'est quand même un- c'est toujours à midi [mh] donc euh... j'ai pas l'temps de... j'mets la table la veille euh [ouais] j'fais des trucs euh j'fais pas des des soufflés vous voyez c'que j'veux dire ? (rires) qu'on doit servir à la minute [mh] j'fais des plats qui euh... qui peuvent attendre j'f'rai- j'fais des terrines pour l'entrée euh euh pis un plat mijoté pour le... euh pour le plat principal [mmh] pis j'prépare des desserts j'prépare plusieurs desserts à l'avance et pis euh...

**DM123 : alors justement si si vous pouviez me faire un peu le euh... l'agenda-type d'une euh... d'une d'une table**

A123 : l'agenda-type ?

**DM124 : alors à peu près euh vous m'dites vous commencez la veille deux jours avant j'vais faire les courses-**

A124 : c'est toujours le deuxième jeudi du mois

**DM125 : d'accord**

A125 : alors disons j'commence mes courses le mardi... hein j'fais mon m'nu mon menu

**DM126 : donc deux jours avant vous faites le menu ?**

A126 : ouais... et puis je euh... j'fais mes courses et puis euh suivant c'que j'fais ben je- alors par exemple ici (ouvre un carnet) euh le- en octobre 2019 mais là j'ai tout marqué hein

**DM127 : ah vous notez toutes les...**

A127 : oui oui... oui oui c'est ça... en octobre 2019 j'tombe là-d'ssus on était treize j'avais fait une soupe à la courge donc euh j'peux préparer à l'avance (inspire) pis après j'avais fait un poulet basquaise c'est-à-dire avec les poivrons... pis d'la polente et pis j'avais fait des tartes aux pommes et d'la glace à la vanille... c'est pas mal !

**DM128 : c'est pas mal (rires)**

A128 : donc j'peux- alors les tartes j'les fais au dernier moment évidemment la polente j'la fais aussi au dernier moment mais l'poulet j'le prépare la veille

**DM129 : ouais**

A129 : ... voilà alors l'14 novembre j'avais fait une salade mêlée avec des magrets fumés donc ça ça pr- ça ne euh... demande pas d'cuisson j'ai fait risotto blanquette de veau pis j'avais fait une charlotte au chocolat ça y adorent (rires)

**DM130 : qu'est-c'que c'est une charlotte au chocolat ?**

A130 : ben c'est c'est que'qu'chose alors euh assez euh c'est fait avec des œufs du beurre enfin bref pis-

**DM131 : c'est généreux !**

A131 : on sert ça avec d'la crème à la vanille (rires) alors ça y adorent (rires)

**DM132 : c'est- est-c'que vous avez une euh recette ou un menu euh... type que [non] auquel les gens pensent quand ils pensent à vous ?**

A132 : (tourne des pages)... non pas spécialement là ici-

**DM133 : même pas la charlotte au chocolat ?**

A133 : là j'avais fait... ah ben ça y'avait un truc qu'ils aiment bien pis que j'leur fais d'temps en temps c'est un... baba au rhum où j'mets beaucoup d'rhum (rires)

**DM134 : (rires)**

A134 : alors la coiffeuse qui est juste là à côté elle me dit wouh quand vous faites le baba au rhum j'les vois sortir (rires)

**DM135 : c'est c'est plutôt des des gourmets les personnes qui-**

A135 : oui ! en général ils aiment bien manger là j'fais la blanque- y aiment bien la blanquette de veau hein... là j'ai j'vois qu'j'ai fait la la blanquette de veau aussi... là j'avais fait voyons voir 15 janvier soupe au potiron terrine de lapin foie gras... fromage tarte aux pommes... ah non c'était pas un... c'était pas une table d'hôtes (tourne une page) euh normal'ment en janvier j'leur fais toujours d'la choucroute ça y savent que là c'est la choucroute en en janvier... c'est traditionnel

**DM136 : vous la f- vous faites fermenter le chou... tout ?**

A136 : ah non non non j'achète [ah] quand même la choucroute n'exagérons pas

**DM137 : (rires) sinon c'est vrai qu'vous en avez pour une semaine**

A137 : oui oui non non non non... alors voilà voyez euh...

**DM138 : ah oui donc quand même euh... en tout cas deux jours avant**

A138 : ah oui

**DM139 : et pis les le le- c'est à quelle heure midi ? une heure que...**

A139 : oui vers midi et demie y arrivent enfin c'est en général on mange à midi et demie [d'accord] mais y'en a qui arrivent à midi moins 10 hein... (rires)

**DM140 : pis là c'est quand vous-**

A140 : là j'avais fait soupe j'avais fait un... croûte aux chantrelles... je r'garde les m'nus hein gratin d'aubergine avec d'la viande hachée d'la tarte aux pruneaux d'la glace vanille... (3 sec) pas mal hein

**DM141 : (rires) c'est pas mal ouais et vous et vous n'a- vous avez consigné tous les menus euh... la plupart des menus...**

A141 : en principe je je f... quand j'oublie pas j'écris les m'nus de mes... de mes- quand j'fais des dîners ou des déjeuners hein

**DM142 : mmh**

A142 : comme ça j'refais pas aux gens la même chose que j'ai fait ou bien quand j'ai des des... là j'avais fait euh... le 11 mai salade avec magrets filet d'bœuf sauce cèpes gratin d'côtes de blette tarte c'est pas mal ça ... (rires)

**DM143 : ça vous inspire pour c'printemps ?**

A143 : (rires)

**DM144 : pis alors en général y arrivent vers midi et demie**

A144 : oui

**DM145 : 'fin vous commen- y arrivent vers midi et demie ou vous commencez à manger ?**

A145 : non ! on commence à manger pa'c'que y commencent à arriver vers midi moins dix hein

**DM146 : d'accord ouais**

A146 : y'a des dames pa'c'que j'pense qu'elles sont seules et pis elles prennent de l'avance

**DM147 : mmh**

A147 : pis après on boit un verre euh on discute un peu pis quand tout l'monde est là ben on... commence à servir [ouais] oui oui mais y'a toujours quelqu'un qui nous aide par exemple euh mon mari qu'est préposé aux cafés il a toujours sa copine Antoinette qui vient l'aider à faire les cafés euh... (rires)

**DM148 : ah oui donc ils participent aussi ?**

A148 : oui un p'tit peu on les a- les plus jeunes elles m'débarrassent la table elles euh euh... c'est sympa on taille le bout d'gras à la cuisine

**DM149 : (rires)**

A149 : c'est toujours sympa

**DM150 : pis en général y partent vers quoi 14 heures ?**

A150 : oui comme ça deux heures deux heures et demie

**DM151 : ouais c'est la fin de d'la table ?**

A151 : oui ils commencent à... à avoir sommeil

**DM152 : d'accord**

A152 : (rires)

**DM153 : c'est... c'est l'heure d'la sieste ?**

A153 : oui y commencent oui oui tout d'un coup on voit- y'en a une qui tout d'un coup (rires) elle a la tête qui... tombe (téléphone sonne)

**DM154 : bon vous avez presque répondu à toutes mes questions**

A154 : oui j'espère que ça peut vous aider

**DM155 : vous m'avez dit par rapport à la suite bah avec le covid c'est difficile de s'projeter euh... mais vous pensez-**

A155 : on peut pas-

**DM156 : quand même garder la forme comme elle est actuellement**

A156 : oui oui

**DM157 : ouais**

A157 : mais je pense pas que les- y'aura d- des grands rassemblements pa'c'que j'ai l'impression qu'les gens commencent à avoir un peu peur

**DM158 : mmh même si-**

A158 : mais je sais pas je sais pas même avec le vaccin euh.. j- je sais pas du tout comment comment ça va aller

**DM159 : mh**

A159 : peut-être qu'au printemps on r'commenc'ra un p'tit peu mais j- j'vous dis en octobre j'en ai fait une mais o- on on et- on était pas beaucoup hein [mh]

**DM160 : et pis si vous pouvez en faire c'est que'qu'chose dont vous... vous réjouissez-**

A160 : ben oui ! moi ça me... ça m'manque disons [mh] d'voir ces dames (rires)

**DM161 : est-c'que vous souhaitez ajouter quelque chose ?**

A161 : non non non j'espère que c- j'vous ai été utile pour votre mémoire

**DM162 : mais oui ! (rires) merci beaucoup d'avoir pris l'temps merci beaucoup**

Mémo du 1<sup>er</sup> février 2021 :

- Premier entretien s'est plutôt bien passé, je ne suis pas encore très familière avec le canevas, relances parfois difficiles.
- Question de la proximité, difficile de garder une posture « neutre », à travailler

Mémo 7 avril 2021 :

- Les tables leur permettent de rester dans la vie » => insertion, tissu social
- La choucroute de janvier : « c'est traditionnel » la place du rite social ?
- Premier arrivé premier servi : suppose qu'elle a plus que les 12 personnes (genre un bassin de 20 personnes, habitués)
- Recevoir en temps de covid : qu'est-ce que ça dit sur la prestation? Quels changements ?
- 88 ans épuisant : pas du tout, perception d'elle-même pleine vitalité
- « Qu'est-ce que les tables vous ont appris? » : plusieurs niveaux, parfois compris comme compétence (cuisiner équilibré) vs connaissances (débat philosophique)

## Entretien B

Lausanne, le 02.02.21, : 60 minutes

**DM : interviewer**

BA : Madame

BB : Monsieur

**DM1 :** Euh donc voilà merci d'avoir accepté d'participer à cette recherche pour rappel donc elle se fait dans le cadre de mon mémoire euh à l'université d'Lausanne et comme j'vous l'disais j'm'intéresse aux activités communautaires notamment le bénévolat chez les seniors euh... j'aimerais donc un p'tit peu savoir ce que cette activité elle évoque pour vous... euh c-c'pourquoi j'aimerais j'vous propose de discuter des tables d'hôte euh et de votre implication aussi en tant que bénévole... euh y'a pas de chose juste ou fausse c'est... voilà l'idée c'est surtout d'pouvoir vous exprimer à ce sujet... euh ça dur'ra environ une heure et puis euh j'profite pour vous rappeler que tout c'que vous direz ne sortira pas du cadre de cet entretien... si cela vous convient j'vous propose de commencer la discussion alors pour commencer est-c'que vous pouvez me raconter c'qui vous a amené à organiser une table d'hôtes à ProSenectute ?

BB1 : voilà... hé oui ! et bien c'était en 19... euh en 2011 euh... moi je devais... je voulais prendre ma retraite... anticipée mais je ne savais pas exactement que faire.... Du bénévolat cartons du cœur ou comme ça et euh xxx est tombée sur un article d'une dame sur la côte qui faisait table d'hôtes... euh quand je suis rentré du travail elle m'a montré ce... cet article et on s'est dit tous les deux c'est pour nous ! et c'est parti comme ça (rires) alors on- vu qu'ça concernait ProSenectute et tout euh... vraiment c'était pour faire du bénévolat [mmh] pour euh aider disons accompagner les gens qui veulent être moins seuls pour manger et tout donc euh on a décidé de faire ça (inspire) et c'est en octobre 2011 qu'on a commencé nos tables... et la... la première fois que nous avons fait une table

BA1 : que la date était fixée

BB2 : la date était fixée [6 octobre] 8 octobre et...

BA2 : on avait personne !

BB3 : on avait personne

**DM2 :** personne ?

BA4 et BB4: non !

BB5 : pas une inscription [ProSenectute avait] on avait mis des flyers dans les pharmacies mais ça ça marche pas

BA5 : oui dans les commerces du quartier ProSenectute avait aussi fait d'la...

BB6 : un article

BA6 : oui avait aussi donné des flyers informé euh... dans dans des... dans des dans des EMS euh... voilà dans des paroisses [mmh] qu'on f'sait une table d'hôtes mais voilà...

BB7 : personne

BA7 : le 6 octobre [alors !] 2011 personne

BB8 : ben tant pis la... quinze jours plus tard on avait des gens de la maison qui s'étaient inscrites... alors tant pis on avait personne mais 24 heures nous a téléphoné-

BA8 : ProSenectute avait fait paraître dans le journal 24 heures [mmh] et la-le dans le journal la cité un article concernant l'ouverture de notre table d'hôtes

BB9 : et puis ça a intéressé 24 heures... mais j'ai dit mais on a personne ! ah mais ça fait rien... vous v'nez euh... nous vous euh... j'envoie un photographe et euh une journaliste [BA : mmh] qui viendront cet après-midi vous préparez une table comme si y'avait eu du monde (rires) alors on a préparé not' table et euh... y sont v'nus c'était le mer- le jeudi 8 octobre le samedi [BA : c'était le 6 la table] ça a paru dans le euh... dans 24 heures et le mercredi suivant c'était complet jusqu'à Noël-



- BA9 : avec des réservations en attente
- DM3 : pa'c'que votre système c'était- enfin combien d'personnes est-c'que vous accueillez par euh par table**
- BB10 : 8-
- BA10 : alors ça dépend oui mais au départ-
- BB11 : au départ on en prenait 6
- BA11 : 6 oui
- BB12 : oui on en prenait 6 et puis euh mais justement l'article a fait... vraiment son effet
- BA12 : j'ai une copie de l'article paru dans l'24 heures
- DM4 : (rires) c'est génial**
- BB13 : oui (tousse)
- DM5 : et alors en une semaine tout à coup c'est l'boum et vous-**
- BB14 : ça été le boum mais alors justement pas que de Lausanne un p'tit peu de partout !
- DM6 : d'accord**
- BA13 : parc'que la majorité des tables d'hôte c'est plutôt dans... dans l'quartier [mmh] c'est pour les personnes du quartier-
- BB15 : oui c'est c'qui est c'est... encore disons le plus frappant c'est dans les villages vous avez euh... vraiment toujours les mêmes personnes qui viennent manger tandis qu'chez nous avec ce... grâce à cet article on a du monde qui est v'nu de partout
- BA14 : partout y'a... xxx Bussigny y'a Renens euh... y'a le haut d'la ville y'a Pully 'fin bon les quat' points cardinaux
- BB16 : on en a voilà on en a même une qui vient d'la vallée d'Joux [oui] BousSENS-
- DM7 : d'la vallée de Joux ?**
- BA15 : oui on a une dame qui est v'nue depuis Vallorbe aussi euh c'est
- BB17 : une de... Aigle ou Chai plus où exactement elle est pas v'nue... souvent mais- et euh comme ça après du bouche à oreille c'est ça qui a marché et ah ! est-c'que j'peux r'venir avec quelqu'un et tout bon de Lausanne on en a quand même euh pas mal hein [mmh]
- BA16 : ah oui oui la majorité c'est... c'est de Lausanne
- BB18 : de... de Lausanne oui mais alors ça a fait que on on a tout l'temps eu du monde et tout mais ! nous c'qu'on veut pas c'est des groupes !
- DM8 : c'est-à-dire ?**
- BB19 : euh... on on n'veut pas que-
- BA17 : on n'veut pas on n'a pas envie !
- BB20 : on n'a pas envie d'a- d'avoir euh... disons [BA : toujours] 5-6 personnes qui s'connaissent pis deux qui sont en-dehors de ça [BA : voilà]
- DM9 : qui ont d'la peine à s'intégrer ?**
- BB21 : y'a y'a des fois [BA : oui] pas assez de...
- BA18 : oui on a eu une ou deux tables
- BB22 : où elles se trouvent peut-être un p'tit peu... mises de côté [mmh] alors euh
- BA19 : oui on a- y'a un groupe bon c'est toutes des dames qui font partie d'une société d'gym alors elles aimeraient v'nir un p'tit peu toutes ensemble mais elles risquent de mobiliser toute la table pa'c'que rapidement on a dû passer- on a passé à 8 personnes à la place de 6 [mmh] plus nous deux 10 quoi alors si elles sont... 6 du qui se connaissent c'est plus une vraie table d'hôtes... on a vraiment envie que les...

BB23 : les gens se fait- une table d'hôtes se fait pour que des gens communiquent entre eux [mmh] aussi pas qu'ils aient-

BA20 : avoir de nouvelles connaissances-

BB24 : faire de nouvelles connaissances [BA : oui oui] et tout pa'c'que donc euh notre principe les gens arrivent et tout ils passent... au salon on leur offre l'apéritif et puis là y font connaissance

BA21 : oui c'est un moment intéressant

BB25 : et puis y y se racontent leurs histoires [BA : leurs bobos] leurs bobos-

BA22 : voilà y'a des rires [BB : oui oui ]

BB26 : (rires) c'est assez drôle et tout moi j'y participe pas beaucoup parc'que pendant c'temps je... finis d'préparer l'entrée

**DM10 : d'accord**

BB27 : pa'c'que donc on a nos tâches bien déterminées tous les deux

**DM11 : ah oui ça ça m'intéresse-**

BA23 : oui ça c'est intéressant

BB28 : moi je fais l'entrée-

BA24 : non tu commences par les achats

BB29 : oui ! les achats (rires)

BA25 : décider du menu

BB30 : oh oui on décide du menu je fais les achats ensuite je m'occupe de euh... de l'entrée et du repas elle s'occupe de...

BA26 : la table bon les serviettes euh... voilà c'est xxx après qui met la table pa'c'que il est très millimétré (rires) pour la table alors euh c'est lui qui met la table mais disons c'est moi qui décide euh... voilà d'la table que j'vais faire (se lève) 'fin qu'on va faire et puis après moi je fais moi les desserts... et puis j'fais encore une euh petite mignardise avec euh l'apéritif

BB31 : avec le... [BA : euh pardon] avec le café

BA27 : avec le café et puis euh... j'm'occupe aussi de tout c'qui est administratif voilà

BB32 : et pis c'est aussi pas mal hein pa'c'que justement euh... au... au départ ça ça marchait vraiment très très bien enfin ça a toujours [BA : mmh oui] très bien marché mais euh... les personnes qui viennent maint'nant ont presque 10 ans d'plus donc y'a des- y peut y avoir des malades des rendez-vous chez l'méd'cin et tout donc y faut retrouver quelqu'un pour euh [BA : oui] remplacer et tout

BA28 : mais on a toujours des personnes en attente hein qui auraient aimé v'nir euh...

BB33 : oui

**DM12 : est-c'que vous gardez un peu- est-c'qu'y a des personnes qui viennent depuis 10 ans à votre table mais voilà pas tous les mois oui de temps en temps ?**

BA29 : oui

BB34 : oui

BA30 : on a [BB : on a] j'pense qu'yne a bien... on avait compté une fois y'a une année et demi peut-être

BB35 : oui

BA31 : on en avait encore une vingtaine hein

BB36 : une vingtaine qui v'nait depuis l'début

**DM13 : depuis l'début ?**

BB37 : oui oui

BA32 : alors c'qu'on fait c'est que y'a des cartes comme euh... donc euh c'est nous qui proposons les dates du moment qu'on a beaucoup d'monde parc'qu'on a des réservations généralement on est complètes pour les 3 mois suivants hein

**DM14 : c'est incroyable**

BA33 : ah oui !

**DM15 : mais comment est-c'que vous vous organisez pour ça ? est-c'que vous dites au début voilà au début du trimestre on ouvre euh... on ouvre les inscriptions ?**

BA34 : c'est-à-dire que à à à la fin de chaque table quand y partent ah moi j'ai fait aussi une petite carte-

BB38 : donc les les... dates des tables on doit les signaler à ProSenectute qui les met dans son [BA : dans la brochure] journal dans sa brochure et tout et puis après les gens euh... comme ça peuvent consulter et savoir quand [à l'avance] quand ça s'fait

BA35 : oui... mais c'est nous qui proposons les dates à nos hôtes [mmh] parc'que... voilà c'est toujours euh... c'est complet longtemps à l'avance

BB39 : oui

BA36 : mais euh... y'en a qu- on y va un p'tit peu par priorité quand même y'a des personnes qui ont vraiment besoin d'une table d'hôtes qui sont très seuls [mmh] alors on les privilégie un p'tit peu celles-là on les prend en on peut dire peut-être toutes les 6 semaines

BB40 : oui

BA37 : après y'a des personnes qu'ont un peu moins un peu moins besoin ce s'ra tous les deux mois trois mois y'en a qui viennent une fois par année deux fois trois fois quatre fois et plus quoi c'est surtout en fonction du besoin des personnes

**DM16 : d'accord**

BA38 : par exemple un couple qui vient y sont deux ils ont pas b'soin ils ont pas b'soin c'est pas une nécessité [mmh] pour eux de v'nir à à une table d'hôtes

BB41 : y viennent ici pour passer un bon moment

BA39 : un bon moment voilà

BB42 : mais c'est pas une nécessité [mmh] tandis qu'y'en a d'autres c'est c'est vraiment euh on a une dame qui est... qui a la sclérose en plaque et bien... elle a notre âge mais on la prend plus régulièrement parc'qu'elle est seule et tout y'a y'a quelques personnes on a not' plus... petite dame ici dans l'quartier qui a 95 ans et pis-

BA40 : elle a elle aura 96 euh... ces prochains jours hein

BB43 : ah ben... [BA : oui] voilà (rires) et bien et bien cette dame euh on on aime aussi bien la prendre au moins tous les deux mois

BA41 : oui... oui

BB44 : euh... comme ça ça lui fait une euh bonne journée de... un un bon moment à passer chez nous

**DM17 : et puis est-c'que vous avez des-**

BB45 : parc'qu-

**DM18 : nouvelles personnes qui viennent ?**

BA42 : ah oui tout l'temps

**DM19 : mais elles sont quand même sur la liste d'attente c'est ça ?**

BA43 : alors euh si on peut les prendre rapidement on va les prendre rapidement mais autrement des fois bon ben y faut y faut attendre [d'accord] voilà que...

BB46 : oui oui

BA44 : ou bien qu'une place se libère parce que on a quand même régulièrement une ou deux personnes presque euh la plupart du temps voilà j'suis malade j'ai... un imprévu euh qui peuvent pas venir [ouais] et ça libère une place à c'moment-là on contacte euh des personnes euh en liste d'attente quoi

**DM20 : Rah la la vous êtes [BB : oui] demandé (rires collectif)**

BB47 : oui oui non donc de toute façon bon y'a certaines... tout d'un coup aux environs des fêtes ou comme ça c'est un p'tit peu plus difficile si y'a des personnes qui se... désistent de... r'trouver quelqu'un [mmh] mais en général on a toujours euh... fait nos tables euh complètes et tout

BA45 : et c'qu'on fait aussi euh chaque année le 31 décembre on fait une table ... alors ça c'est quelque chose euh-

BB48 : même si c'est pas... prévu dans [BA : oui dans] les dates euh tous les j- jeudis tous les quinze jours le 31 décembre [BA : le 31 décembre]

**DM21 : que ce soit un lundi**

BB49 : mais maint'nant ça fait euh quand même-

BA46 : on a commencé pas la première- bon on on a commencé 31 décembre 2012 [BB : 12 oui alors] les personnes qui viennent euh elles s'inscrivent d'une année à l'autre hein

BB50 : elles s'inscrivent d'une année à l'autre (rires) [BA : non alors le 31 décembre] celles-là on les prend d'une année à l'autre

BA47 : alors c't'année bon ben on a r'gretté hein l'année passée euh...

BB51 : ben non

BA48 : ben pour eux pour- y r'grettaient nous aussi mais voilà on pouvait pas...

**DM22 : c'est...**

BA49 : on pouvait pas les...

**DM23 : les mesures particulières ouais**

BA50 : voilà [ouais] ouais on pourrait recevoir euh on pourrait être 5 personnes actuellement hein mais 5 avec nous donc ça nous fait prendre que 3 personnes et puis... euh non c'est... pour nous c- c'est pas assez y faudrait qu'on puisse prendre au moins 5 ou 6 personnes quoi c'qu'on a fait d'puis le mois d'juin

BB52 : pour euh le... juin juillet août-

BA51 : août on était- on f' juin juillet août on fait une fois par mois

**DM24 : d'accord**

BA52 : quand même pour avoir plus de temps de temps libre euh... voilà

BB53 : pour nous [BA : entre les tables] mais autrement-

BA53 : et puis après en octobre on avait pris 6 personnes à la place de 8... mais alors euh les gens déjà y'a 2 personnes qu'ont refusé de venir pendant... oui ben pendant ces restrictions [mmh] mais autrement les gens viennent hein

BB54 : oh ! pis y s'réjouissent de pouvoir revenir (rires)

**DM25 : d'une fois à l'autre y vont [BA : ah oui] y entrent en contact avec vous pour d'mander euh quand est-ce que ça aura lieu la prochaine fois des choses comme ça ?**

BA54 : oui on leur dit euh ben quand y sont à une table voilà pour la prochaine fois euh euh... je propose les dates quoi

**DM26 : mmh**

BB55 : oui

**DM27 : et pis aussi pendant cette période de covid vous avez pu euh faire comme ça ?**

BA55 : (inspire) oui alors il a fallu faire pas mal de téléphones hein faire beaucoup d'téléphones parce que euh à c'moment-là ben on a repris des personnes qu'étaient inscrites euh par exemple en juin [BB : on a r'pris] on a r'contacté des personnes qu'avaient pas pu venir depuis l'mois d'mars

**DM28 : ouais**

BB56 : voilà

BA56 : un p'tit peu dans l'ordre euh on a essayé-

BB57 : parc'que euh justement on on a tout un-

BA57 : c'est tout un... (ouvre un classeur avec des tableurs)

**DM29 : vous avez tout un système**

BA58 : oui alors voilà on a toute euh...

BB58 : oui ça c'est not' système de [BA : date] d'inscription on les on les inscrit et puis au moment euh... où elles viennent à notre table on les... y demandent quand c'est qu'y peuvent rev'nir [mmh] toc toc toc vous pouvez v'nir à telle date ça joue et voilà et c'est c'est tout l'temps un roulement comme ça [ouais] qui s'fait

**DM30 : pis du coup vous gardez aussi une trace pour savoir quand est-c-qu'une personne est v'nue pour la dernière fois... comme ça vous savez**

BB59 : c'est ça [BA : ah oui]

**DM31 : ah oui y'a tout qui est là-d'dans (montre le classeur)**

BA59 : oui oui on a tout [BB : tout est là-d'dans] oui et puis...

BB60 : et puis alors au point d'vue (rires) au point d'vue repas

BA60 (montre une page) voilà ici alors j'ai un tableau excel

**DM32 : tous les menus**

BB61 : tous les menus depuis 2011 jusqu'à mait'nant

BA61 : voilà alors euh [BB : alors on] xx ça c'est les serviettes chaque fois donc aussi le le [BB : et puis] les serviettes parc'que [BB : quand on] les gens aiment découvrir la table y passent la porte y aiment découvrir

BB62 : ah oui !

**DM33 : qu'est-ce qui aiment le plus les gens euh quand y viennent à votre table ? C'est la la décoration- vous pensez qu'c'est la mise en place c'est-**

BA62 : ben pour eux c'est un tout

BB63 : oui un tout

BA63 : pa'c-qu'en fait y'a l'accueil [BB : l'accueil] euh... la mise en place [BB : la mise en place] de la table y'a l'apéritif euh-

BB64 : et puis y aiment beaucoup le le partage avec d'autres personnes [BA : oui] qu'ils ont pas encore vu [BA : oui] ah mais on s'est jamais vus [BA : oui] ah mais vous j'veus ai déjà on s'est déjà rencontrés ici (rires) des des trucs comme ça c'est... c- ça fait euh... disons très sympathique et y'a peut-être une chose c'est qu'en-dehors de nos tables y'a peut-être pas beaucoup d'contacts entre eux-

BA64 : non mais de temps en temps

BB65 : de temps en temps y'en a-

BA65 : mais on a passé 50 personnes différentes hein

**DM34 : vous savez qu'ces personnes- 'fin vous vous dites que parmi ces 50 personnes elles ont quand même tissé certains liens ? grâce à vos tables ? ou [BA : quelques-unes] pas trop ?**

BA66 : quelques-unes oui

BB66 : oui

**DM35 : mais y'a quand même quelques personnes qui se sont rencontrées ici grâce à vous [BA : oui !] et pis qui-**

BB67 : oui oui

BA67 : quelques quelques téléphones euh quelques quelques contacts [BB : oui oui] mais pour certaines personnes c'est la dernière chose qu'ils arrêtent c'est la table d'hôtes

BB68 : on... on cette semaine on a-

BA68 : la s'maine passée (boit une gorgée de café) il est parti la s'maine passée

BB69 : la s'maine passée on a enterré un de nos hôtes... qui v'nait eux v'naient assez régulièrement-

BA69 : oh oui ! Y v'naient depuis fin 2012

BB70 : fin 2012 et pour lui... bon quand sa femme y'a proposé de v'nir ici [BA : c'était] il lui avait dit qu'est-ce que c'est encore pour un truc (BA : rires) hein et pis elle l'y a dit ben tu verras on essaye on y va... y sont v'nus mais alors après c'est lui qu'aurait voulu [BA : chaque fois !] pour ainsi dire tous les 15 jours

**DM36: c'est incroyable**

BA70 : oui c'était à la suite de cette brochure (sort une brochure) qu'avait été envoyée à tous les membres de ProSenectute... c'est une brochure qu'a été faite je crois en 2012

BB71 : oui

BA71 : et puis euh ça c'était bon ben toutes les personnes qui font table d'hôtes avec euh avec une recette pis nous on était...

BB72 : on était par là

BA72 : (rires) voilà ici on était ici

BB73 : (rires)

**DM37 : c'est incroyable**

BA73 : enfin bon j'en ai encore hein si vous voulez prendre cette brochure [ah j'veux bien !] vous pouvez prendre

BB74 : oui oui

BA74 : pas de p'problème quoi

BB75 : et pis euh justement grâce à ça euh... y sont v'nus les deux après c'était lui qui voulait v'nir le plus... disons le plus souvent possible et tout et...

BA75 : mais c'est un couple qu'avait besoin de ça [BB : oui] alors euh lui il était quand même euh...bon il est [BB : un peu] très fort euh-

BB76 : il est un peu handicapé [BA : ouais] et tout euh... mais alors c'est c'était un monsieur à la fin de chaque repas il faisait un petit discours pour nous r'mercier mais c'était beau (rires)

BA76 : oui chaque fois il n'a jamais [BB : chaque fois !] loupé une fois-

BB77 : il a jamais loupé une fois-

BA77 : oui quand il a plus pu v'nir il est venu jusqu'en janvier l'année passée-

BB78 : jusqu'en janvier l'année passée son épouse est v'nue en juin-

BA78 : oui elle est r'venue une fois lui il a pas pu mais il avait préparé un p'tit discours quand même hein que sa femme a que sa femme a lu

**DM38 : c'est tellement touchant**

BA79 : oui

BB79 : oui oui c'est c'était toujours touchant c'est-

BA80 : et puis euh des fois en partant il disait euh en finissant son discours bon à la prochaine euh si Dieu le

veut quoi il nous a dit ça bien des fois (rires)

BB80 : alors euh... ah oui il l'a dit souvent hein

BA81 : ouais... ouais... pis alors son épouse avait d'mourir euh puisqu'il est mort ça fait deux jours euh elle a dit euh... tu crois qu'les xxx seront à l'enterrement euh... ? tu continueras hein tu tu continueras d'aller chez les xxx (rire ému)

BB82 : (rire ému)

**DM39 : c'est... vous avez d'autres exemples comme ça de de lien qu'vous avez pu créer avec cer- avec eux certaines personnes ?**

BA82 : alors euh-

**DM40 : ou certaines personnes pour qui ça r'présentait plus euh ?**

BA83 : alors euh lui bon ben il l'exprimait [oui] à la fin de chaque repas [d'accord ouais]

**DM41 : c'était vraiment l'expression**

BB83 : voilà exactement

BA84 : mais autrement euh non ils sont tous très très reconnaissants alors hein c'est vraiment un très très-

BB84 : mais c'est incroyable-

BA85 : j'dirais qu'c'est thérapeutique pour les hôtes et pour nous

BB85 : oui... pa'c'que l- l'effet disons moi j- j'adore faire la cuisine donc de cuisiner pour moi c'est... (lève les bras)

**DM42 : (rires)**

BB86 : le summum ! (rires) alors j'adore faire ça mais de voir les gens apprécier not' repas mais c'est... c'est fantastique [BA : ah oui !] non mais ça fait un bien euh personnellement euh... c'est c'est incroyable le retour qu'on peut avoir des gens

BA86 : ah oui ! quand on a la famille à manger y'a pas c'retour... c'est complètement différent

BB87 : oui !

BA87 : là y'a vraiment-

BB88 : un avec un dans nos familles [BA : oui] y y viennent manger ici mais y'a jamais l'enthousiasme [BA : non] qu'y a dans les tables d'hôtes

**DM43 : vous pensez qu'c't'enthousiasme y y vient de quoi ? Du fait que ce soit un repas-**

BB89 : l'enthousiasme de...de dans la façon d'préparer les r'pas [mmh] dans euh tout ça c'est... c'est... naturel voilà pour eux c'est naturel tandi' que mh euh avec les tables d'hôte les gens f- ont vraiment l'impression euh enfin donnent l'impression de... d'avoir eu euh un super repas-

BA88 : mh je sais pas si vous voudriez voir des photos déjà ?

**DM44 : ah oui j'veux bien volontiers**

BA89 : ça c'est les dernières photos hein vous pouvez r'venir en arrière

**DM45 : Ouh alors ça c'est une salade... de maigret...**

BA90 : c'est depuis 2015 je crois qu'on a commencé...

BB90 : voilà des-

**DM46 : y'a toujours une décoration d'la table- est-c'que-**

BB91 : une décoration d'la table [est-c'que vous changez d'une fois à l'autre ?] mais toujours différent

BA91 : oui ça- il peut y avoir plusieurs fois où ce sera exactement la même table mais parce que ce sera des personnes différentes

**DM47 : d'accord**

BA92 : voilà... alors y'a des personnes qui viendront euh ben parce que euh qui remplacent quelqu'un euh voilà qui pourront r'trouver la même table mais autrement on r'garde toujours euh qu'ils n'aillent pas

eu le... si possible le même menu euh [BB : voilà] le même dessert [BB : parc'qu'au moment] la même table euh voilà on est méticuleux

**DM48 : c'est incroyable (rires)**

BB92 : au moment où on... on a nos personnes nos hôtes qui viennent je remonte tout ça je- on décide d'un repas et pis on remonte ouh mais celui-là il a déjà eu ce r'pas y'a 6 mois... non mais ça va pas bon allez, on change

BA93 : (rires)

BB93 : et on... on change de... de menu

**DM49 et le menu comment est-c'que vous vous mettez d'accord dessus ? Est-c'que vous décidez un mois à l'avance euh es-**

BA94 : on peut dire euh [BB : une s'maine] 10 jours avant

BB94 : une s'maine avant une s'maine 10 jours à l'avance

BA95 : oui

BB95 : mais c'est et justement déjà rien qu'de choisir parc'que y y faut celui-là il a eu l'entrée là et il a eu le r'pas là... euh tac tac tac tac donc y faut euh remonter le plus loin possible pour [BA : oui] pas qu'y aient eu le même menu [BA : menu] qu'y a deux... non si y'a [BA : ah oui non] 2 ou 3 ans là ils peuvent remanger la même chose (rires)

BA96 : oui oui

BB96 : mais autrement on fait toujours très attention de [BA : oui] varier le plus possible [BA : oui] et puis bien sûr-

BA97 : alors y aiment aussi des fois des r'pas terroir la choucroute la langue [BB : la langue] de bœuf

**DM50 : ouais**

BB97 : la langue de bœuf-

BA98 : ça leur rappelle des souv'nirs alors [BB : alors justement] vraiment ça ça ils adorent la blanquette de veau euh-

BB98 : not- not' fameux notre fameux monsieur qui est décédé et bien lui nous avait même demandé un...un pot-au-feu

BA99 : oui

BB99 : une fois... la langue le pot-au-feu le... tout ça y... il aimait bien [mmh] donc euh y... y d'mandait si on pouvait l'faire et tout mais- bah disons qu'c'est c'était bien aussi pour nous de de faire quelque chose que nos hôtes aiment [mmh] j'vais vous citer un exemple la langue [BA : oui (rires)] euh une dame qui vient depuis 2011 2012 [BA : ah oui elle est v'nue dans les premières ] et une des plus anciennes [BA : oui] elle est... v'nue et puis on avait fait d'la langue

BA100 : mais alors bon pour la langue on demande

BB100 : on demande quand même si... [quelques jours à l'avance ?] ils aiment oui oui on d'mande si ils aiment ou pas

BB101 : oui oui-

BA101 : parce que c'est quand même particulier la langue hein

BB102 : autrement le menu est toujours surprise

**DM51 : ah d'accord !**

BA102 : oui

BB103 : c'est c'est toujours surprise [BA : ouais] ils ont la carte de.... Menu au moment de partir

**DM52 : au moment d'partir ?**



BB104 : (rires) oui

**DM53 : vous leur laissez un p'tit souv'nir pour euh...**

BB105 : on leur laisse la carte du menu... euh quand on quand ils repartent avec euh toutes les coordonnées le code d'la maison les num- les numéros [mmh] téléphone email et tout derrière mais ils ont chaque fois euh... leur euh... leur menu et y'en a qui les garde euh perpet' hein

**DM54 : (rires)**

BB106 : et c'est cette dame euh... n'avait ne voulait pas manger la langue alors qu'est-c'que j'ai fait ? un filet d'poulet et tout euh... pour elle pis elle a mangé son filet d'poulet mais elle r'gardait les assiettes à côté et puis deuxième service est-c'que vous voulez encore du poulet ? non j'aimerais bien goûter la langue

**DM55 : (rires)**

BB107 : ... elle a adoré elle en a r'pris et puis maint'nant elle mange la langue chaque fois qu'elle vient

**DM56 : c'est une convertie**

BB108 : si si y'en a elle vient

**DM57 : (rires) c'est super**

BB109 : elle nous a dit quand j'racont'rai ça à mon fils qu'à 80 ans pour la première fois j'ai mangé d'la langue (rires) et bien il s'rait étonné parc'qu'elle n'en f'sait jamais parc'que c'était dans l'idée qu'c'était pas bon

**DM58 : mmh**

BB110 : hein et tout et on a des... des dames une dame euh d'Echallens avec une dame de Lausanne qui viennent si possible vous faites la langue hein quand on vient elles adorent la langue elles vont même la manger au restaurant mais elles disent au restaurant ce sont des p'tites tranches qui valent de rien du tout ici c'est des belles tranches comme on les mangeait quand on était enfant et tout d'a- ça ça leur rappelle des souv'nir hein [ouais] c'est mais c'est tellement beau de voir les gens heureux d'manger d'être autour d'une table tous ensemble finalement qu'ils ne s'connaissent pas mais qu'ils sont heureux d'être euh ensemble pa'c'qu'finalement vous allez au bistrot ben c'est pour manger avec des amis [mmh] et tout des connaissances mais ici c'est c'est vraiment le le contraire c'est c'est pour faire des connaissances

**DM59 : on a pas les amis avant mais on s'les fait quand euh quand on vient manger ?**

BB111 : oui

**DM60 : c'est ça ? (rires)**

BB112 : oui (rires) exactement

**DM61 : c'est génial**

BB113 : oui oui non mais-

**DM62 : j'me d'mandais par rapport euh pa'c'que vous avez l'air d'être quand même quelqu'un qui aime cuisiner euh est-ce que est-c'que l'organisation de ces tables d'hôte ça vous a aussi appris euh des choses en j'sais pas en matière de cuisine de-**

BB114 : oui !

**DM63 : parce que 10 ans de menu c'est quand même beaucoup 'fin y'a y'a quand même euh**

BB115 : oui oui euh... ben au au départ j'ai fait les les menus que j'aimais bien faire et tout mais y'a eu aussi des nouveautés euh il faut chercher [ouais] aussi un peu la nouveauté

**DM64 : comment vous avez euh fait venir de la nouveauté dans vos dans vos menus ? Des suggestions est-c'que c'était euh...**

BB116 : ouh... non

**DM65 : en discutant ?**

BB117 : c'est c'est plutôt avec internet

**DM66 : d'accord !**

BB118 : sur euh sur euh google ou comme ça que j'ai a- appris à faire des... des nouveaux trucs mais... comment faut dire ? Euh... je ne s- je ne cherche pas du spécial, c'est vraiment pour faire une bonne cuisine mais pas euh... mirobolante [mmh] d'un grand... d'un grand restaurant

B103 : non mais on fait une cuisine on fait plus que ce que ProSenectute demande quand même c'est quand même nettement plus-

BB119 : oui on on fait-

BA104 : bon on est 2 c'est déjà plus... [ouais] facile une personne qu'est seule assumer le tout euh... non recevoir le monde ici quand les gens arrivent moi j'suis là pour les recevoir quoi c'est...

BB120 : oui oui c'est quand même beaucoup plus-

BA105 : voilà pis bon j'ai fait à la fin [ah oui] ils ont le droit à leur carte menu avec nos références derrière vous pouvez garder ça

**DM67 : c'est génial**

BB121 : (rires) oui oui

BA106 : et voilà ils ont- justement les saisons-

BB122 : y'en a même... ceux qui sont habitués tout d'un coup e- elle oublie de donner la carte ou bien c'est parce qu'ils s'inscrivent pas parce que quand ils se réinscrivent on leur met la date [BA : derrière] de la réinscription derrière comme ça y savent exactement ils ont-

BA107 : pis les cartes ils gardent hein y'en a qui les ont toutes gardées hein

BB123 : oui oui oui oui... non euh ils aiment beaucoup c-ce système de... mh comme ça ça leur rappelle les m'nus parce qu'en général on n'se rappelle pas c'qu'on a mangé

BA108 : c'est pas évident hein

BB124 : c'est pas évident et euh en plus de ça ils ont-

BA109 : tenez (tend une carte)

**DM68 : ah merci !**

BB125 : de toute façon avec ça ils ont aussi le... la date à laquelle ils doivent rev'nir

**DM69 : ouais donc c'est utile**

BB126 : et comme ça on a pas d problème de... réservation et tout euh... bon certaines personnes le jour avant on les rappelle quand même-

BA110 : ah y'a certaines personnes il faut les rapp'ler oui

BB127 : mais...

BA111 : on avait une dame qu'est venue depuis le début aussi elle aimait beaucoup v'nir elle habite le quartier mais alors euh à la fin on a dû arrêter parce que euh... elle oubliait j'la rapp'lais le soir avant et après encore le matin

BB128 : le matin à 10 heures [BA : et elle] et à midi elle était pas là (le disent en même temps)

**DM70 : mmh**

BA112 : pis tout à coup à quatre heure elle y pensait toute euh toute [toute désolée ?] toute confuse mais bon alors là on- là ça joue plus

**DM71 : mh**

BA113 : c'est... ouais alors euh bon ben on sait aussi combien de tables on f- on a fait parce que je note aussi les les numéros d'la table

**DM72 : mh c'est incroyable !**

BA114 : (rires)

BB129 : (rires) oui oui

BA115 : et l'année passée au mois d'mars on a fait la 200<sup>ème</sup>

**DM73 : 200 tables ? c'est un record ça !**

BA116 : 200 tables oui c'était le 12 mars on a pu faire donc le 200-

BB130 : donc le 12 mars juste avant le 13le-

BA117 : le confinement

BB131 : on a pu faire notre 200ème table

BA118 : 200ème table

BB132 : mais c'est... un plaisir moi alors cuisiner pour les hôtes mais c'est un plaisir fou c'est incroyable.... Et pis ça donne du peps

**DM74 : ouais**

BA119 : c'est notre mini-entreprise aussi hein ça nous permet aussi de garder un-

BB133 : ah ben ça

BA120 : un pied dans la vie active hein

**DM75 : mmh ouais je pense que ça-**

BA121 : ça fait réfléchir aussi c'est stimulant

BB134 : et puis aussi les contacts aussi les les contacts avec les gens autrement bah vu l'confinement on... voit plus beaucoup d'monde hein (rires)

BA122 : ah ben on a réduit hein comme euh comme tout l'monde

BB135 : oui oui... mais alors euh le fait de... de pouvoir faire comme ça tous les 15 jours c'est...

BA123 : c'est un bon rythme !

BB136 : c'est un bon rythme on on a une semaine pour nous une s'maine- parce que finalement le mardi je fais les achats le mercredi souvent euh une demi-journée je je passe à préparer

BA124 : oui oui alors il lui faut du temps hein pour cuisiner (rires)

BB137 : oui !... non mais j'prends tout mon temps mais

**DM76 : bon j'peux imaginer que quand on cuisine pour 10 c'est pas la même chose que cuisiner pour 2 ou pour 4**

BA125 : non non c'est

**DM77 : en termes de quantité ça d'mande pas le même travail**

BB138 : mais c'est... et justement de pouvoir euh cuisiner comme ça pour 10 mais c'est un plaisir fou pis alors euh moi ça ça me m'êmeut toujours de voir les gens repartir tellement heureux de c'qu'ils ont mangé

**DM78 : mmh**

BA126 : oui pis alors bon y y regardent tout la table la disposition ouais c'est...

BB139 : et puis bon je n'suis pas comme dans un restaurant.... Dites donc vous avez fait comment ce cette entrée et tout ? de A à Z je leur explique

BA127 : oui oui (rires)

BB140 : tout mon tous mes r'pas

**DM79 : à tous les repas ?**

BA128 : non pas forcément ils demandent pas tous à tous les repas mais certains oui

BB141 : euh... les ... mes sauces comment je fais ma sauce et tout parce que han ! mais celle-là mais c'est fantastique alors je fais comme ci comme ça comme ça p'têtre que- il le r'fait et que c'est totalement différent

BA129 : absolument

BB142 : parce que euh on peut pas r'copier exactement mais je je ne fais aucune cachotterie... ah euh sur la...

**DM80 : vous expliquez tout ?**

BB143 : la confection d'mes r'pas

**DM81 : d'accord pis est-c'que vous avez l'impression que en organisant pendant 10 ans des tables d'hôte euh... au niveau d'la cuisine de nouveau est-c'que vous avez appris des choses sur euh la nutrition sur euh des choses comme ça ?**

BA130 : quand même !

BB144 : oui oui on a-

BA131 : disons qu'on était déjà beaucoup intéressé hein

BB145 : oui oui on... parce que justement ça fait plus d'40 ans qu'on est ensemble mais tous les week-ends

BA132 : oh tu peux dire bientôt 50

BB146 : ha oui bientôt 50 (rires)

BA133 : (rires)

BB147 : j'voulais pas l'dire (rires) et bien tous les samedis dimanches je cuisinais et puis euh... alors ça ça aurait été mon dada de faire d'la cuisine [BA : ouais] mais mes parents n'ont pas voulu donc euh tant pis (rire gêné)

**DM82 : donc euh c'est pour les tables d'hôtes maintenant ?**

BA134 : oui exactement

**DM83 : (rires)**

BB148 : alors euh comme ça j'me suis rattrapé depuis la r'traite-

BA135 : oui et la table d'hôtes c'est différent du restaurant par-c'que dans les restaurants des criniq- des critiques y'en a hein [mmh] y'a les gens qui sont satisfaits ceux qui sont rouspéteurs euh tandis que euh table d'hôtes-

BB149 : ici on on a on n'en a non non mais c'est même pas que les gens n'osent pas dire

BA136 : non mais ils ressortent toujours satisfaits d'la table

BB150 : oui oui

BA137 : oui oui

BB151 : oui oui tout à fait

**DM84 : vous avez déjà eu des expériences négatives de personnes qui ont... à qui ça a pas convenu ou... ?**

BA138 : alors bon y'a une personne euh... elle dira bon on fait des roëstis ah ben moi j'aime pas les roëstis mais elle mange tous ses roëstis je fais une pavlova donc c'est une grosse meringue garnie de crème de de fraise euh y'en a une par-là (montre la tablette)

**DM85 : (rires)**

BA139 : alors euh ah [BB : oui] moi moi j'aime pas la meringue quoi mais elle mange toute euh [d'accord] toute sa meringue donc euh

**DM86 : donc en général c'est limité**

BB152 : voilà c'est ça une pavlova (montre la tablette)

**DM87 : et puis est-c'que est-c'qu' vous euh... vous avez euh 'fin comment est-ce que vous décririez euh votre cuisine ? vous m'avez dit que c'était pas que'qu'chose de mirobolant comment est-c'que vous décririez ?**

BA140 : non mais j'crois qu'là t'es un p'tit peu modeste hein c'est une bonne cuisine hein ! non c'est quand même euh j'dirais qu'c'est quand même- pour une table d'hôtes quand même un p'tit peu gastro

**DM88 : d'accord ouais**

BB153 : oui ! pour une table d'hôtes c'est...on peut dire gastro oui oui (rires) quand même

**DM89 : on peut dire gastro**

BA141 : oui oui

BB154 : oui oui oui oui non pis euh je... les entrées j'aime aussi bien faire euh des des petits... comment dire...

BA142 : des feuilletés ?

BB155 : une euh mes p'tits feuilletés farcis avec du un fromage blanc et puis du magret d'canard

BA143 : du jambon

BB156 : une bonne salade et tout

**DM90 : que des bonnes choses !**

BB157 : non mais et puis bon y'a y'a toujours c'est c'est c'qui y'a euh-

BA144 : on tâche de suivre un p'tit peu les saisons aussi

**DM91 : d'accord**

BB158 : y y faut faire attention aussi à la présentation

BA145 : au printemps au printemps alors euh c'est la salade de dents d'ion

**DM92 : oui**

BA146 : y'a la période des asperges

BB159 : voilà par exemple

BA147 : pas seulement les asperges...

**DM93 : c'est vrai qu'c'est très printanier comme euh image**

BB160 : (montre la tablette)

**DM94 : wouah c'est beau...**

BB161 : et puis attendez qu'est-c'qui y'a d'autre euh....

**DM95 : et puis en décembre est-c'que vous faites quelque chose de particulier pour euh pour Noël ?**

BA148 : pour Noël alors ça s'ra...

**DM96 : bûche (en regardant la photo)**

BA149 : une bûche oui ben voilà

BB162 : (rires) la bûche

BA150 : j'l'ai faite qu'une fois la bûche

BB163 : et puis ça c'est la présentation [BA : et puis alors] de la table de Noël

BA151 : voilà le... oui alors là y'aura toujours bon les serviettes euh

BB164 : ça c'est...

BA152 : en conséquence quoi

BB165 : les...

BA153 : et puis bon par exemple en automne j'aime bien plier les services- les feuilles les... les serviettes en  
feuille d'érable j'sais pas si.. y'a où...

BB166 : oui là là c'est feuille de vigne et tout

BA154 : ouais c'est en automne...

BB167 : euh... les...

BA155 : mmh... bon c'est en automne hein forcément... (3 sec)

BB168 : euh... attends...

**DM97 : je je me demandais tout à l'heure vous m'disiez qu'y avait des gens qui v'naient euh beaucoup d'Lausanne mais aussi d'autres euh... d'autres euh communes vous savez si les personnes viennent plutôt en voiture est-c-qu'elles viennent en transports en commun ?**

BA156 : alors...

BB169 : en g... ouais-

BA157 : en voiture y'en a quelques-uns hein [BB : quelques-uns] c'est une minorité en voiture [BB : oui] vraiment une minorité

**DM98 : ouais**

BB170 : oui

**DM99 : mais est-c-que certaines personnes ont des problèmes à accé- est-ce que votre table est difficile d'accès ou c'est pas trop un problème ?**

BA158 : alors y'a quand même des escaliers hein (3 tousses) par contre on a une personne qui a... disons notre âge elle aura 72 ans euh qu'a la sclérose en plaques alors elle elle vient en... donc elle a des bons euh taxi [d'accord] voilà c'est... c'est le prix par exemple-

BB171 : elle vient jusque devant le garage-

BA159 : moi j'vais l'accueillir

BB172 : par les caves et avec l'ascenseur [BA : oui] sans d'voir faire [BA :elle pourrait pas] les escaliers

BA160 : les escaliers [ouais] elle pourrait pas

**DM100 : ouais**

BB173 : voilà mais et puis euh...

BA161 : on a eu une fois une personne en fauteuil roulant [BB : oui] c'est une dame elle était elle venait du Venezuela... alors elle venait avec euh une amie et puis bon c'est cette dame elle a... elle a fait un AVC y'a 4 ans en tout cas... à son amie elle lui parle toujours d'la table d'hôtes et pourtant elle est point d'vue tête elle est quand même bien perdue hein mais elle parle toujours d'la table d'hôtes et ça fait 2 ou 3 ans 3 ans elle tenait vraiment à v'nir le 31 décembre mais en fauteuil roulant alors sa fille l'avait accompagnée ça passait juste juste dans l'ascenseur là pour des fauteuils roulants par exemple c'est compliqué

**DM101 : mmh**

BB174 : oui... mais autrement disons si quelqu'un est handicapé ou a d'la peine à passer par les escaiers y'a toujours la possibilité de d'un [BA : oui] d'entrer par le garage [BA : garage mais on fait] tout c'est tout à plat dans les caves

BA162 : ouais

BB175 : et puis là ils peuvent prendre l'ascenseur jusqu'ici [mmh]

BA163 : mais par les par le par le garage moi j'vais les accueillir mais en fait y'a que Marilène pis y'avait euh... M'sieur xxx quoi c'est tout...

BB176 : et pis euh... les [BA : oui] le monsieur qui est décédé [BA : oui] et bien-

BA164 : mais autrement euh-

BB177 : non euh eux y v'naient y y v'naient quand même par dehors ils arrivaient par dehors et c'était pour repartir qui qui [BA : oui] qui repartaient par le garage

BA165 : oui tu les accompagnais

BB178 : oui j'les accompagnais

BA166 : et puis y'a une dame celle qui a la sclérose en plaque alors c'est xxx qui la... après la table qui la ramène

**DM102 : d'accord**

BA167 : chez elle

**DM103 : ouais**

BB179 : voilà

**DM104 : ah oui vous êtes vraiment dévoués pour que les gens puissent participer à à ces tables quoi**

BA168 : oui oui... oui

**DM105 : j'me demandais aussi hum... comment e- comment dans quel- dans quelles circonstances est-ce que les gens viennent pour la première fois à vot' table? Est-ce que... c'est plutôt l'bouche à oreille est-c'que c'est euh la brochure ProSenectute euh est-c'que ils ont une personne qui-**

BB180 : alors

**DM106 : leurs enfants ou leurs p'tits-enfants qui leur en parlent comment les gens euh viennent à votre table la première fois ?**

BB181 : c'est beaucoup du bouche-à-oreille

BA169 : alors au départ

**DM107 : au départ le fameux article dans le 24 heures**

BB182 : voilà [BA : oui oui]

BA170 : pis après du bouche à oreille-

BB183 : ça a été du bouche à oreille et puis ensuite y'a y'a de temps en temps si y'a... ils reçoivent la brochure de ProSenectute de temps en temps y'en a des nouvelles personnes qui viennent euh... grâce à la brochure [mmh]

BA171 : oui ou qui s'adressent à ProSenectute

BB184 : oui qui s'adressent à ProSenectute [mmh]

BA172 : mais y'a beaucoup- principalement le bouche à oreille j'dirais

BB185 : oui...oui oui [mh] nous avons dû r'fuser vraiment une personne sur euh toute la durée... c'était une dame qui voulait euh... manger non elle v'nait-

BA173 : ah non ! elle était... c'était au début elle était végétarienne donc elle ne mangeait pas de viande et puis euh-

BB186 : il aurait fallu le lui-

BA174 : lui faire un prix-

BB187 : un prix spécial pour elle

BA175 : pis après elle proposait de v'nir juste pour le café euh non [mh] on n'a pas été on n'a pas été...

**DM108 : c'est pas les conditions de...**

BB188 : non là on a dû la r'fuser

BA176 : une personne qu'arrive comme ça pendant l'café elle casse l'ambiance [mh] p'têtre aussi parc'qu'y a d'l'ambiance hein alors ça rigole c'est c'est gai hein (rires)

BB189 : ah oui oui oui

**DM109 : comment ça se passe en général ? Est-c'que y'a beaucoup de discussions est-c'que c'est-**

BA177 : oui [BB : oui oui ] beaucoup de discussion alors j'dirais que 8-10 avec nous c'est vraiment le maximum hein bon on a une table qui nous permet d'être 10 pas plus mais déjà euh ça fait vite deux groupes hein

**DM110 : ouais**

BA178 : si on en a 6 ben on est plus tous à la même discussion [BB : tous ensemble] alors après ça dépend aussi des hôtes euh y'en a qu'ont des histoires de vie euh bar- merveilleuses ! à raconter euh qui ont vécu des choses euh incroyables-

BB190 : voilà tout d'un coup y'a y'a une personne qui veut raconter sa vie disons c'qui... s'est passé dans sa vie

alors là tout l'monde écoute [BA : tout l'monde écoute quoi] autrement ça dé- ça fait quelques fois des p'tits groupes

**DM111 : des p'tites apartés ?**

BB191 : oui [BA : oui oui] voilà exactement

BA179 : et puis bon y'en a qui entendent mal aussi (rires)

**DM112 : donc ça parle fort ? (rires)**

BA180 : (rires)

BB192 : (rires) ah oui... oui oui

BA181 : oui y'en a qui ont une voix assez forte j'dois dire qu'on doit même faire attention quand on organise les tables suivantes une fois on avait 3 personnes avec des voix très fortes...

BB193 : oui

BA182 : mais alors on en avait la tête comme ça j'dois dire hein (met les mains autour de sa tête) (rires)

BB194 : oui oui

BA183 : mais c'est 3 personnes qu'on n'a plus envie de reprendre en même temps [mmh] parc'que c'est... c'est trop bruyant quoi [ouais] et j'me rappelle à la fin d'la table on m'avait dit ouh c'était bruyant aujourd'hui quoi

**DM113 : mh**

BB195 : voilà ! (montre la tablette) par exemple en automne c'est ce genre [ah ouais avec des] en forme d'érable

**DM114 : c'est joli ouais**

BA184 : j'aime bien aussi faire des pliages de serviette de deux couleurs

BB196 : avec une petite cassolette de champignons ! (rires)

**DM115 : de saison !**

BA185 : voilà !

BB197 : de saison... oui oui

**DM116 : et pis d- de quoi est-ce que les gens parlent souvent euh... c'est quoi les thèmes des discussions euh ?**

BA186 : ça touche un peu [BB : mais] d'tout

BB198 : un peu d'tout oui oui

BA187 : un peu d'tout euh c'qui s'passe

BB199 : euh... le... la... c'qui s'passe actuellement euh... et tout [BA : oui] les les gens-

BA188 : l'apéritif y'a pas mal de... ils parlent pas mal de leurs bobos parc'qu'ils des bobos forcément (rires) mais...

BB200 : oui

BA189 : autrement c'est... ça... ouais ça touche un peu tout p'tit peu tout [mmh] l'actualité c'qui s'passe mais alors c'qui est intéressant c'est que quand tout à coup quelqu'un raconte son histoire de vie

**DM117 : ouais**

BB201 : oui

**DM118 : et ça ça arrive souvent ou c'est plutôt euh ?**

BA190 : on peut pas dire souvent mais de temps en temps de temps en temps

**DM119 : ça arrive de temps à autres...**

BB202 : mais ils euh justement pour qu'elles racontent leur histoire il faut un certain temps quand même [BA : oui oui] que qu'on soit vraiment... plus euh...familiarisés.



**DM120 : ouais**

BA191 : oui-

BB203 : entre nous [BA : oui oui tout à fait] avec nous pour qui y racontent [mmh] leur euh leur vie

BA192 : oui alors le fait d'avoir beaucoup d'personnes différentes donc elles euh... e- bon y'en a qui disent ben voilà j'veus ai déjà vu mais comme c'est jamais les- comme c'est jamais exactement la même table une personne nouvelle arrive... elle est inclus

BB204 : oui voilà 2 : dans toute la dans toute la table] u- une personne qu'arrive seule ici-

BA193 : elle va pas se r'trouver mal à l'aise [BB : elle va pas s'trouver mal à l'aise] ni devoir être intégrée ou bien que les autres doivent euh... euh oui l'intégrer [oui] là ça s'fait euh ça s'fait automatiquement quoi ça c'est vraiment euh j'dois dire une richesse de notre table c'est d'avoir beaucoup d'personnes différentes [mmh] et y'a pas d'problème de d'intégration

**DM121 : c'est c'est génial**

BB205 : pa'c'que justement euh on y'en a qui viennent ici qui sont allés dans des tables ... de la campagne et tout mais y n'se sentaient pas à l'aise pa'c'que c'était un groupe qui v'nait depuis x années-

BA194 : oui toujours les mêmes personnes !-

BB206 : toujours les mêmes personnes à la même table [mmh] pis eux ils étaient vraiment le [BA : oui il faut du temps] en-dehors de...

BA195 : m'enfin bon ça c'est pas notre problème quoi (rires)

**DM122 : j'me demandais justement par rapport au fait de d'aller à une table euh est-c'que vous voyez un p'tit peu des limitations des difficultés pour les gens de voilà de prendre le téléphone de pis de de venir à votre table ?**

BA196 : pour les hommes oui

BB207 : les hommes... Roooh !

BA197 : on a très très peu d'hommes

**DM123 : c'est vrai ? comment ça se fait ?**

BA198 : ah oui

BB208 : euh ! mais même pas 10 pourcent hein !

BA199 : alors bon y'a beaucoup beaucoup plus de femmes seules

**DM124 : ouais**

BA200 : qui sont veuves

BB209 : oui et qui veulent beaucoup plus sortir !

BA201 : oui et les femmes ont beaucoup plus de copines [BB : mais] que les hommes j'pense [ouais] y'a des hommes le... l'épouse vient mais l'homme euh non non

BB210 : non il veut pas v'nir

BA202 : il a pas envie d'venir... les hommes ont d'la peine

BB211 : oui

**DM125 : et vous pensez qu'ça vient d'où cette euh cette peine ? Co-comment ça s'fait qu'ils viennent pas ils aient plus de peine ?**

BA203 : moi j'pense que dans toute euh... que ce soit dans des cours euh des formations la femme est beaucoup plus présente que l'homme quand même [mmh]

BB212 : mais euh juste un exemple nous avec euh ProSenectute aussi on fait partie d'un groupe de country... à Bussigny et bien sur 20 y'a 3 hommes [BA : 3 hommes]

BA204 : et des- des fois t'es le seul hein

BB213 : et pis on est 12-15 et pis j'suis l'seul homme

**DM126 : mais vous pensez qu'ça les intéresse pas ? pa'c'qu'ils ont pas l'habitude ? que...**

BB214 : mais j'crois pas... non...

BA205 : alors y'en a peut-être qui ont d'autres activités

**DM127 : aussi ouais**

BB215 : oui

BA206 : j'pense qu'y'en a quand même pas mal qui ont d'autres activités [mh] pis y'en a qui font peut-être pas grand-chose je sais pas ou bien qui vont au bistrot [mh] j'en sais rien

BB216 : voilà c'est c'est ptêtre un peu leur sortie c'est boire un verre avec les copains [BA : oui] plutôt que-

BA207 : bon y'en a aussi qui font euh du sport y'a y'a...

BB217 : oui oui

BA208 : j'pense qu'ils font pleins d'choses

BB218 : y'a aussi du sport mais-

BA209 : bon par exemple à ProSenectute où y'a plus d'hommes c'est par exemple pour les transports...

**DM128 : les transports ?**

BA210 : c'est transporter des personnes chez l'médecin [d'accord] l'physio [ouais] ou bien voilà

BB219 : ouais

**DM129 : plutôt dans c'domaine-là qui y'a des hommes ?**

BA211 : plutôt plutôt dans c'domaine-là euh l'informatique j'pense aussi euh plus d'hommes

BB220 : oui dans les béné- oui j'pense

BA212 : dans les rencontres euh de bénévole de ProSenectute y'a aussi qu'est-c'qu'on peut dire ? Les ¾ de femmes ? les 2/3 de femmes ?

BB221 : oui j'pense... oui oui

**DM130 : ah oui c'est une grande différence...**

BB222 : oui oui non les... les les hommes sont beaucoup moins attirés par euh... ce genre hein

BA213 : oui on en a quelques-uns qui sont v'hus d'eux-mêmes

BB223 : oui oui

BA214 : euh... par exemple euh...

BB224 : Bernard

BA215 : Bernard oh bon on l'a regretté celui-là parc'qu'il est parti s'installer euh définitivement y'a une année en Espagne-

BB225 : en Espagne (rires) alors euh...

BA216 : il peut r'venir une fois il est r'venu faire un p'tit séjour ça tombait euh sur une euh... la période où il était là on avait fait une table d'hôtes et puis bon heureusement pour lui y se plaît... tant mieux parc'que à 70 ans partir euh... vivre seul en Espagne mais bon il laissait pas d'famille [mmh] derrière lui ici donc...

BB226 : oui oui... mais-

**DM131 : est-c'que- est-c'que vous avez euh- sur 10 ans est-ce que vous avez lié est-ce que certaines personnes qui viennent avec qui vous avez lié des liens euh plus forts euh que de simples connaissances ?**

BA217 : alors quand même certains c'est quand même [BB : oui] des amis hein [BB : oui oui] disons qu'on n'a pas de contact sauf se rencontrer dans la rue mais bon on invite personne à côté d'la table d'hôtes [d'accord] pour eux euh non c'est la table d'hôtes on va pas les inviter autrement

BB227 : personnellement non non-

BA218 : moi j'ai eu quand même quelques contacts des visites à l'hôpital [mmh] avec euh... avec certaines hôtes-

BB228 : mais... je-

BA219 : on a quand même euh forcément plus euh... d'affinités avec certains hôtes

**DM132 : oui**

BB229 : oui oui-

BA220 : tout en étant... on les prend comme ils sont hein

**DM133 : oui**

BA221 : y'a pas de jugement voilà ça c'est une chose que je trouve super aussi y'a pas d'jugement... qu'ils soient de n'importe quelle nationalité euh religion n'importe euh c'est voilà

**DM134 : ils sont là pour se rencontrer pour-**

BA222 : exactement

BB230 : oui voilà exactement

BA223 : oui... oui...

BB231 : et puis euh... j'voulais dire quelque chose moi... mais ça fait rien ça va me r'venir... mais au au point d'vue euh contact justement avec les... les personnes non en-dehors-

BA224 : alors moi j'ai eu beaucoup de téléphones hein avec les hôtes euh depuis l'confinement [mmh] alors euh j'ai eu pas mal de téléphones

**DM135 : vous avez gardé un-**

BA225 : y'en a qui ont téléphoné aussi euh oui... oui

BB232 : oui oui et puis-

BA226 : une personne de 90 ans m'disait mais euh à la fin d'l'année passée c'est à 90 ans que j'ai découvert la solitude [mh] elle avait un p'tit chien avant bon elle a dû s'en séparer elle pouvait raconter tout c'qu'elle voulait à son p'tit chien quoi pis après bon c'est une dame qui a... beaucoup d'connaissances qu'a des amis mais avec le confinement y se voient très peu [mmh] y'a des téléphones c'est quand même pas la même chose...

**DM136 : ... c'est sûr ouais non ça a dû beaucoup affecter euh-**

BA227 : mais moi j'ai eu pas mal pas mal euh de téléphones

**DM137 : ouais**

BB233 : oui... mais disons c'est-

BA228 : pis alors aux anniversaires euh bon j'ai- on n'a pas toutes les dates quoi mais par exemple tous les euh les les 0 euh 70 75 80 voilà j'envoie une carte

**DM138 : mmh**

BA229 : et puis si j'ai les dates de naissance autrement j'leur f-

BB243 : et puis à tous ceux qui sont v'nus [ah oui vous êtes très impliquée] à tous ceux qui sont v'nus dans l'année elle envoi une carte de vœux

BA230 : une carte de vœux voilà euh... bon celle-ci c'était... (fouille dans l'étagère) voilà... ah ben ça c'était euh... non c'est pas celle-ci...

**DM139 : oui oui elle fait des... elle envoi des vœux [mmh] à tous ceux qui sont v'nus dans l'année ça leur rappelle peut-être ah ! j'étais pas inscrite donc je pourrais r'venir (rires)**

**DM140 : ah oui c'est vraiment tout- c'est vraiment comme vous décriviez avant une petite usine- une petite euh entreprise en fait [BA : ah oui !] de... de garder le lien de-**

BB235 : voilà il faut essayer c'est-

**DM141 : y'a beaucoup d'organisation**

BB236 : voilà oui c'est beaucoup pour garder-

BA231 : voilà c'était celui-là notre fils aîné fait des photos donc euh voilà j'ai toujours [oui] des photos euh que j'peux trouver et puis ça c'était le texte que euh... que j'avais fait mais ils répondent euh presque tous hein y'en a que quelques-uns qui n'ont pas répondu...

**DM142 : ah oui c'est- vous avez quand même un lien très étroit avec vos... [BA : oui] avec vos hôtes c'est pas 'fin-**

BA232 : oui

BB237 : oui oui non alors euh

**DM143 : y vous appellent pas seulement au début du mois pour vous dire qu'ils aimeraient participer c'est vraiment euh...**

BA233 : non non- [un échange]

BB238 : non non

BA234 : oui oui

BB239 : et puis disons euh

BA235 : alors c'est vraiment des beaux moments d'échange

BB240 : on on sait... on le sait y'en a certains dans ces tables d'hôte qui font des repas mais c'est pour faire un peu d'bénefices [mmh] tandis qu'nous alors on est pas du tout d'ce genre-là [non nous c'est vraiment pour les rencontres] nous sommes 10... 10 fois 15 150 et je mets 150 francs pour le repas [mmh] et puis comme ça euh mais qu'on s'en sorte [mmh]

BA236 : oui exactement

BB241 : euh... qu'on ait pas à mettre-

BA237 : bon dans les 15 francs l'alcool n'est pas compris quoi donc [BB : oui] euh on met quand même du vin à table un p'tit apéritif pis [BB : oui oui] presque-

BB242 : disons l'apéritif on l'a toujours offert [mmh]

BA238 : oui ils donnent presque tous euh 20 francs quoi

BB243 : oui oui mais non alors euh c'est...

BA239 : depuis l'début

BB244 : euh vraiment tous ceux qui sont habitués chez nous 15 francs ça-

BA240 : (rires)

BB245 : (rires) c- c'est plus pour eux (rires) y y alors justement-

BA241 : mais on prend l'alcool en compte

BB246 : les... c'qui... mettent en plus je le mets moi sur- pour aller acheter du du vin pour euh

**DM144 : vous réinvestissez dans les [BA : voilà] les tables ouais**

BA242 : oui

BB247 : pour euh... réinvestir dans dans l'achat de vin pour l'apéro et tout euh... et puis comme ça on fait (fait signe d'aplanir)

**DM145 : à plat ?**

BB248 : à plat (rires)

**DM146 : alors j'ai bientôt terminé j'ai encore q- hum... une une p'tite question je sais pas mais heu...  
qu'est-ce que vous pensez que les tables vous ont le plus apporté ?**

BB249 : du bonheur

BA243 : oui... d'la reconnaissance euh c'est gratifiant euh... y'a encore un autre adjectif qui m'vient pas à l'esprit pour le moment...

BB250 : ah pour moi c'est... non et puis disons pour moi avoir une activité [BA : oui] en étant à la r'traite

BA244 : pa'c'qu'en fait il faut une activité il faut avoir des objectifs à la r'traite [mmh]

BB251 : oui parc'qu'autrement euh...flûte mais

BA245 : non non mais servir à quelque chose hein

**DM147 : ouais**

BB252 : oui... oui

BA246 : là on est oui on se sent utile

**DM148 : être utile ouais**

BA247 : oui

BB253 : oui on se sent utile [BA : ah oui] ça c'est juste pa'c'que finalement on on rend quand même service à des gens qui la majorité sont seules quand même [mmh] bon... chez ces dames ce sont toutes... chez les hommes on peut un peu moins l'dire mais chez c- toutes ces dames qui viennent et bien elles ont quand même une activité elles aiment sortir [mmh]-

BA248 : oui les personnes qui viennent ont une vie sociale quand même si elles prennent le téléphone qu'elles prennent l'initiative surtout seules de v'nir... c'est qu'elles ont une vie euh...

**DM149 : elles ont le goût de sortir**

BA249 : oui une vie sociale [BB : sociale oui] oui

BB254 : et c'est... justement c'est ça qui fait aussi plaisir c'est que on on leur fournit la possibilité d'avoir encore un... cercle euh social plus élargi

**DM150 : d'accord ouais oui vous contribuez en fait à ce qu'elles puissent euh continuer à voir des gens et maint'nir [BB : oui] cette vie sociale**

BA250 : oui

BB255 : voilà oui exactement oui-

BA251 : alors y'en a qui nous disent euh certaines de ces dames après l'entrée oh mais à la maison j'aurais assez rien qu'avec l'entrée mais elles mangent tout hein (rires)

BB256 : ah oui

**DM151 : oui j'pense que c'est comme un moment de de fête [BA : oui !] d'avoir une table bien préparée-**

BA252 : ah oui !

BB257 : de toute façon vous mangez quand même beaucoup plus si vous êtes euh autour d'une table à plusieurs que tout seul [mmh] automatiquement

BA253 : j'sais pas si c'est automatique mais... euh oui en général

BB258 : Oh ! oh oui alors...

BA254 : non xxx seul il mange pas (rires)

BB259 : moi j'mangerais jamais tout seul

**DM152 : c'est c'est lié pour vous le fait d'avoir euh l'appétit et puis d'être en compagnie ?**

BB260 : oui ça ça [BA : oui] fait... ah ça fait du bien d'être en compagnie hein

BA255 : oui et xxx aime cuisiner pour les autres alors hein c'est... ouais... oui y'a d'la générosité

**DM153 : ouais**

BB261 : oui oui... ça y faut l'dire...

**DM154 : j'crois qu'on a-**

BB262 : et pis le nous on aime bien les accueillir

BA256 : oui c'est quelque chose qu'ils apprécient aussi beaucoup [mmh] l'accueil

BB263 : l'accueil c'est ça [BA : oui... oui] ça leur fait... aussi...

BA257 : oui y'en a qui disent c'est une famille ici

BB264 : oui oui mais justement moi je rappelle au départ on on a 2 dames qui venaient elles sont décédées à une semaine de différence mais ça nous a fait plus que si c'était la famille... mais euh finalement- et le monsieur qui est décédé la semaine passée... ben moi ça ça m'touche plus que quelqu'un dans dans ma famille c'est c'est incroyable

BA258 : on s'rait étonné parfois !

BB265 : y y font partie vraiment intégrante de de notre cercle familial [BA : oui oui de nos proches euh] ça ça fait un cercle-

BA259 : moi j'étais surprise euh comme j'étais émue de voir partir ce ce monsieur en fait qui est assez euh... assez rustre assez rustre hein un peu bourru

BB266 : oui oui

BA260 : mais avec beaucoup euh-

BB267 : de chaleur-

BA261 : de chaleur euh d'humanité [mh] en même temps quoi c'est... il était attachant quoi

BB268 : oui oui

BA262 : malgré son aspect un peu... [BB : bourru !] brusque quoi

BB269 : (rires) mais ça fait rien il était...

BA263 : on l'aimait bien

BB270 : oh oui il était vraiment sympathique hein mais voilà moi ça me le le départ d'une personne et ben ça m'fait tout autant que dans quelqu'un d'la famille [mh] c'est... assez dingue

**DM155 : oui non c'est... c'est super fort...**

BB271 : oui oui... non mais vraiment pour moi c'est l'idéal

**DM156 : (rires)**

BB272 : (rires)

**DM157 : j'vais vous citer j'pense (rires)**

BB273 : (rires)

**DM158 : non mais c'est génial quoi...**

BA264 : donc en fait euh... on les adore nos hôtes !

BB274 : ben on les adore oui oui oui oui oui non mais c'est vrai ah mais il fait beau les- chaque fois qu'ils viennent mais moi j'adore les accueillir hein [mh] ça y faut r'connaître hein qu'c'est qu'cest vraiment un... sans- on parle de tout et de rien bon ils savent un peu tout d'notre vie hein parc'qu'on leur raconte aussi notre vie à nous [mmh] et tout donc euh mais on on s'sent vraiment très proche d'eux [mh] c'est vraiment euh...

**DM159 : c'est génial d'avoir une activité comme ça de pouvoir rester actif d'avoir du lien social et pis de [BB : oui !] partager avec des gens**

BA265 : ça c'est vraiment important hein de... voilà ça vous pouvez prendre aussi (tend la photocopie de l'article et une brochure ProSenectute)

**DM160 : merci beaucoup ! J'suis navrée j'dois bientôt euh partir pour aller à mon 2ème entretien**

BA266 : oui

BB275 : (rires) oui oui

**DM161 : mais en tout cas c'est très riche tout ce que vous m'avez rconté est-ce que y'a quelque chose que vous aimeriez rajouter ? quelque chose qu'on n'a pas euh mentionné**

BB276 : mais j'crois qu'on vous a tout dit ! (rires)

BA267 : peut-être quand vous aurez passé la porte on se dira qu'on a oublié ceci (rires)

BB277 : ben on vous enverra un p'tit mail... on a oublié ! (rires)

BA268 : non mais j'crois qu'on a fait l'tour...

**DM162 : Super, ben merci beaucoup !**

Mémo 7 avril 2021

- Les cartes menus comme aide-mémoire ? Ressemble au système de carte dentiste/médecin, idem la carte de vœu à la fin de l'année
- Ne les considère pas comme des amis mais le décès de certains convives les touche plus que la famille : autre cercle de familiarité ?

Mémo 8 avril 2021

- Les gens aiment découvrir la table : côté parc d'attraction, qu'est-ce qu'on va trouver ?
- Commentaire entretiens général : bonhomie, y'a de la joie, beaucoup de rires
- Entretiens très positifs, on est dans la compétence et les bons côtés
- Checker théorie des groupes ! Et aussi, regarder avec des sociétés plus « communautaristes » ou solidaires (genre US et Japon), voir les mécanismes qui ressemblent et se distancient dans ces situations
- Cours psychosocio culturelle : pour qu'un aliment soit bon à manger il doit être bon à penser

## Entretien C

Lausanne - 39 min 40 sec

**DM : intervieweur**

C : interviewé

**DM1 : Alors comme j'vous disais merci d'avoir parti- merci d'avoir accepté de participer à cette recherche donc comme j'vous ai dit c'est dans le cadre de mon master en psychologie à l'unil et j'm'intéresse aux activités communautaires .... Euh y'a pas de bonne ou de mauvaise réponse hein l'idée c'est vraiment de vous exprimer [mh] librement à c'sujet... euh et puis tout c'que vous direz n'sort pas du cadre de cet entretien et puis tout sera anonymisé... si ces conditions vous conviennent j'vous propose de commencer la discussion euh... donc pour commencer euh est-c'que vous pouvez me raconter c'qui vous a amené à organiser une table avec ProSenectute ? une table d'hôtes avec ProSenectute**

C1 : alors euh je cherchais du bénévolat... j'ai été sur les divers sites de bénévole j'ai essayé de... lister c'qui pourrait me correspondre et puis comme j'aime bien cuisiner j'me suis dit qu'ça pourrait être une activité qui était euh... qui était sympa .... Euh.... Voilà j'crois qu'c'est ça essentiellement

**DM2 : oui c'était c'était y'a combien d'temps à peu près ?**

C2 : alors y'a 5 ans

**DM3 : y'a 5 ans ouais**

C3 : euh ouais ça f- ça f'ra 6 ans cette année donc j'ai commencé j'crois en 2015 apparemment

**DM4 : mmh pis comment c'était la première table d'hôtes ?**

C4 : alors c'était pas très simple c'est... j'étais... surprise de la difficulté de faire d'la pub... 'fin d'la difficulté on fait d'la pub euh ProSenectut' fait d'la pub mais les gens ont d'la peine à v'nir les premières personnes qui sont v'nues... elles en ont entendu parler par des tiers apparemment et puis elles sont v'nues à 2... donc j'avais 2 personnes [mmh] pis ces d- ces personnes sont jamais r'venues par contre

**DM5 : d'accord**

C5 : pis après y'a d'autres personnes qui sont v'nues mais effectivement j'me suis rendue compte c'était très difficile de faire venir les gens tout seul même si c'était moi qui les invitais mais... y fallait v'nir avec quelqu'un [mh] une fois qu'y étaient v'nus avec quelqu'un au départ c'était bien

**DM6 : c'est quelqu'un qui participait aussi aux tables ou c'était-**

C6 : voilà

**DM7 : ou quelqu'un qui les amenait ou j'sais pas euh quelqu'un d'la famille ou des amis ?**

C7 : pff en général c'était quelqu'un qui participait aussi aux tables

**DM8 : ouais**

C8 : en tout cas pour la première fois après les gens v'naient tout seul mais fallait qu'y aient vu une fois euh avec quelqu'un d'autre

**DM9 : d'accord ouais**

C9 : moi j'ai trouvé qu'au début c'était assez difficile pis après tout d'un coup ça s'est... ça s'est ouvert plus facilement et pis après on a déménagé à E. donc j- là on était dans les hauts d'Lausanne et pis à E. en fait y'a... les quartiers solidaires de Prosenectut' et ils ont fait d'la pub aux quartiers solidaires avant qu'on arrive...

**DM10 : donc ils ont d'abord fait d'la pub pour les quartiers solidaires [non] et pis après pour-**

C10 : dans le cadre des quartiers solidaires-

**DM11 : ah ! ils vous ont annoncée**

C11 : ils nous ont annoncé parc'qu'ils savaient qu'on déménageait 'fin [d'accord] ils savaient qu'on existait pis on a dit mais on déménage donc en fait ils nous ont proposé de mettre un article dans l'journal d'E. on est arrivés l'premier août pis l'article il est paru l'premier septembre

**DM12 : mmh**

C12 : et pis quand on est allés s'présenter aux quartiers solidaires ooh c'est vous les gens d'la table d'hôtes !  
(rires)

**DM13 : c'est génial**



C13 : donc du coup au fait on a fait 2 les tables 2 fois par mois plutôt qu'une parce qu'on avait trop d'gens parce que tous les gens qu'on avait dans les hauts d'Lausanne nous ont suivi

**DM14 : c'est génial donc vous avez des gens de Lausanne-**

C14 : et d'E.

**DM15 : plus des nouvelles personnes ici**

C15 : voilà exactement

**DM16 : pis d'habitude 'fin 'fin c'est un peu toujours les mêmes personnes ou vous avez des nouvelles personnes qui viennent à vos tables ?**

C16 : ben alors euh... quand j'étais hum... à Lausanne c'était toujours les mêmes et puis ben ici y'en a eu d'autres donc après on a un peu mixé les gens

**DM17: mmh**

C17 : et puis après bon y'en a encore eu d'autres y'a c'est pas toujours les mêmes mais alors les gens normalement en temps normal s'inscrivent d'une fois à l'autre et puis main'nant c'est un temps anormal donc on a droit à c- 3 convives plus nous c'qui fait 5... donc on... c'est moi qui trie les gens disons [mmh] entre guillemets ça veut dire qu'j'leur téléphone euh... la s'maine passée je dis j'fais une table mardi est-c'que vous voulez v'nir ? pis si si y'en a 2 qui m'disent oui ben... voilà

**DM18 : ouais**

C18 : pis là ceux qui sont v'nus aujourd'hui j'leur ai dit ben la prochaine fois ça s'ra sûrement euh dans 5 ou 6 s'maines [mmh] pa'c'qu'comme j'ai plus ou moins euh 8 16 ouais 18 entre 18 et 20 personnes [à chaque fois ?] qui viennent potentiellement non

**DM19 : ah d'accord !**

C19 : j'ai 3 groupes de on a droit à être 10 au maximum donc comme on fait hôte avec mon mari on a droit à 8 participants

**DM20 : mmh**

C20 : mais 2 fois 8 plus euh d'autres ça fait pas pas loin de... 20 personnes

**DM21 : mmh**

C21 : donc à coup de 3 personnes ça fait beaucoup de mardis

**DM22 : et pis ça- vous faites quoi une fois par m- 2 fois par mois ?**

C22 : 2 fois par mois [ouais] oui mmh mmh

**DM23 : et puis euh au niveau d'organisation comment ça s'passe pour vous ? 'fin si vous deviez euh m'expliquer un peu le le... la journée type euh de co- comment vous préparez vos tables d'hôte ?**

C23 : alors la journée type ben elle commence le jour d'avant déjà plus ou moins avec la réflexion du m'nu [mmh] préparation la... l'idée du m'nu [ouais] puisqu'en fait on nous d'mande de faire une entrée un plat un dessert et une déco

**DM24 : ok**

C24 : donc j'v- j'fais ça avant pis en théorie j'fais les courses le jour d'avant et puis le ben l'matin on cuisine on met la table on fait la déco on prépare on... voilà ! et pis euh... ah j'voulais dire que'qu'chose de précis mince... ah oui ! comme en fait on essaye de faire les m'nus que les gens s'font pas tout seul c'est-à-dire hum... j'sais pas aujourd'hui on a fait un rôti ça peut être un ragoût ça peut être euh... ah on a proposé aux gens d'la raclette et pis ils ont dit oui on leur a proposé d'la choucroute 'fin un peu un plat que les gens s'font pas quand ils sont tout seul parc'que la plupart des gens qui viennent sont seuls [mmh] y'en a 1 ou 2 en couple mais on fait pas tellement une choucroute pour 2 non plus donc euh quand c'est des plats un peu particulier on d'mande avant si ils ont envie d'manger ça [mmh] et pis on fait en fonction

**DM25 : comment- c'est quoi par exemple un plat particulier ?**

C25 : alors comme j'dis la choucroute [la choucroute ouais] j'vais pas forcément faire une choucroute sans d'mander aux gens pa'c'que il peut y avoir des questions d'digestion on peut avoir des gens qui aiment pas y peut... 'fin voilà

**DM26 : ouais**

C26 : qui supportent pas qui...

**DM27 : comment est-c'que vous décririez vos vos menus alors ? donc c'est pour ceux euh c'est des menus qu'on s'fait pas forcément euh pour 2**

C27 : voilà

**DM28 : euh j'sais pas est-c'que c'est des... d'la cuisine plutôt locale plutôt exotique plutôt...**

C28 : non j'dirais qu'à l'heure actuelle j'fais plutôt d'la cuisine locale [ouais] pour ces gens-là mmh mmh si j'fais d'exotique j'vais aussi d'mander j'vais dire est-ce que vous seriez hum... ouvert ou à manger un plat chinois ?

**DM29 : mmh**

C29 : pa'c'que j'sais qu'c'est quand même d'autres saveurs et pis ça j'fais volontiers mais aussi en ayant posé la question

**DM30 : d'accord et pis du coup est-c'qu'ça ça varie vraiment d'une fois à l'autre ?**

C30 : ça peut varier vraiment d'une fois à l'autre [ouais] oui mmh mmh

**DM31 : pis est-c'que vous avez appris euh est-c'que euh- qu'est-c'que ces tables d'hôtes en fait elles vous ont euh appris au cours de ces 5 dernières années ?**

C31 : Euh appris j'sais pas apporté 'fin j'trouve c'est c'est toute la convivialité avec ces gens-là et pis ces gens ont énormément d'plaisir à v'nir [oui] j'veux dire c'est... c'est une bouffée d'oxygène de toute façon et j'suis quand même étonnée c'est des gens qui viennent facilement mais qui sortent pas forcément autrement là j'ai un couple ben ça typiquement c'est leur fille qui les a amenés qui leur a offert le r'pas elle a pas mangé avec eux mais elle les a amenés [mmh] jusque là elle leur a offert le r'pas pour dire ben j'aimerais qu'vous fassiez que'qu'chose autre que chez vous

**DM32 : ouais**

C32 : et pis euh du coup y vie- y viennent à toutes les fois si j'les acceptais toutes les fois

**DM33 : oui donc en fait vous êtes un p'tit peu euh l'activité sociale de certaines personnes ?**

C33 : ouais mmh mmh ouais ouais ouais pis en fait les gens viennent très volontiers pis comme ils payent ils sont pas mmh... ils sont pas redevables [ouais] donc ça ça ça donne que'qu'chose assez sympathique c'est pas comme si j'les invitais... enfin dans leur tête ça finit par être une invitation mais enfin comme ils sortent leur porte-monnaie ils sont pas redevables euh... de devoir m'inviter quoi

**DM34 : mmh**

C34 : donc ça c'est... j'pense que pour les gens c'est que'qu'chose de... d'important

**DM35 : de sentir qu'ils ont voilà comme vous dites qu'ils sont pas redevables ?**

C35 : voilà mmh mmh

**DM36 : qu'ils sont... voilà un peu vos invités mais pas trop ?**

C36 : voilà exactement

**DM37 : ok**

C37 : mmh mmh

**DM38 : et pis comment ça s'passe d'habitude euh vos tables ? vers quelle heure à peu près les convives arrivent**

C38 : alors ils arrivent vers midi et pis en général à 14h00 y partent moi j'ai beaucoup d'chance j'ai des convives qui traînent pas pa'c'que j'ai- y'a d'autres d'autres personnes qui ont des convives qui partent jamais quoi... qui jusqu'à 16h00 sont encore là

**DM39 : ouais**

C39 : bon alors y'a des hôtes qui aiment bien y... font des jeux d'société avec eux et tout et pis d'autres euh ben moins [mmh] alors c'est vrai qu'moi 2 heures j'trouve qu'ça va j'ai donné [ouais] faut encore faire la vaisselle machin tout 'fin c'est (rires)

**DM40 : faut encore ranger y'a la veille**

C40 : exactement (rires)

**DM41 : oui c'est un sacré investissement en temps aussi j'pense**

C41 : aussi ouais mh pis bon euh dans l'bénévolat on dit qu'c'est 4 heures j'crois d'bénévolat donc euh c'est aussi ProSen- pour cette raison ProSenectut nous dit ben si vous avez des... des gens qui ne partent jamais vous avez aussi l'droit d'dire ben dans le cadre de ProSenectut c'est 14 heures mais enfin j'peux dire 14h30 comme 15h00 m'enfin j'peux me... me mettre entre guillemets derrière la... ch'ai pas c'que c'est ProSenectute l'association ? non j'en sais rien bref

**DM42 : la fondation euh ProSenectute ?**

C42 : derrière la fondation pour dire ben voilà y'a y'a des limites

**DM43 : ouais**

C43 : et ça c'est ça peut être une protection à certains moments disons moi j'en ai pas eu besoin mais je sais qu'd'autres gens en ont eu besoin

**DM44 : mh... ouais de pas vous dire- de pas forcément xxx direct mais de dire que c'est dans le cadre de ProSenectute [voilà] et pis y'a un certain nombre euh [voilà] de règles**

C44 : euh exactement

**DM45 : ouais**

C45 : ça ça peut aider disons dans... avec certaines personnes oui oui

**DM46 : et puis vous organisez ces tables avec votre mari c'est juste ?**

C46 : oui mmh il est à la r'traite [ouais] et puis on fait ensemble du coup

**DM47 : et pis comment est-ce que vous vous organisez pour euh les tâches un peu ?**

C47 : ben comme on... a d'la facilité à cuisiner ensemble on cuisine ensemble et pis y'en a un qui fait la viande l'autre les légumes ou inversement un qui fait l'entrée l'autre le dessert [ouais] ouais c'est tout à fait euh... c'est pas un problème pour nous

**DM48 : ouais et puis ç-ça change une fois à l'autre ? 'Fin est-c'que vous avez des tâches précises ou c'est vraiment euh ?**

C48 : non non non ça change en fonction du m'nu qu'on a fait pis [ouais] pis c'ui qui aime bien faire un truc ou l'autre...

**DM49 : ça varie comme ça ?**

C49 : voilà ouais ouais mmh

**DM50 : et en général pendant les tables de quoi est-ce que vos vos hôtes discutent ou de quoi est-ce que vous discutez avec vos vos hôtes ?**

C50 : ... j'pense de tout on a on a des hôtes qui parlent facilement [d'accord] ça m'est eût arrivé les premières tables que j'ai eues c'était un peu plus difficile j'étais toute seule ça veut dire qu'j'allais à la cuisine servir les assiettes en général j'sers sur assiette et pis tout d'un coup y'avait un grand silence alors en fait il fallait euh réanimer le... la discussion ou essayer de faire participer certaines personnes qui participaient moins parc'que d'autres prenaient d'la place

**DM51 : ouais**

C51 : mais autrement ... les discussions sont assez euh... tout d'un coup y'a quelqu'un qui parle d'un truc et pis voilà euh

**DM52 : parc'que vous êtes euh... 8 c'est ça ?**

C52 : ouais

**DM53 : entre 8 et 10**

C53 : ouais mh

**DM54 : est-c'qu'y a un peu des phénomènes où y'a des p'tits groupes qui discutent [alors] entre eux ?-**

C54 : quand on est 10 y'a 2 groupes

**DM55 : ouais**

C55 : y'a 2 groupes et techniquement pour des- j'pense aussi pour des questions d- de...

**DM56 : d'ouïe ?**

C56 : d'ouïe ouais 'fin mais même j'me dis si les gens étaient plus jeunes à 10 on discute pas à 10 ensemble autour d'une table hein

**DM57 : ouais**

C57 : donc euh alors c'est un p'tit peu l'avantage de maint'nant c'est que euh on discute très différemment avec les gens un peu plus person- 'fin personnellement entre guillemets mais un p'tit peu plus de pa'c'que tout l'monde peut s'exprimer à 5 y'a pas d- y'a pas de soucis

**DM58 : oui**

C58 : à 10 ben c'est sûr que... c'est des des des sujets plus généraux hein

**DM59 : ouais et je- avant vous disiez que voilà vous vous r'gardiez un p'tit p- c'est vous qui appelez les personnes pour voir si elles participaient euh c'est un- quels sont un peu vos critères**

**pour choisir euh pour appeler une personne et pas une autre ?**

C59 : là par exemple comme j'ai... j'pouvais prendre 3 personnes ben j'ai... dans la lis-dans l'truc y'a y'a 2 couples j'crois donc j'ai pris un couple et une personne seule [mmh] et pis une autre fois ça s'ra 3 personnes seules mais c'est vraiment euh... voilà après j'prends ma liste et pis je fais en fonction

**DM60 : ouais... ah oui non mais j'me demandais si vous aviez un ordre pis vous s'riez ah voilà ces personnes-là elles en ont p'têtre plus besoin ou des choses comme ça**

C60 : non... non j'ai décidé que oui ça existait mais enfin que... voilà

**DM61 : ouais**

C61 : à l'heure actuelle euh...

**DM62 : et les gens qui viennent à vos tables d'hôte souvent y viennent euh à pi- donc entre surtout les hauts d'Lausanne et pis E. [oui] c'est ça ?**

C62 : mmh mmh

**DM63 : donc surtout la- les gens d'la région**

C63 : mmh mmh

**DM64 : est-c'que vous avez des personnes qui viennent de d'autres communes ?**

C64 : y'a une dame qui vient d'Savigny ouais

**DM65 : ouais**

C65 : mmh mmh

**DM66 : et pis généralement est-c'qu'ils viennent en transports en commun en bus en... [les deux] voiture ?**

C66 : en transports en commun en voiture à pied euh ça dépend d'où ils viennent... mmh

**DM67 : pis est-c'qu'y se sont déjà plaint de l'accessibilité de vot' table [non] ou pas du tout ?**

C67 : non du tout... non

**DM68 : ça a jamais été un problème ?**

C68 : non

**DM69 : ouais**

C69 : mmh

**DM70 : je j'me d'mandais est-c'que comme vous êtes aussi pa- dans la brochure euh ProSenectute est-c'que voilà vous avez des nouvelles personnes qui veulent euh venir à vot' table et puis qui disent ah voilà j'ai un peu d'la peine à v'nir ou des choses comme ça ?**

C70 : ... a peine à v'nir euh ...? pratiquement ?

**DM71 : ouais voilà**

C71 : euh... non ça m'est pas arrivé mais ma foi si ça d'vait arriver moi- quand j'étais euh à Lausanne j'ai eût été chercher des personnes

**DM72 : ah oui !**

C72 : c'qui était un tout p'tit peu plus compliqué mais enfin j'allais chercher 3 personnes ouais... dans un circuit comme ça mais ça veut dire qu'j'partais à midi moins quart pour aller les chercher pendant qu'mon... repas finissait d'cuire tout seul (rires)

**DM73 : (rires) ah oui j'pense que ça d'vait être assez euh... assez euh...**

C73 : c'était un peu chaud oui (rires)-

**DM74 : l'aventure quoi**

C74 : pis en espérant qu'y'en a pas un qui arrive à l'avance pis qu'il soit derrière la porte

**DM75 : ah oui non c'est sûr qu'si vous êtes toute seule c'est com-**

C75 : c'était plus compliqué oui

**DM76 : ouais**

C76 : non là les gens viennent euh d'manière autonome

**DM77 : ah ouais donc ils ont... ils ont pas de problème euh à v'nir euh [non] pa'c'y'a des escaliers j'sais pas le fait que ce soit au 1er étage est-c'que-**

C77 : non parce qu'y'a un ascenseur

**DM78 : ah oui ! non je... donc ça va c'est très facile d'accès**

C78 : ouais ouais ouais ouais

**DM79 : aucun souci**

C79 : ouais

**DM80 : et pis hum... donc vous m'disiez la première venue souvent c'était quelqu'un qui les amenait [mmh] avec euh pis selon vous qu'est-ce qui euh... freine un peu les gens à participer à des tables d'hôtes ?... Euh... est-c'qui savent pas ?**

C80 : ouais c'est c'est l'inconnu j'crois c'est tout

**DM81 : mh... y savent pas qu'y a des tables d'hôtes ou c'est juste qu'y sont jamais allés à une table pis du coup y sont un peu mal à l'aise ?**

C81 : c'est c'est l'inconnu c'est aller à- dans l'inconnu chez quelqu'un ou comme ça alors effectivement dans l'cadre des quartiers solidaires d'E. comme nous on participe à d'autres activités les gens nous ont rencontrés

**DM82 : d'accord ouais**

C82 : à l'extérieur d'manière plus... plus proche plus que quand j'leur donne un... un... un ah un papillon un prospectus

**DM83 : oui**

C83 : donc y'a déjà une autre euh une autre approche

**DM84 : y'a un lien un peu plus euh...**

C84 : voilà exactement [ouais] mmh mmh

**DM85 : et j- et j'me demandais vous vous décririez comment le lien qu'vous avez avec euh avec vos hôtes ? est-c'y'en a certains qui sont d'venus des amis [non] proches-**

C85 : non non j'veux dire c'est un moment convivial mais euh... mais c'est tout quoi

**DM86 : ouais**

C86 : y'a pas de de contacts entre 2

**DM87 : ouais**

C87 : bon à part à Noël on a écrit une p'tite carte mais enfin euh... autrement pas et même les gens entre eux ont pas fait des liens

**DM88 : d'accord**

C88 : alors tout d'un coup y disent ah mais est-c'qu'y aura m'sieur machin quand j'viendrai euh (rires) alors que si y disent ça des fois j'm'arrange mais... voilà c'est j'me dis mais y faut qu'y'ait un tournus y faut qu'tout l'monde puisse venir donc euh... oui si c'est possible mais non si c'est pas possible

**DM89 : ouais laisser la place euh... [mmh] à tout l'monde quoi... et du coup vous m'disiez avant que ça vous apportait d'la convivialité [mmh] euh et a- ouais qu'est-ce que ça vous apporte les... qu'est-ce que cette activité bénévole elle vous a apporté ? ... (5 sec) enfin elle vous apporte parce que (rires)**

C89 : ouais... ben le fait de pouvoir euh amener un peu de... de vie et de... j'vais pas réutiliser convivialité donc de... d'relation... pour les hôtes avec n- pour les hôtes avec nous- moi j'sais plus qui sont les hôtes bref pour les gens qui viennent avec nous et pour nous avec eux

**DM90 : ouais**

C90 : pis c'est aussi j'dirais pas un intérêt intergénérationnel parce qu'on vieillit aussi mais enfin on a quand même des gens là j'avais 2 1 personne de 75 et 2 de 85 [mmh] donc ouais effectivement on- par rapport à eux on est encore jeunes (rires)

**DM91 : ah oui ça fait quand même des sacrées...des sacrées euh...**

C91 : ouais

**DM92 : différence [mélange] de...**

C92 : mmh mmh

**DM93 : différences d'expérience quoi**

C93 : ouais mmh

**DM94 : est-ce qu'y'a eu des euh... des choses qui vous plaisent un peu moins bien ou que vous verriez changer dans euh... ces tables ?**

C94 : non... non non globalement ça va très bien mais j'pense qu'effectivement ça dépend des... des personnes qui y viennent hein pa'c'que comme j'disais une fois j'ai eu j'ai eu 2 personnes qui s'sont pris le bec pour un truc complètement idiot j'sais pas y'en avait une qui avait dit qu'la décoration était jolie pis l'autre lui a dit que toute façon elle avait déjà dit ça et pis c'était une décoration normale et pis voilà pis moi j'suis sortie d'ma cuisine j'me suis dit mince qu'est-ce que j'fais avec ça.... Pis bon ben... j'ai lancé un... un sujet de discussion totalement autre comme si j'avais rien entendu pis ça a calmé les esprits [mmh] pis c'est r'parti très bien mais voilà euh ch'pense qu'y avait aucune méchanceté y'avait juste ptêtre quelqu'un qui était d'mauvaise humeur et pis euh... alors ça peut arriver de d'voir gérer des choses un p'tit peu euh surprenantes mais...

**DM95 : vous avez d'autres exemples ?**

C95 : ... non j'crois qu'j'en ai pas beaucoup d'autres autrement ça a pas trop mal été mais... c'est vrai qu'ça m'est eût arrivé de revoir- de devoir essayer de remettre une conversation sur l'tapis [ouais] pour euh pour redynamiser l'histoire... alors j'pense que géographiquement là- avant j'avais une cuisine fermée là on a une cuisine ouverte donc on est on est toujours en contact avec les gens [mmh] pour moi c'était une difficulté au départ mais euh c'est une difficulté technique pa'c'que j'suis pas très carrée dans ma cuisine alors euh j'aime pas (rires) mais bon on apprend (rires) donc là y'a ptêtre moins ce trou pis bon comme on est 2 main'nant y'en a toujours 1 qui est en train d'amener les assiettes ou... y'a y'a moins le moment où j'suis en retrait à la cuisine pour euh pour préparer

**DM96 : ouais... donc ouais vous avez un peu toujours un lien comme ça**

C96 : voilà exactement

**DM97 : qui qui est maintenu quoi**

C97 : mmh mmh

**DM98 : et et j'me demandais à force d'élaborer des menus pendant... 5 ans [mmh] est-ce que vous avez appris des chose euh j'sais pas sur la gastronomie sur la nutrition euh ?**

C98 : ... non j'crois pas mais j'crois pas pa'c'que voilà pa'c'que moi j'aime cuisiner j'ai toujours be- beaucoup aimé accueillir donc euh... donc voilà pis bon-

**DM99 : c'était c'est euh naturel chez vous ?**

C99 : c'est na- c'est assez naturel chez moi bon des fois j'me creuse un peu l'beugne mais bon j'essaye aussi d'me dire on fait des choses en fonction d'la saison alors des fois j'reprends des m'nus ben j'ai écrit tous mes m'nus à- pis j'me dis bon aujourd'hui j'sais pa ah ben tiens j'pourrais faire ça mais j'mélange ça et ça pa'c'qu'en fait on on on est plus à la même date [mmh] ou voilà mais j'pense pas que j'ai vraiment euh... bon j'ai ptêtre appris que les gens mangeaient peu mais bon ça j'crois qu'j'avais vite compris en fait on fait des p'tites assiettes [d'accord] pa'c'que ah les gens ils ont déjà pas l'habitude de manger une entrée un plat à un dessert hein... en général à la maison là c'est c'qu'on leur fait donc je- j'essaye d'leur faire des p'tites portions y'a toujours de quoi resservir mais euh j'trouve que- 'fin pour moi ça m'paraît difficile pour des gens qui mangent moins d'être devant une assiette euh... ouais opulente quoi

**DM100 : mmh**

C100 : pis j'ai pas mal entendu euh des gens autour de nous qui disaient moi j'vais plus au bistrot pa'c'qu'c'est trop conséquent pis j'aime pas laisser la moitié d'mon assiette donc euh j'dis on va faire autrement... puisqu'on a la possibilité d'les resservir mais c'est p't'être que ça...

**DM101 : j'me dis quand même élaborer autant d'menus pendant 5 ans- ouais 2 menus par mois pendant 5 ans... est-c'qu'ouais est-c'qu'à des moments vous êtes à court d'idée ou vous trouvez toujours euh ?**

C101 : non j'crois qu'ça va pis comme j'vous dis si j'suis à court d'idée j'vais r'puiser dans mes anciens (rires)

**DM102 : ouais...**

C102 : j'me dis si ils ont mangé ça y'a une année on s'en fiche (hausse les épaules)

**DM103 : (rires)**

C103 : c'est pas grave hein (rires)

**DM104 : ils ont eu le temps d'oublier entre temps**

C104 : voilà... pis comme ça m'est eût arrivé de juste avant le juste avant Noël on avait repris un p'tit moment... pis on a fait chaque semaine pour que les gens puissent juste venir avant Noël au moins [mmh] mais là j'ai- alors euh j'ai fait toutes les s- 4 semaines j'ai fait l'même menu j'me suis dit bah c'est pas les mêmes personnes...

**DM105 : par contre vous... (rires)**

C105 : ouais ben nous on a mangé 4 fois la même- mais bon une fois par semaine finalement [ouais] c'est pas...

**DM106 : c'est pas trop pénible ?**

C106 : c'est pas trop pénible j'veux dire euh dans les pays asiatiques ils mangent du riz matin midi et soir y vont très bien (rires)

**DM107 : ouais donc ouais... (rires) et qu'est-ce que vous pensez qui motive le plus les gens à participer à... à des tables d'hôte ?**

C107 : c'est les rencontres avec d'autres

**DM108 : d'autres qui z'ont- qui connaissent déjà ou des personnes [pas forcément] ?**

C108 : pas forcément pa'c'que euh...mmh... au départ y s'connaissaient pas [mh] à part ceux qui sont éventuellement v'nus à 2 mais y'en a pas énormément... donc euh ouais c'est c'est le fait d'aller chez quelqu'un d'être reçu je sais pas pourquoi y'a une différence par rapport au bistrot pa'c'que j'crois qu'au restaurant les gens vont tout seul... 'fin tout seul ou à 2 mais y vont pas rencontrer d'aut' gens [mmh] là y voient d'autres gens... et ça ça leur correspond bien

**DM109 : ça leur donne l'occasion voilà d'avoir des p- des nouvelles [voilà] personnes**

C109 : mmh mmh pa'c'que bon j'crois qu'les les tables au bistrot fonctionnent assez bien aussi... alors c'est des gens qui ont pas envie d'aller chez l'habitant [mh] mais c'est quand même des gens qui vont pour rencontrer d'autres c'qui est différent de de jour où on va manger au restaurant euh pa'c'qu'on n'a pas envie d'faire à manger [mmh] on rencontre pas forcément quelqu'un à sa table tandis que là on rencontre quelqu'un à sa table c'est différent

**DM110 : vous pensez qu'est surtout ça qu'les gens-**

C110 : moi j'pense mmh mmh

**DM111 : et du coup est-ce que c'est un but que euh les tables remplissent ?**

C111 : moi j'pense qu'est un but que les tables remplissent oui

**DM112 : ouais**

C112 : mmh mmh

**DM113 : pis y'aurait- vous voyez d'autres choses qui... ?**

C113 : j'pense que pour certaines personnes c'est l'occasion d'bien manger

**DM114 : ouais**

C114 : différemment que si elles se cuisinent ou si elles prennent un r'pas à domicile euh j'sais pas quoi j'pense que ça c'est aussi un élément euh... important

**DM115 : d'avoir euh comme vous dites entrée plat dessert [mmh mmh] avec un apéritif euh café (rires) ?**

C115 : mmh mmh

**DM116 : c'est le grand jeu quoi**

C116 : c'est l'grand jeu hein ! (rires)

**DM117 : ouais (rires) (téléphone vibre) non mais j'pense que ça doit être... ouais si ils sont isolés ça doit ça doit quand même être spécial de se sentir accueilli [voilà mmh mmh] pis de... et pis vous d'votre côté comment ça- ah vous voulez répondre (téléphone sonne) ?**

C117 : ah mais j'vais le...

**DM118 : pas d'soucis euh... donc oui vous m'disiez que voilà les gens venaient surtout euh pour voir euh d'autres personnes [ouais mmh] ça c'était c'était très utile euh vous comment est-c'que vous en termes d'humeur et pis d'émotion qu'est-ce que ça ça produit chez vous de d'organiser ces tables ?**

C118 : oh ça produit des choses positives ouais ouais ça va bien c'est vrai quand y partent j'suis assez contente alors (rires) enfin à la longue mais au bout de 2 heures de temps c'est bon quoi

**DM119 : ouais c'est quand même assez enfin j'sais pas si c'est long mais en termes de temps vous m'disiez c'est 4 heures de bénévolat ?**

C119 : euh c'est c-c- c'est ce qui est le bénévolat doit r'présenter 4 heures normalement c'est pour ça qu'en fait 'fin c'est ce qu'on m'a expliqué hein ProSenectut ProSenectut nous dédommage de 5 francs supplémentaires par convive [oui] les convives payent 15 francs pis ProSenectut nous donne 5 francs disant que c'est un peu plus que du bénévolat

**DM120 : mmh ouais**

C120 : dans c'sens-là pa'c'que ils sont conscients qu'on investit on investit plus de temps que le temps... normal

**DM121 : ouais... et pis vous e-est-ce que le fait de voilà d'faire du bénévolat ça vous permet d'vous sentir utile [tout à fait] est-c'que comment-**

C121 : tout à fait pa'c'que c'est vrai qu'moi j'ai moi j'ai pas b- pas une nécessité d'aller travailler et pis aujourd'hui j'trouve sympa d'pouvoir faire des choses comme ça qui sont... qui répondent pour les personnes qui viennent et qui pour moi sont... ouais on bénéficie aussi [mmh] d'pouvoir euh participer au bien-être de l'autre

**DM122 : ouais est-c'qu'y aurait d'autres euh d'autres choses que de vous sentir utile ? (8 sec)**

C122 : comme ça j'vois pas

**DM123 : mh euh le- 'fin quand vous dites vous disiez pardon au début qu'vous vouliez euh voilà faire du bénévolat [mmh] qu'est-ce qui vous motivait un p'tit peu à faire du bénévolat ? c'était euh peur de vous ennuyer envie d'faire quelque chose**

C123 : alors envie d'faire quelqu'chose envie d'aller à la rencontre des gens... d'une manière euh utile [mmh] pis qui corresponde à que'qu'chose qu'j'aime faire comme j'disais j'aime cuisiner moi j'ai pas très envie d'aller faire du mmh... ah de l'aide administrative par exemple [mh] c'est pas c'est pas forcément mon truc

**DM124 : oui donc pouvoir f- vous avez eu la chance de trouver une activité qui correspondait un p'tit peu [voilà] à toutes euh toutes vos envies**

C124 : exactement mmh

**DM125 : pis euh est-c'que c'est- pis qui est pas- est-c'que c'est prenant pas trop prenant 2 fois par euh...**

C125 : c'est prenant mais c'est un choix voilà effectivement j'pourrais l'faire que- le minimum c'est une fois par mois j'crois

**DM126 : mh**

C126 : donc j'pourrais faire une fois par moi là comme ça répond aux gens ben on a choisi de faire euh de faire 2 fois

**DM127 : oui**

C127 : c'est vrai qu'c'est prenant oui [ouais] mais euh j'le fais avec plaisir

**DM128 : et pis pour la suite comment est-ce que vous envisagez ces ces tables d'hôte ?... est-ce que vous vous voyez continuer [ah oui oui tout à fait] est-ce qu'y a des choses que vous changeriez ?**

C128 : non non non non c'est bon mmh

**DM129 : vous garderiez aussi des groupes entre 6 et 8 personnes ?**

C129 : tout à fait ouais ouais

**DM130 : vous avez jamais voulu faire des plus grandes tables ?**

C130 : ben non pa'c'qu'on peut pas (rires)

**DM131 : ouais... mais si vous pouviez ? est-ce que c'est que'qu'chose que-**

C131 : non pa'c'que comme on a vu là effectivement 10 j'pense que c'est un maximum après déjà au niveau bruit au niveau investissement euh... c'est une dynamique qui est quand même autre [mmh] 10 personnes que... c'est pour ça qu'effectivement les p'tits groupes c'est c'est entre guillemets ennuyeux pa'c'qu'y a moins d'personnes qui se rencontrent mais c'est vrai qu'c'est une autre dynamique... mais vu les gens qui qu'on a là bah on va pas faire des p'tits groupes éternellement quand on pourra faire autrement disons

**DM132 : mmh... eux aussi ont envie de euh enfin y s'sentent mieux en grand groupe ? (3 sec)**

C32 : non j'pense qu'y sentiraient mieux en p'tits groupes

**DM133 : mh**

C133 : 5 c'est p'têtre 3 3 convives c'est p'têtre un peu peu j'pense si y'avait 5 convives et nous 5 ouais ça s'rait pas mal

**DM134 : mmh**

C134 : 8 c'est p'têtre un peu beaucoup

**DM135 : pour certaines personnes ?**



C135 : pour certaines personnes ouais mmh mmh c'est c'est plus difficile dans la dynamique donc d'entrer en conversation ou etcetera quoi pis sîtôt qu'y'a une personne qui prend plus de place ben voilà les gens s'effacent

**DM136 : j'me j'me dis quand même ça ça doit d'mander une certaine sensibilité de de gérer voilà un groupe de personnes qui s'connaissent pas [mmh mmh ] pis comme vous dites certaines personnes parlent plus fort certaines personnes passent voilà prennent plus de place co- comment est-ce que vous faites un p'tit peu pour gérer les différentes euh personnalités**

C136 : ben... on fait c'qu'on peut sur l'moment hein... justement on- comme j'disais toutà l'heure ben en si tout d'un coup y'en a une qui prend beaucoup trop d'place ben on va essayer de d'orienter la discussion ailleurs pour que elle prenne pas cette place là

**DM137 : mmh**

C137 : qu'ça permette aux autres de s'exprimer et pis hum...

**DM138 : vous essayez d'faire en sorte que tout l'monde puisse un p'tit peu participer ?**

C138 : voilà mmh mmh mmh

**DM139 : ouais ça doit pas et- ça doit être un sacré challenge j'pense-**

C139 : ouais c'est quand même par moment c'est un sacré challenge ouais mmh mmh... y'a tout d'un coup on rencontre des p'tits gags à midi j'sais pas à midi un monsieur avait d'la peine à ouvrir sa crème à café alors sa femme était pas d'accord qu'il l'ouvre comme ça et tout d'un coup bah évidemment elle a... elle s'est ouverte un peu rapid'ment y'en avait partout elle l'a incendié moi j'ai dit bon... ah là on va r'mettre un... nettoyer la table et pis r'mettre un ti- un ti- d'autres sujets sur la table hein calmer les esprits (rires)

**DM140 : ouais j'pense ça doit être euh... en plus quand on a déj- un couple qui a déjà sa propre dynamique-**

C140 : exactement

**DM141 : d'avoir en plus d'autres personnes [ouais] ça doit être difficile de-**

C141 : alors ça s'rait pas passé avec des gens qui étaient pas en couple hein [oui] pis là euh on sentait y v'nait lui d'parler d'sa vue qui baissait donc on sentait bien qu'en fait y voyait pas l'ptit machin pour euh ouvrir sa crème et pis (tape sur la table) pis comme sa femme stressait abondamment (rires)... ben non c'était pas une situation catastrophique mais tout d'un coup y'a [mais c'est intéressant] un espèce de blanc quoi

**DM142 : ouais**

C142 : tout l'monde arrête de respirer (rires) ah y faut un peu fuuit ! (sifflement) (rires)

**DM143 : ah oui non ça... et pis ça est-ce que vous direz qu'entre le début entre la première fois où vous avez fait des tables en 2015 et pis maint'nant vous avez appris à gérer des choses comme ça [ouais moi j'pense] ou bien ?**

C143 : moi j'pense que j'ai appris à gérer certaines choses oui mmh mmh

**DM144 : comme justement gérer un peu les blancs des [voilà] choses comme ça ?**

C144 : ou les situations un peu critiques mais c'est- j'peux pas dire qu'on a beaucoup d'situations critiques mais voilà à midi c'était euh on a envie d'un peu rire

**DM145 : oui**

C145 : mais on peut pas rire ça va pas aller (rires)

**DM146 : (rires) là c'est pas l'bon moment ... donc vous m'avez dit qu'vous aimiez bien cuisiner**

C146 : mmh

**DM147 : euh est-c'que du coup euh... ces tables d'hôte c'est aussi une manière pour vous d'être euh... d'exprimer une forme de créativité**

C147 : tout à fait mmh tout à fait ouais... ouais pis j'aime bien faire d'la déco j'aime bien faire des jolis tables donc pour moi c'est aussi un élément oui comme j'disais tout à l'heure c'est un bénévolat qui me correspond [ouais] qui correspond à mes... à c'que j'aime faire mh...

**DM148 : et entre la cuisine la décoration qu'est-ce qui vous plaît- est-ce que vous arrivez à nommer une chose qui vous plaît le plus ou-**

C148 : non j'crois qu'j'aime bien les 2 c'est vraiment des choses qu'j'aime bien faire

**DM149 : ouais mmh... euh... j'crois qu'on a à peu près abordé toutes les questions...**

C149 : mais là aussi dans la déco y'a des choses que j'refais hein y'a des choses que j'garde et pis que je r'sors plus tard hein

**DM150 : mmh... bon j'pense qu'en 2 ans les gens ont pas forcément euh-**

C150 : non exactement ils ont oublié... déjà moi y faut j'aille r'garder euh sur ma liste c'que j'ai fait donc j'me dis bien qu'les gens ils ont...

**DM151 : ils ont oublié ? (rires)**

C151 : mmh mmh

**DM152 : oui j'me demandais donc vous vous êtes bénévole vous organisez des tables mais est-ce que vous-même vous participez à une table d'hôtes ?**

C152 : non... non... ça m'est jamais v'nu l'idée d'ailleurs [ouais] mais...

**DM153 : en fait pour vous cet- cette euh activité c'est surtout l'organiser c'est pas forcément d'aller**

C153 : voilà mmh mmh mmh

**DM154 : et puis euh vous faites aussi du bénévolat donc pour les quartiers solidaires ?**

C154 : mmh

**DM155 : 'c'que vous avez d'autres activités d'bénévolat euh... ?**

C155 : euh actuellement non j'ai fait du bénévolat tout un temps à l'épicerie de Caritas... j'ai fait du bénévolat à la maison d'quartier d'Chailly... euh voilà j'ai fait du bénévolat à un- de s'crétariat mais main'nant c'est voilà la seule chose que j'fais aujourd'hui

**DM156 : mmh ouais ok... c'est c'est intéressant quand même voilà d'voir des fois est-c'que euh ah tiens on s'dit que c'est cette activité bénévole ou est-c'que c'est l'bénévolat d'manière générale [mmh] c'est un peu... c'est un peu ça qui est intéressant dans les motivations de pourquoi les gens euh participent euh organisent ou participent à des à des tables d'hôte quoi**

C156 : mmh... non pis aujourd'hui j'veux dire on n'a pas- j'ai pas ce besoin de participer à une table d'hôtes

**DM157 : mmh...vous pensez qu'c'est plutot quelle population euh... qui a qui a besoin d'ces tables d'hôte ?**

C157 : alors j'pense c'est plus une population soli...taire hein [oui] non alors... c'est pas le critère hein y'a pas d'critère à part l'critère d'âge qui est de 55 ans [oui] j'crois mais euh c'est pas forcément solitaire c'est les gens qui ont envie [oui] j'pense que là les gens solitaires ont- font un autre pas

**DM158 : mh... oui j'me- l'idée c'était un peu d'savoir selon vous qui est-ce qui participe qui est-ce qui... à qui est-ce que ça s'adresse [mmh mmh] en fait cette euh cette euh prestation quoi**

C158 : mmh mmh

**DM159 : pour vous c'est plutôt les personnes qui sont qui sont s-**

C159 : moi j'pense ouais mmh mmh alors moi j'signe pas les personnes en fonction d'ça vu que j'les connais pas forcément à l'avance j'connais pas toujours avant [ouais] mais euh... ben j'vois effectivement y'a y'a 2 couples qui viennent ... y'en avait un troisième mais finalement lui il vient tout seul pa'c'sa femme profite de faire autre chose (rires) mais autrement c'est vrai qu'c'est des personnes solo

**DM160 : mh... est-c'qu'c'est plutôt des hommes des femmes ? ou c-**

C160 : non y'a plutôt des femmes [ouais] mmh mmh... ouais y'a plusieurs femmes veuves hein pis d'autres euh célibataires par le par euh séparation divorce ch'ai pas quoi mais...

**DM161 : pis à votre avis comment ça s'fait qu'y'ait plus de femmes que d'hommes qui participent euh aux tables ?**

C161 : ... (9 sec) soupire j'pense déjà que y'a plus de femmes seules de c't'âge-là... (6 sec) et pis après je sais pas

**DM162 : mh... ah non je sais pas non plus (rires)**

C162 : non non non mais j'r'fléchis justement dans les gens qui viennent ben ceux qui sont en couple y viennent en couple

**DM163 : ouais mais des hommes seuls c'est rare que...**

C163 : voilà pa'c'qu'l'monsieur- bah le m'sieur qui vient tout seul il est en couple mais enfin sa femme choisit d'faire autre chose ce jour-là... mais euh... ouais...

**DM164 : pa'c'que dans les- dans la liste des bénévoles aussi en fait la plupart des personnes que j'rencontre sont des femmes [mmh] j'me dis qu'c'est... comment ça s'fait qu'les hommes euh désertent-**

C164 : ça c'est une bonne question hein... mmh

**DM165 : désertent le... c't'activité qui pourtant on peut penser qu'elle convient [ouais] autant aux hommes qu'aux femmes**

C165 : mmh mmh mais j'pense soit les gens sont... alors y'avait y'a y'a un autre couple hein à qui- à Lausanne qui... qui fait les tables d'hôte... à... en bas là... vers la place du Milan mais eux ils font ça d'puis la r'traite aussi en couple et y'avait un m'sieur qui f'sait ça mais en... y f'sait ça à peu près 3 fois par s'maine ch'ai plus qui était cuisinier d'métier

**DM166 : d'accord**

C166 : pis autrement ouais y'a des fois des couples qui font ça quand même hein j'crois qu'à Bussigny y' a un couple aussi... ouais...

**DM167 : mais des hommes seuls par contre-**

C167 : des hommes seuls euh y'en a eu qu'un qu'j'ai connu mais...

**DM168 : c'est rare... ouais**

C168 : mmh

**DM169 : et en général la moyenne d'âge elle est de... enfin dans vot' table par exemple quel a- quel est-**

C169 : la moyenne d'âge... moi j'pense que les plus jeunes ont 75 ans hein

**DM170 : mh**

C170 : entre 75 et 95

**DM171 : ah oui donc c'est quand même des personnes euh âgées- 'fin [ouais] plus âgées qu'vous**

C171 : mmh mmh mmh ouais

**DM172 : et pis vous disiez la conversation vous discutez un peu de tout ?**

C172 : mouais pa'c'qu'à midi on a causé un peu d'politique après les hommes ont encore causé d'armée pis on a parlé de euh du covid hein vous rendez compte ? c'est dingue hein (rires)

**DM173 : est-ce qu'y'a un jour où on ne parle pas d'covid ?(rires)**

C173 : (rires) justement... woo ! bon des fois les gens parlent de de parlent du métier qu'ils ont vécu euh voilà c'est pas des conversations très personnelles c'est des conser- conversations assez générales [mmh] quand même mais euh ça dépend comment les gens ont envie d'aborder hein

**DM174 : mh mais vous abordez quand même plusieurs thèmes- 'fin est-ce que vous parlez euh euh voilà de l'actualité ou est-ce que vous abordez certains thèmes plus particulièrement ?**

C174 : non... non non là on a parlé d'actualité c'est vrai qu'd'un coup ben on y'a quelqu'un qui parle d'un truc pis quelqu'un d'autre en parle quoi [mmh] 'fin suit ou pas quoi [mmh ouais] alors c'est vrai tout d'un coup à midi y'a un m'sieur on a parlé euh ils ont parlé d'armée pis tout d'un coup il a fini par dire qu'il était coiffeur dans sa vie pis il a raconté plusieurs métiers qu'il avait fait plusieurs endroits voilà c'est parti un peu comme ça et pis euh...

**DM175 : mmh... au fil de la conversation ?**

C175 : au fil de la conversation voilà de des r'bondissements d'une conversation

**DM176 : ouais... vous avez pas de thème de prédilection euh ?**

C176 : du tout

**DM177 : ouais ça dépend vraiment d'l'humeur et pis de-**

C177 : exactement de c'qui de c'qui arrive sur la table

**DM178 : ah ouais donc à chaque fois c'est à chaque fois c'est nouveau j'pense ?**

C178 : voilà ! à chaque fois c'est nouveau pis comme c'est des gens différents euh et pis on mélange les gens ça va être encore différent

**DM179 : vous arrivez toujours à faire en sorte que ce soit des personnes différentes à table ?**

C179 : ... (3 sec) pas toujours

**DM180 : mais quand même souvent ?**

C180 : ouais ouais... oui pa'c'que le but était pas forcément d- de créer des... entre guillemets des clans donc euh au moment où y les gens disent j'aimerais être avec c'ui-là plutôt qu'avec c'ui-là bah euh j'ai envie d'dire vous avez qu'à oui- vous avez qu'à aller boire l'café ensemble [mh] pas maint'nant mais à un autre moment

**DM181 : et vous savez- 'fin vous m'disiez que y'avait pas vraiment de liens [mmh] forts qui s'étaient faits**

**[mmh] mais vous savez si voilà certaines personnes se voient en-dehors des tables ?**

C181 : alors elles se voient pas en-dehors des tables en général [ouais] non... alors des fois en général si elles sont dans l'même quartier- elles s'rencontrent dans l'même quartier ah ben j'ai vu madame untel pis madame untel [mmh] mais autrement euh les gens se voient pas à l'extérieur mais y d'mandaient d'être ensemble ici

**DM182 : d'accord... c'est intéressant ça**

C182 : c'est rigolo hein ?

**DM183 : c'est comme si ils avaient une activité qu'ils veulent faire ensemble [voilà] mais y veulent pas se voir en-dehors de cette activité ?**

C183 : voilà alors que... géographiquement y'en a... y'a y'en a euh 1 2 3 4 5 6 qui habitent beuh... à peu près en face les uns des autres...

**DM184 : roh c'est génial et est-ce que vous pensez que certaines personnes se sont rencontrées grâce à... vot' table ? 'fin des personnes qui voilà sont voisines ces 6 personnes par exemple est-ce qu'elles se connaissaient avant ?**

C184 : alors euh pas toutes non y'en a qui que- ouais s'étaient rencontrées à la boîte aux lettres pa'c'qu'y'en a un c'est un immeuble à 4 entrées [mmh] mais y... mais c'est tout

**DM185 : donc c'est vraiment grâce à vot'table [ouais] qu'ils ont pu [mmh mmh] passer du temps ensemble et s'rencontrer ?**

C185 : ouais ouais c'est vrai qu'y avait un autre couple aussi de de de passé 90 ans qui était dans c'même immeuble qui était v'nu tout un temps... mais ils avaient jamais discuté les uns avec les autres

**DM186 : et c'est grâce à vos tables que-**

C186 : voilà mmh mmh

**DM187 : c'est génial (rires) et j'ai- y m'semble qu'à E. y'a une autre une ou deux autres tables d'hôte ?**

C187 : alors y'a une autre table ouais une dame euh qu'est alors elle elle est âgée hein elle a d'jà 85 ans j'crois la dame là qui fait les tables mais... ouais elle invite 2 ou 3 personnes elle dit que 3 ça va bien après y faut s'arrêter elle arrive plus à suivre mais (rires)

**DM188 : ah oui... pis est-ce que vous savez si les personnes qui viennent à vot'table elles vont aussi à la table de cette dame ou ? euh est-ce qu'y'a un peu des habitudes-**

C188 : euh attends voir est-ce qu'y'en a eu ? j'crois qu'au début y'en a eu une ou 2 ouais elles m'ont dit ah on va chez madame untel plutôt qu'chez- 'fin plutôt chez toi ben pa'c'que elle lance et pis c'est bien et pis comme j'la connaissais des quartiers solidaires euh voilà... j'ai dit mais alors faites pas d'soucis hein

**DM189 : c'est génial (rires)**

C189 : ouais mais j'sais- j'ai une copine qui est bientôt r'traitée bientôt à la r'traite euh j'crois c't'année ou l'année prochaine elle m'a dit mais alors ça j'vais faire [mmh] qu'habite E. aussi euh pis c'est pas un problème quoi pa'c'qu'on connaît pas forcément les mêmes gens et pis euh... et pis comme y'a une demande euh voilà

**DM190 : vous vous d'vez mettre beaucoup d'personnes sur liste d'attente ? ou...**

C190 : non moi ça va mmh...

**DM191 : mais y- vous sentez quand même que y'a une demande**

C191 : ouais ouais y'a une demande mmh

**DM192 : ouais et pis parmi vos proches est-c'que à part cette personne vous connaissez d'autres personnes qui participent à des tables d'hôte ou qui organisent des tables d'hôte ?**

C192 : euh non nnh... non mais c'est vrai que quand j'en parle les gens disent euh c'est un truc génial [ouais] moi quand je s'rai à la r'traite j'fais ça volontiers quoi

**DM193 : ouais**

C193 : et j'pense qu'c'est- 'fin pas 15 personnes mais en tout cas y'en a celle-là plus 2 autres j'pense qu'elles v- mmh... y'a bien des chances qu'elles fassent aussi à des [mmh]... y'a des gens pour qui ça correspond bien y'a des gens qui sont v'nus manger à ma table pour voir

**DM194 : pour voir comment-**

C194 : comment c'était comment ça s'passe... voilà

**DM195 : comment ça s'passe pour éventuellement eux-mêmes euh [voilà] organiser ?**

C195 : mmh mmh

**DM196 : ok... alors j'crois qu'on a un petit peu fait tout le...**

C196 : le tour ?

**DM197 : le tour des thèmes alors j'sais pas si vous souhaiteriez ajouter quelque chose ?**

C197 : non j'crois pas

**DM198 : on a tout dit ?**

C198 : on a tout dit

**DM199 : (rires) ben merci beaucoup en tout cas**

C199 : mais c'est rien

Mémo 8 avril 2021

→ Réflexion générale, pas tellement d'apprentissage en nutrition, cuisine mais par contre mise en valeur de ces compétences parfois délaissées (travail du care ?)

## Entretien D

Est vaudois, 18.02.21, 43 min 44 sec

**DM : interviewer**

D : interviewé

**DM1 : Bon alors comme j'veous ai dit merci de participer d'avoir accepté de participer à cette recherche euh j'veous rappelle donc que ça s'fait dans l'cadre de mon mémoire en psychologie à l'université d'Lausanne et ben je m'intéresse aux activités communautaires comme le bénévolat chez les seniors. Hum donc j'aimerais un p'tit peu savoir c'que cette activité elle évoque pour vous euh... c'pourquoi j'veous propose qu'on discute des tables d'hôte et de votre implication euh l'idée c'est pas de dire des choses justes ou fausses mais seulement d'veous exprimer à ce sujet [mmh] l'entretien dur'ra environ 1 heure et j'en profite pour vous rappeler que tout c'que vous direz ne sortira pas du cadre de cet entretien hum... et que tout c'que vous racontez sera anonymisé si ces conditions vous conviennent je vous propose de commencer la discussion euh donc pour commencer est-c'que vous pouvez me raconter c'qui vous a amené à organiser une table d'hôtes avec ProSenectute ?**

D1 : Alors... moi j'ai justement euh toujours été à la maison la ménagère qui fait à manger s'occupe des enfants et tout et main'nant qu'les enfants sont grands moi j'ai toujours eu l'idée ou l'envie de donner de mon temps à des personnes ou... de faire que'qu'chose pour les autres alors justement j'ai une amie qui m'a que'ques années en arrière demandé pour v'nir travailler 3 s'maines pa'c'qu'elle travaillait avec sa fille qu'est tombée enceinte et pis elle a f- la fille n'est pas r'venue donc j'ai fait 3 ans ça j's- c'étaient des repas qu'on faisait avec les... les enfants les écoliers peu près de 7-8 ans jusqu'à... 13-14 ans ça c'était une bonne expérience quand même pa'c'qu'en était 2 pour faire à manger et en a à peu près les mêmes euh... façons d'faire des choses maison des choses euh... un peu à l'ancienne moi j'ai toujours aussi fait comme ça avec mes 4 enfants on a toujours- j'leur ai appris à faire tous la cuisine j'ai 3 garçons 1 fille y savent tous cuisiner alors euh... voilà après ça été fini donc ch'ui revenue à la maison et j'avais toujours un peu l'idée de de faire que'qu'chose ici chez nous pa'c'qu'on a d'la place [mmh] le cadre est bien euh mais bien sûr moi j'peux dire moi j'connais rien de internet ou ça donc euh c'était ça un peu compliqué [mmh] et un jour j'ai vu une annonce dans l'journal une dame qui faisait euh à Glion... euh table d'hôtes c'était Madame Josette Rey alors j'ai une fois téléphoné comme ça vers elle et pis elle m'a expliqué donc elle est veuve et elle fait chez elle aussi hum... table d'hôtes et euh un pis elle m'a dit- ou moi j'ai dit plutôt y faut venir une fois vers moi et pis on parle un peu on regarde un peu donc elle est v'nue en fait moi je connais très bien son beau-frère qui est d'Aigle enfin c'est- c'était un peu... c'était bien et alors j'lui ai dit écoute Josette après on s'est tutoyées et tout mais comment tu dois faire ? elle m'a dit non faut juste s'inscrire on a dû faire un une journée d'cours à Lausanne pour euh...mmh... mouais pour expliquer un peu comme ça s'passe [d'accord] et tout et puis... après et ben j'ai dit j'vais commencer pis on verra bien vu qu'y'a pas b'soin de trop aller sur internet tout ça [mmh] maint'nant on doit juste inscrire qui vient noter chaque fois les les dates de naissance puis bon c'est vraiment pour des personnes un peu seules ou euh... ou même en couple mais eh pas quelqu'un qui a 25-30 ans [mmh] c'est depuis un peu la r'traite [ouais] ou bien qui ont besoin ou envie de ça et en fait c'est vrai qu'avec 9 personnes qu'on a droit euh en tout les gens mangent beaucoup mieux pa'c'qu'y a des discussions [mh] y'a des... y'a des ouais y'a des discussions et en- j'trouve y parlent beaucoup des fois (rires) c'est tellement... comment dire ? animé et y r'sortent toujours bien... souriant bien mangé que tout seul peut-être voilà y mettent la télé ou ils ont l'chat à côté pis y font rien de... spécial alors ouais j'ai commencé pis en fait ça fait mai'nant 5 ans

**DM2 : d'accord c'était y'a 5 ans**

D2 : voilà pa'c'que euh... chaque année alors ça j'trouve aussi formidable de ProSenectut chaque année y font un r'pas pour nous pour nous les les bénévoles qui font les tables d'hôte et on a une une sortie et pis c'est là justement on était sol à aller (?) alors les 5 ans xxx xxx mais moi je j'suis presque tombée par terre pa'c'que je- pour moi ç'a passé très vite [mmh] mais moi j'ai fait une fois par mois [d'accord] au départ pendant quelques années après on a eu pas mal de soucis avec nos enfants donc euh... ouais ça m'a un p'tit peu... mis en bas mais tout l'temps ces 9 y m'disaient xxx est-c'que tu peux faire 2 fois par mois allez ! fais 2 fois alors y'en a un fais tous les jours j'viendrai t'aider mais non (rires) les 2 fois par mois c'est que 2 ans après qu'on ait eu pleins d'soucis que moi j'ai réussi à dire oui main'nant j'fais des choses pour moi [mmh] et j'ai dit main'nant on va faire 2 fois par mois (tape sur la table) donc ça fait tous les 15 jours 2 fois par mois et c'est toujours autant plein y y viennent quand même 2 fois par mois y ont plaisir de... de payer ces 15 francs l'menu avec une entrée un plat un dessert et justement f- faut faire des choses que peuvent pas faire tout seul [mmh] des des plats bon main'nant c'est l'hiver des choux des choses comme ça des bouillis des des papets pis ils ont toujours grand plaisir vraiment

**DM3 : mmh pis c'est... est-c'que c'est les mêmes personnes depuis 9 ans ? depuis 5 ans pardon**

D3 : ouais... c'est presqu' tout l'temps les mêmes y'a eu euh... des fois des... le but ce s'rait des changements

[mmh] un p'tit peu mais là alors c'est des y s'sont crochés y sont tout l'temps presque toujours- j'ai un c- euh 2 couples qui viennent en général bon c't'année y sont pas v'nus mais j'pense à cause du covid euh... pour faire pour eux la St-Valentin donc euh si ça tombe le 14 ben là c'était l'17 j'pense y s'raient v'nus hier alors elle me dit assez vite pa'c'que 4 personnes j'dois dire à 4 autres de n'pas v'nir [mmh] sur mes 9- bon ben cette année c'est spécial hein donc euh eux y viennent donc ça fait après d'aut' personnes mais autrement c'est pas mal les mêmes [mmh] pa'c'qu'ils ont-ils ont plaisir et y s'donnent rendez-vous y s'connaissent tous c'est ça que des fois quand y'a une autre personne mais on est obligés de d'accepter tout l'monde euh de... que tout l'monde s'intègre [mh] hein toute façon et pis... voilà

**DM4 : et pis comment est-ce que vous avez fait euh connaître votre table au début ?**

D4 : alors j'stement Marisa\* elle nous fait des affiches [d'accord] des p'tites affiches euh ben j'vous montrerai après là donc moi j'ai dit tu m'en fais une dizaine des p'tites et pis 2-3 grosses moi j'les ai plastifiées j'ai été mettre chez l'coiffeur où j'vais euh dans un restau- un café (pouffe) bon main'nant... il est gentil lui il m'a aussi mis où y'a les dates et tout et pis vraiment moi j'pense moi c'est un peu du du bouche à oreille c'est l'mot pour-

**DM5 : c'est l'bouche à oreille qui...**

D5 : ouais ça s'fait j'pense beaucoup comme ça pa'c'que y'a quand même des gens qui sont d'Monthey y'en a eu de... ah en d'sus d'Monthey c'est... mh.. tr- enfin Trois-Torrents un p'tit peu plus bas ch'ai pas comment ça s'appelle là et qui ch'ai pas qui ont... pa'c'que j'crois y'a quelqu'un mais ch'ai pas qui a mis à l'hôpital de Monthey encore à l'entrée là euh pis y'a ptêtre des gens qui ont vu [mmh] mai'nant y'a plus l'hôpital mais... pis voilà ça s'dit comme- ça s'dit comme ça j'pense [ouais] moi j'pense

**DM6 : les les personnes qui sont v'nues elles vous ont-elles vous ont dit comment est-ce que... elles ont su que elles ont vu vot'table ?**

D6 : m- par ces affiches j'pense

**DM7 : d'accord donc par les affiches ?**

D7 : ouais pis après ça s'est... voilà et... ouais j'pense c'est comme ça

**DM8 : et pis est-ce que vous avez encore des nouvelles euh des nouvelles personnes qui veulent s'inscrire ?**

D8 : euh... non pour l'in- pour l'instant c'est toujours un peu les mêmes [ouais] vraiment mais s- vraiment si y'a 2-3 des nouveaux moi j- alors ce groupe il est très sympa parce que si un jour j'dis ouf y'en a 3 qui... ah non mais fais les aller pis nous on viendra la prochaine fois y sont très arrangeants aussi

**DM9 : oui et entre eux euh est-ce que est-ce qui se sont des personnes qui s'connaissaient déjà d'avant ?**

D9 : oui quelques-unes oui... ouais et pis après euh... oui c'est- y s'connaissent quand même pas mal ouais en fait... oui pa'c'que dans ce groupe y'a y'en a une aussi qui organise après qu'on a- après qu'ils aient mangé là y vont 4 4 ou 5 y vont jouer au rami euh dans un bon mai'nant plus mais dans un restaurant et jusqu'à 5 heures donc ça leur fait vraiment toute l'après-midi y [d'accord] se- c'est pour ça donc y partent à 2 heures de... chez... moi pour aller là-bas ils ont réservé une table enfin tout est aussi arrangé ou ils font chez une ou chez l'autre et pis... voilà et pis comme maint'nant avec ce covid qu'on peut pas tellement faire moi j'vais quand même une à 2 fois par moi j'ai- j'leur téléphone à tous [ouais d'accord] pa'c'que au son d'la voix on peut entendre si quelqu'un est bien ou pas bien donc on batoille un moment chaque fois pis ça leur fait plaisir pis moi aussi pa'c'que je sens si y vont bien ou pas [mmh] y faut toujours un peu leur monter l'moral mais y c'est vraiment des personnes très... très autonomes moi je m'ennuie pas j'vais promener l'autre elle a un chien l'autre euh elle a la télé les 2 elles s'mettent à faire les commissions [mmh] elles vont-elles vont à des heures très très d'bonne heure ou à midi comme ça en une heure c'est fait et pis quand y sont là ben voilà y se.. parlent euh- j'ai pas tellement l'impression qu'y s'ennuient ils sont [mh] as- ouais bon pa'c'que nous on peut vivre jour après jour c'est pas comme des jeunes que j'comprends aussi qu'ont 20-30 ans qu'aimeraient qui ont beaucoup de... mmh liberté ouais qu- qu- maint'nant la liberté- ils ont plus d'liberté moi ça m'fait rien d'vivre sans euh aller boire mon café moi j'aimais bien tous les matins j'prends une demi-heure j'allais boire mon café et lire l'journal [mmh] mais moi j'étais à ma table je lis l'journal je r'pars euh... comme ça eh... main'nant j'le bois à la maison [mh] ça m'gêne pas [oui] mais j'comprends ceux qui... qui n'ont que l'café pour aller boire un café ou comme ça qu'c'est difficile hein

**DM10 : ouais... mais hum par rapport à vot' groupe donc y'en a qui vont... qui jouent après au rami [ouais] par exemple est-ce qu'ils ont... ils ont tissé des liens en-dehors euh de de votre table d'hôtes ? Est-ce qu'ils s'voient à d'autres occasions ?**

D10 : ah oui... oui oui ben justement y font les commissions [oui ah d'accord c'était entre eux] y vont jouer c'est tout entre eux euh... et ils ont c't'habitude de venir 2 fois par mois chez moi comme ça et et... entre eux ils font pleins d'choses ensemble

**DM11 : ah ouais c'est... ils ont vraiment tissé [ouais] des liens très forts entre eux ?**

D11 : voilà donc des fois c'est- y'a d- des nouveaux c'est un peu...

**DM12 : c'est difficile de... s'faire une place ?**

D12 : pas difficile mais ouais... voilà

**DM13 : c'est un p'tit peu gênant quand voilà les gens s'connaissent [ouais] depuis beaucoup d'temps [ouais] et qu'on est nouveau dans le... dans l'groupe**

D13 : y'en a 2 tables d'hôte là y'a encore une dame aussi qui fait j'crois qu'elle a aussi un peu l'même euh... c'était des habitués les mêmes euh... après voilà y suffit de...

**DM14 : pis vous savez si vos vos personnes qui viennent chez vous vont aussi aux 2 autres tables d'hôte ?**

D14 : oui y'en a qui [d'accord] vont ouais pa'c'que euh elle fait elle euh... mais ch'ai plus si elle fait tous les lundis ou tous les mardis elle a un jour tandis qu'moi ben voilà alors elles vont des fois c'est l'mardi chez elle l'mercredi ici [mmh] pour elles ces personnes ça leur fait du bien [mmh] même d'aller à 2 pis y'a d'autres personnes d'autres discussions aussi... voilà mais pas toutes mais y'a 2-3 qui vont pis j'dis toujours tu salueras elle s'appelle Pauline celle qui fait (rires) pa'c'que voilà on est... toutes les 2 on fait ça elle est un peu plus âgée

**DM15 : et pour vous euh... qu'est-ce qui qu'est-ce que les bénévol- les personnes qui viennent aux tables d'hôte elles elles recherchent dans votre euh dans votre table ?**

D15 : Moi j'pense c'est-

**DM16 : qu'est-ce qui les motive ?**

D16 : la solitude elles sont contentes d'être avec du monde... elles sont contentes de s'asseoir et d'manger de pas faire une fois à manger j'pense [mmh] et pis euh on s'donne des r'cettes des... ouais c'est l'échange l'échange pour eux c'est c'est très important y'a pas tellement de blanc d-d-d- de midi à 2 heures ça parle tout l'temps [ah ouais] j'ai même un c- un couple voilà c't-à-dire lui il vit à... c'est juste un peu avant Aigle...c'est à Vervey ça s'appelle dans un mobile-home et elle elle habite à Aigle pis y s'voyent euh pour les- y font pleins d'choses ensemble lui il est v'nu une fois... c'était l'seul homme mais il a dit moi je viens tout l'temps main'nant et il m'aide il c'est lui qui (rires) me... amène des assiettes on est tout l'temps à la cuisine les 2 il est... vraiment il est très content d'être là [mmh] c'est un peu l'seul homme mais i- il est très bien... admis dans ça et pis par ezemple hier j'ai eu 2 hommes pa'c'que [oui] c'étaient 2 de.. hum... de Monthey qui viennent euh un avec sa sœur et l'autre avec euh son amie et ça m'fait aussi bien plaisir pa'c'que j'pense que les hommes ils ont aussi besoin mais y osent peut-être moins [mh] demander ch'ai pas

**DM17 : pourquoi v- 'fin si je comprends bien sur les 9 personnes vous avez entre 1 et 2 hommes [mmh] qui vient à vos tables ?**

D17 : ouais

**DM18 : et c'est quoi un p'tit peu votre euh- pourquoi à votr'avis y'a si peu d'hommes qui...**

D18 : ch'ai pas si y osent pas venir tout seul quelque part ou... ou même en couple ou ch'ai pas ça s- des fois ça c'est un peu dommage mais...

**DM19 : donc c'est surtout des femmes**

D19 : c'est surtout les femmes ben ben voilà pa'c'qu'elles sont... plus actifs plus énergie allez on y va [(rires)] et pis... j'trou- j'pense

**DM20 : ouais**

D20 : ch'ai pas...

**DM21 : ah non c'est... c'est marrant pa'c'que c'est un constat que d'autres tables ont aussi fait en fait que voilà y'a vraiment [moins d'hommes] très peu très peu d'hommes et pis beaucoup [mmh] c'est surtout des femmes quoi**

D21 : est-c'qu'y faudrait faire peut-être que'chose d'autre pour eux mais quoi ? [mmh] peut-être euh... de jouer- pour jouer aux cartes ou moi j'ai aussi été un- une ou deux fois été aider au thé dansant à Bex [mmh] mais alors là c'est ma-gni-fique aussi ! oh ! mais les gens mais mais y dansent mais y viennent à- ça ouvre à 2 heures mais (table sur la table avec le doigt) à une heure et demie c'est déjà... [(rires)] y'a la file bon plus main'nant qu'y a- mais... et ça danse de 2 heures jusqu'à la fin du dernier morceau (table avec le doigt sur la table) mais ils ont un plaisir c'est incroyable mais moi j'ai eu des émotions [mh] à voir ces gens danser et qui s'connaissent qui s'connaissent pas c'est un truc vraiment euh... alors là y'a vraiment beaucoup des couples ou même des hommes qui viennent tout seul qui invitent des dames et l'contraire mais y'en a RAREMENT qui restent assis tout l'long hein c'est- c'est-... ah c'est tout l'temps une très bonne ambiance c'était- j'ai trouvé très bien là y'a plus d'hommes par exemple

**DM22 : d'accord... ok**



D22 : là ch'ai pas [l'activité ?] ouais ch'ai pas... vous dites dans les autres aussi c'est comme ça ?

**DM23 : oui à c'qu'on m'a dit c'est un peu des... ch'ai pas des proportions de 2/3 [ouais] ou ¾ de femmes-**

D23 : ouais c'est à peu près ça

**DM24 : j'me suis dit tiens y'a p'têtre que qu'chose je sais pas**

D24 : ouais je sais pas pourquoi

**DM25 : et vous vous parliez des thés dansant est-c'que vous participez à d'autres activités en tant que bénévole [mmh] ou par rapport euh ou en tant que bénéficiaire [ouais] est-ce que vous-**

D25 : ouais non... moi pour l'instant j'fais ça pa'c'que ch'ui chez moi j'peux m'organiser [mmh] comme j'pense mais ! j'ai toujours des envies de... de... mais voilà comme moi j'connais rien de internet et tout ça j'suis sûre qu'y aurait des possibilités pour... ch'ai pas même aller faire des commissions pour quelqu'un comme ça y faut... l'envie elle est là (montre son cœur) [mmh] y faut que j'me renseigne et que je... y faut qu'ce soit... comment ? simple moi j'veux pas rentrer dans tout c'qui est... oui comme on doit tout faire par euh...

**DM26 : informatique ?**

D26 : informatique tout ça moi j'ai beaucoup d'peine pour ça pis disons ça m'intéresse pas tellement [mmh] moi je je veux humainement faire que qu'chose j'sais pas comment dire...

**DM27 : plutôt du... du lien social ?**

D27 : voilà ou même aller promener avec quelqu'un ou...ch'ui sûre qu'y a des gens qui ont- qui en auraient b'soin mais du coup moi j'viendrais sur Aigle [mmh] j'vais pas commencer pa'c'que voilà moi j'frais mon p'tit truc ici mais... ch'ai pas comment euh.. hum ! mais on va on va voir au printemps faut qu'je ben j'ai aussi des copines.là elles ont tout pour voir elles pourraient m'dire ! [mh] mais là y cherchent quelqu'un pour ci ou pour ça euh...

**DM28 : pour faire d'autres activités [voilà] bénévoles**

D28 : ouais [ok] moi ça ça m'plairait bien bon alors là par exemple on est payé pour faire ça donc on- y nous donnent 15 francs les... participants [oui] et ProSenectu' nous donne encore 5 francs pour euh pour le temps [mmh] qu'on passe à faire ça quoi donc ça ça m'fait pour mon coiffeur ou comme ça euh voilà ça m'fait des p'tits sous comme ça

**DM29 : c'est un p'tit plus euh**

D29 : mais euh moi j'fais vraiment pas ça tellement pour l'argent [mh] j'dirais pa'c'que c'est un plus mais moi c'est pour être avec les gens

**DM30 : ouais**

D30 : le plus... on- vous voyez aussi où on habite si on fait rien on est tout seul là [mmh] hein nous deux donc euh... on a toujours eu du monde on a toujours eu beaucoup d'monde qui sont v'nus ici faire à manger et tout pa'c'que... on est comme ça... mais... voilà euh ben après avec l'âge aussi euh on a moins de personnes aussi qui viennent mais c'est pour ça moi ça me plaît... [mmh] de faire ça

**DM31 : et euh comment est-ce que vous décririez hum... le... l'organisation d'la table comment est-c'que ça s'passe pour vous ? est-c'que vous faites la li- est-ce que vous préparez vot' menu beau-coup en avance le len- la veille ?**

D31 : ah ouais alors moi justement moi j'les appelle le lundi... euh... donc j'fais l'mercredi hein [oui] le lundi alors là on est tant alors bon qu'est-ce que j'fais à manger tac tac mais des fois ça vient comme ça je vais dans une boucherie ah ! ben j'vois ça bon j'fais ça quoi j'ai tellement l'habitude [mmh] de faire et t. et pis tout d'un coup ou des fois j- je sais déjà un peu avant le mardi j'prépare le plus que j'peux possible comme ça le mercredi moi ch'ui tranquille j'ai plus qu'à... à chauffer pis à préparer m- ... c'est juste il faut s'organiser [ouais] c'est tout... comme j'ai plus d'enfants à la maison plus rien hein pour moi c'est facile... pis j'ai toujours fait toujours fait [mmh] à manger mais à voir (se désigne avec les mains) toujours euh... moi j'ai mon mari qu'est paysan qui travaille dehors qui s'levait de bonne heure à à 7h et demie il fallait déjà qu'il ait un bon déjeuner des bons r'pas... donc euh pour moi ça ça change pas [mmh] c- ça pour moi c'est un plaisir d'faire

**DM32 : et pis vous... avez l'habitude de vous organiser par [ouais] rapport à ça**

D32 : de plus en plus [d'accord] de plus en plus des fois même à la der d'ailleurs j'vois ah ben j'fais vite ça euh non pa'c'que voilà (table avec sa main sur la table) déjà que... 'fin Josiane là quand on f'sait pour les enfants on commence hein pour 30-40-60 personnes euh... on s'organise on avait 2 heures pour faire euh ben voilà y fallait l'faire [mh] et puis c-... déjà là on prend l- l'habitude [ah ouais]... pour moi c'est

**DM33 : et e- est-ce que ces tables d'hôtes vous ont- qu'est-ce que ces tables d'hôte elles vous ont euh appris ?**

D33 : à moi ?

**DM34 : oui qu'est-ce qu'elles vous ont appris**

D34 : à moi alors euh... comment ? ben de dialoguer avec eux de d- leurs problèmes un peu de de parler mais voilà comme j'veus ai dit faut pas trop rentrer dans... dans les problèmes [mh] ou bien des fois la politique euh... voilà faut- non mais y'a pas d'bagarre comme ça mais... ben moi ça ça me m'rassure qu'y viennent pa'c'que j'me dis ben voilà un jour dans la- 2 jours dans le mois y sont euh avec moi pis ça leur... ça leur fait du bien [mmh] c'est ça moi qu'- j'- j'aimerais bien ça leur fait du bien de... mh... d'être là [mmh] de manger par contre j'pourrais pas travailler dans un hôpital ou voir euh la souffrance trop [ouais] pour ça pour moi c'est trop dur [mh] mais ça juste de voilà d- qui sont 2 heures de temps 2-3 heures pis qu'après chacun s'en va ça m'convient très bien [mmh] j'pourrais pas faire par e- j'pourrais pas mais faire chambre d'hôte [mmh] pa'c'qu'là y faut être tout l'temps là et pis c'est pas c'est pas- c'est des fois des euh... des étrangers qui viennent ou comme ça faudrait déjà savoir ch'ai pas combien d'langue c'est tout un... faudrait avoir des belles chambres une belle salle d'eau ça non... d'être ch- si j'dois tout l'temps être là [oui] ça ça va pas je sais qu'là j'ai 2 fois par e- 2 fois par mois [mmh]... j'fais toute l'année et si on on est partis là 5 jours avec mon mari pis sa fran- ses 2 frangines mon beau-frère on est partis entr- entre ces deux j'ai rien changé [mmh] nous on on part quand même pas euh... loin et pis pas pendant longtemps on a toujours été comme ça [mmh] avec les bêtes on peut jamais partir mais on a passé 5 jours formidables on a beaucoup rigolé bien mangé moi ça m'a fait du bien pis voilà pis j'ai quand même continué à faire [oui] ces tables

**DM35 : donc ces tables c- c'est pas une activité qu'est trop contraignante [non] dans votre euh votre organisation [non] par exemple ?**

D35 : non moi j- j'm'organise vraiment... si vraiment une fois j'fais pas c'est que euh... ou y'a personne ou... y'a un souci euh mais y'a toujours assez d'monde pour euh

**DM36 : et donc la personne elles viennent beaucoup de de la région ?**

D36 : oui y'en a 4-5 qui viennent d'Aigle y ont leur voiture y s'arrangent parc'qu'y a aussi une copine de moi ben eh... elle a fait un cours aussi ou j'crois une demi-journée pour pouvoir am'ner ou ram'ner des personnes vu qu'on habite un peu loin hum... mais alors j'crois qu'elle est v'nue p'tête 2 fois en 5 ans pa'c'qu'ils ont tous leur voiture tout donc euh... [ils sont autonomes ?] ils ont jamais b'soin d'elle

**DM37 : ouais**

D37 : donc euh... j'crois qu'elle va r'parler avec Marisa\* pour faire aut' chose heu...

**DM38 : oui**

D38 : mais c'est vrai que e- ou même mon mari on a 2 voitures y- il irait mais ça c'est euh plutôt un p'tit cours qu'elle a fait pour euh... bon elle elle est toute façon toujours travaillé avec des personnes un peu âgées pour si y'a une euh une chaise roulante [mmh] ou comme ça mais mon mari saurait aussi faire [mh] ou... voilà et pis... non y viennent pour l'instant tous avec leur voiture y sont tous bien

**DM39 : ouais... euh y'a- est-ce qu'y a eu des problèmes d'accessibilités ?**

D39 : ... non... non non

**DM40 : par rapport aux chaises roulantes justement c'est pas-**

D40 : non... non non

**DM41 : non ?**

D41 : non pour l'moment ça c'est toujours bien passé

**DM42 : bon ben tant mieux !**

D42 : ouais non non alors euh vraiment y sont tous euh pres' plus en forme que moi des fois (rires)

**DM43 : (rires) et... avant vous disiez justement que c- c- ça vous permettait de 'fin voilà d'être utile de pouvoir les aider [mmh] euh... est-ce que vous voyez d'autres choses que vous apportent les euh l'organisation des tables d'hôte ? qu'est-ce que ça vous apporte à v- qu'est-ce que ça vous fait de positif à vous euh ces tables d'hôte ?**

D43 : ah ben moi c'est l'échange avec eux euh... ouais l'échange et pis ... ouais c-... ouais ç- ça m'apporte j'connais aussi du monde qu- du monde autour de moi pis surtout qu'ils sont content ça m'fait plaisir [ouais] c'est ça l- le pour moi

**DM44 : oui... de pouvoir euh leur apporter d'la joie ?**

D44 : ouais moi c'est ça qu'j'ai toujours voulu... faire [mh] ouais... (rires) [(rires)] je sais pas comment expliquer plus ça me fait du bien j'ai un but voilà 2 fois par mois j'fais ça...

**DM45 : ouais... et par rapport à votre cuisine avant vous m'disiez qu'vous f'siez des choses euh à l'ancienne est-ce que vous pouvez un p'tit peu euh est-ce que vous avez des exemples de menus**

**qu'vous faites euh ? Comment est-ce que vous décririez votre cuisine ?**

D45 : alors j'pense assez généreuse pa'c'que je fais toujours pour que le lend'main ce soir j'ai un- on est 2 là on joue aux cartes on est 4 toujours et pis on met un peu... un peu les sous si une fois on peut aller manger une fois quelque part euh j'fais toujours assez donc là moi j'ai- hier j'ai fait 2 bouillis avec toutes sortes de légumes j'ai fait d'abord un- le bouillon et puis après euh... la viande les légumes pis après j'avais fait un bircher maison y'a encore pour pour 4 personnes pour ce soir [(rires)] t'façon moi j'ai toujours été habituée e- comme ça à faire assez pour euh... pour euh plein d'monde ...(le mari entre) (5 sec) pis mon mari il est d'accord qu'j'fais ça comme ça il a la paix (rires) [(rires)] ah non ben lui il a son activité... voilà ch'ui quand même ici ça gêne pas

**DM46 : et donc une cuisine généreuse ?**

D46 : ben alors j'pense pa'c'que euh... ils ont bien mangé en tout cas hier [(rires)] hier les hommes j- 2-3 fois c'est quand même [qui s'reserve] que c'est bon hein ouais... mais pa'c'que j'fais un peu euh à l'ancienne et pis des choses euh que tout seul justement y font pas

**DM47 : ouais... donc euh des choucroutes [voilà] des choses codmme ça ?**

D47 : l'hiver comme ça pis l'été on peut même faire un buffet d'salade avec euh on fait dehors on fait des et pis des fois dès qu'j'vois une recette euh l'aut'jour j'ai vu un truc à la télé mais je je j'ai rien marqué pis j'ai fait moi alors y m'disent oh ! mais tu peux on peut être tes cobayes c'est trop bon [(rires)] y apprécient tout mais vraiment ! j- c'est pas pour dire hein c'est c'est vraiment jamais eu un... un r'proche quoi qu'ce soit

**DM48 : ouais... pis ça doit faire du bien de r'cevoir des compliments**

D48 : ah ben moi ça m'fait du bien ouais... pa'c'qu'autrement je r'çois pas trop (rires) j'dirais...

**DM49 : non mais c'est vrai qu'des fois les proches y ont l'habitude-**

D49 : ouais ouais exactement

**DM50 : qu'on cuisine pour eux pis y s'en rendent moins compte [mmh] alors que là ben c- les gens euh y apprécient peut-être plus ça**

D50 : ouais ouais euh... non non moi ça m'fait aussi du bien voilà pour le... moral [mmh]

**DM51 : et mais cuisiner c'était donc déjà une acitivité qu'vous f'siez [ah ouais !] avant**

D51 : j'ai... j'ai déjà eu beuh depuis qu'on a les gamins tout moi je j'ai toujours cuisiné hein [ouais] toujours toujours pis toujours fait avec mes enfants avec mes p'tits-enfants j'ai pleins d'vidéos j'peux vous montrer hein j'vous montrerai après

**DM52 : (rires)**

D52 : euh... et ça y retiennent [mmh] ça y retiennent qu'ce soit garçon ou fille à moment donné euh dans un couple les deux doivent euh... aider les deux travaillent moi y y adorent les p'tits venir eh 3 ans 6 ans y font déjà pleins d'trucs hein

**DM53 : (rires) c'est vraiment euh...**

D53 : mais y faut prendre le temps moi ch'ui la grand-mère qui prend le temps ça veut dire si j'ai les 2 p'tits je fais rien d'autre

**DM54 : vous consacrez la journée**

D54 : c'est ça

**DM55 : ouais**

D55 : beh les personnes âgées la même chose ! tu peux pas faire 50 trucs en même temps c'est c'est pour eux moi je sais les dates de toute l'année là j'ai [mh] donc euh voilà ces jours-là c'est pour eux fini terminé

**DM56 : ouais... ouais donc vous-**

D56 : y faut prendre le temps... autrement c'est pas la peine

**DM57 : ouais... mh super... hum... je r'garde mes questions mais on a déjà déjà beaucoup euh abordé... ah oui euh vous m'disiez que c'est c'est toujours animé les conversations [mmh] euh... est-ce que [souvent] est-ce que... de quoi est-ce que quels sont les thèmes en général que vous... de discussion ?**

D57 : bon alors ces temps pas b'soin de d'mander [(rires)] chacun a son avis sur l'covid mais... hum... pfiou c'est un peu c'qu'y ont fait la s'maine euh euh...bouais des fois ça parle un peu la politique euh y'en a une elle a beaucoup d'humour y'a une elle parle un peu trop ça y faut un peu voilà gérer un peu tout ça [mh] mais... vraiment y parlent de tout et y sont à l'aise et puis euh ben bien sûr avec tous ces photos qu'vous avez vues au salon alors le p'tit y va bien ? pis la p'tite ? pis moi j'commence à parler d'mes p'tits et puis eux y parlent- c des choses d'la vie mais tous simple [mmh] mais y'a toujours la conver-

sation euh et des...mmh... des gags des trucs comme ça rigolos [mh] y sont très positifs j'trouve y prennent c- ça enfin comme moi aussi au jour le jour prenons c'qui a de mieux et pis bien sûr y'a des jours avec des jours sans euh... mais... temps en temps ben voilà ça parle y'en a une qui a un peu des soucis avec son fils euh mh euh alors elle aussi quand j'lui téléphone par ezemple euh... un jour elle me dit oh moi j'ai un souci avec mes yeux mais elle avait dit à personne hein elle a seulement dit à moi elle a dit j'ai même pas dit à ma fille parc'que euh... bah faudra quand même que j'lui dise pa'c'que c'est peut-être un p'tit peu héréditaire mais toi... moi j'prends des choses comme ça mais j'peux pas rentrer dans... dans l'intimité d'la personne [mmh c'est pas votre mission ? ] j'veux dire j'suis là pour écouter... non pa'c'que voilà mais eh j'me suis dit c'est à moi qu'elle a dit en premier par exemple [mmh] ça m'a... j'ai dit ben voilà peut-être c'était l'moment que j'ai appelé qu'elle a peut-être b'soin d'en parler ça j'prends et pis... pis ça part pa'c'que j- je je ouais ben la prochaine fois j'lui dis ça va tes yeux pis c'est tout après on en parle plus trop [mmh] je peux pas non plus... mais ça m'a fait plaisir qu'elle m'a dit à moi en pr- premier [oui] disons pis après ben après on en a pas r'parlé mais c'était p'têtre un moment où voilà elle avait p'têtre reçu la nouvelle [ouais] pis elle a voulu m'dire ou... oh l'autre fois ch'ui tombée 2-3 p'tits bleus euh... mais j'ai dit mais t'as eu un malaise ou quoi ? comme ça [mmh] pour mais pas trop non plus entrer dedans pa'c' c'est pas tellement mon rôle [oui] pis moi ça m'touche trop après... quand y'a trop de...j'suis assez... sensible pour ça [oui] donc euh j'rentre pas là-d'dans... mais donner des nouvelles et comme ça

**DM58 : mmh... donc vous restez euh-**

D58 : un peu neutre

**DM59 : ouais [ouais] mais vous avez quand même un rôle un p'tit peu d'soutien vous les appelez [ouais !] vous prenez des nouvelles**

D59 : oui moi alors euh... ah b- ça aussi c'est... Marisa\* ProSenectut elle a dit si vous pouvez... euh... bon peut-être y'en a qui font avec le natel moi j'trouve la voix c'est mieux pa'c'qu'on sent si y sont bien ou pas les gens [mmh] à la voix donc euh moi j'les appelle comme ça une ou deux fois par mois j'vais pas appeler tous les 5 minutes [ouais] mais... y sont tout content et pis et puis moi aussi et pis comme un... [vous gardez un lien] pour la prochaine fois voilà oui

**DM60 : ouais**

D60 : mais 2 minutes chacun j'parle euh... c'est pas... pendant... longtemps mais juste... qu'on s'dit bonjour comment ça va et comme ça

**DM61 : d'accord... hum j'crois qu'j- on a un p'tit peu fait l'tour de des des sujets que j'vois là [mh] est-ce que y'a d'autres choses que vous voudriez ajouter ?**

D61 : euh...

**DM62 : par rapport à ces tables d'hôte ?**

D62 : non... moi [est-ce que vous voyez d'autres choses ?] pour moi ça va très bien euh-

**DM63 : ah oui j'voulais vous d'mander... euh comment est-ce que vous envisa- envisagez la suite de ces tables d'hôte ? est-ce que vous vous voyez euh continuer à en faire 2 fois par mois euh encore-**

D63 : pour l'moment euh oui pa'c'que j'vous dis ces 5 ans mais quand elle... euh Marisa\* m'a pof 5 ans moi j'sors l'premier j'lui dis mais t'es sûre ? elle m'dit mais oui mais moi j'ai jamais pens- moi j'compte pas je euh... voilà mais jamais j'ai pensé qu'ça faisait déjà 5 ans [oui] c'est vraiment passé très vite hein c'est vraiment dans dans ma... routine d'vie j'dirais [mmh]... euh pour l'instant j'vais continuer comme ça plus j'pense pas [ouais] parc'qu'après 3 fois ça commence... mais 2 fois j'trouve voilà le plaisir il est là pendant ces 2-3 heures... et puis après y ont leur vie et pis ils ont plus plaisir que si on fait tout l'temps [mmh] et pis après ça d'vient ouais... ça d'vient moins euh... j'trouve euh... moins d'plaisir [mmh] p'têtre ou... là y sont toujours contents ! ah dans quin'jour dans quin' jour [(rires)] là y sont... pis moi aussi pis o- ouais faut pas non plus qu'ça...j'fais que ça disons [ouais] pa'c'j'ai aussi des autres p'tites choses... comme ça [oui] j'ai pas une vie trépidante hein y faut pas rêver mais j'aime bien aussi aller prom'ner des fois être seule des fois être avec euh une copine on va prom'ner boire un café euh malgré tout c'qui s'passe [mmh] on est 2 une là une là (montre la table) on boit l'café ça nous suffit un peu vider not'sac et pis... les enfants des fois j'ai les p'tits-enfants bon beaucoup moins mai'nant hein mais... c'est une page qui s'tourne de toute façon avec l'âge euh... moi j'parle avec beaucoup d'grands-mamans on est vite fatigué quand on a 2 p'tits toute la journée donc voilà mais... très content d'les avoir quand y viennent [mmh] mais... j'avais marqué à tous mes enfants à un moment donné que- on a eu pleins de soucis j'ai marqué maint'nant quand vous voulez qu'j'prends les enfants on s'ra toujours là pa'c'qu'on les a eu tout p'tit mais maint'nant vous m'dites assez vite et moi j'vous dis oui ou non si ça va pour moi [mmh] il faut apprendre à dire non à un moment donné pa'c'qu'ça va plus... et pis... 2-3 s'maines y'a pas eu trop d'messages pis tout d'un coup c'est déjà r'venu un peu plus dans l'respect [mmh] comme ils ont d'mandé c'est pas avec tous mes enfants mais... voilà et puis euh c'est beaucoup mieux maint'nant si moi j'ai pas envie bon c'est rare mais disons qu'avant si j'avais que'qu'chose de prévu tout d'un coup oh tu peux ? alors le truc qu'était prévu moi j'en- j'enlève

pour aller vite euh m'occuper du p'tit- des p'tits et ben ça j'fais plus [mh] pa'c'que maint'nant nous on est aussi plus âgé on a droit et on mérite j'pense de... d'avoir des choses pour nous- alors si moi j'ai que'qu'chose pis qu'elle me d'man- ben non j'peux pas mais comme y m'disent assez vite y s'arrangent autrement [mmh] si j'me casse une jambe c'est la même chose hein y doivent s'débrouiller... alors euh pis ça... ça fait que j'ai moins d'soucis pa'c'que j'm'occupe moins de tout ces s- problèmes qu'on a et pis y vivent leur vie y vont d'l'avant et pis nous on va d'l'avant [mmh] et pis ça va aussi très bien j-je discutais avec beaucoup d'grands-mamans et ben elles osent pas dire non pis elles s'font manger pis moi j'trouve ça c'est pas normal [mh] y faut quand même le respect aussi [mettre des limites ?] de exactement alors euh... voilà... ça c'est bien....

**DM64 : pis comme ça vous avez vos activités euh...**

D64 : voilà

**DM65 : 'fin voilà vous arrivez à répartir [voilà] les activités pour ProSenectute [ouais] les p'tits-enfants-**

D65 : ouais c'est pour ça qu'j'veux pas 50 trucs

**DM66 : ouais**

D66 : mais... comme ça ça va bien pour l'moment

**DM67 : surtout si comme vous m'disiez avant votre philosophie d'vie c'est un peu de prendre le temps pour faire les choses [ouais !] vous pouvez pas non plus faire euh-**

D67 : voilà j'aime mieux faire 3 choses comme y faut que rien [mmh] euh que trop d'choses mais pas comme y faut [ouais] y faut... courir ou comme ça ça m'convient pas

**DM68 : oui...**

D68 : c'est comme ça chacun fait comme y pense hein mais quand on... on entre là-d'dans moi j'trouve y... voilà c'est p- c'est pour eux ces personnes c'est pas pour euh moi ou quoi oui moi ça m'fait du bien mais faut pas faire vite vite [mmh] pa'c'que ça c- c- ça va pas non plus pour eux j'pense... les premières fois qu'y v'naient mais j'vous dis hein mais y partaient à 5 heure l'après-midi on parlait on parlait bon au début on fait un peu connaissance pis une elle avait p- j'sais plus si elle avait perdu son mari ou comme ça e- besoin d'parler des autres sont partis pis je restais avec elle... pis... après p'tit à p'tit ben voilà y partent après l'repas vers 2 heure pis maint'nant ils ont organisé justement ces cartes [mmh] ça va bien pour tout l'monde mais je- pas d'mandé rien c'était au début ça ça eh... après tu peux pas prendre tous ces soucis de tout l'monde [mmh] c-c- ça j'arrive pas pa'c'qu'alors euh... mais ça m- ça lui avait fait du bien d'parler c'était au début pis elle était pas bien moi j'ai écouté et pis... moi j'peux pas faire grand-chose mais j'pense d'écouter déjà ça lui fait du bien [mmh] à la personne pis mai'nant alors euh vraiment ça hier ils sont rentrés un peu plus long pa'c'que... ouais y sont que 4 et hum... pis y sont restés un peu plus longtemps pa'c'qu... y sortent pas autrement hein c-c- alors euh moi j'ai dit y restent une heure d'plus moi j'm'en fous hein... moi ça m'gêne vraiment pas

**DM69 : ouais... et est-ce que vous voyez de... des difficultés qu'les gens pourraient avoir à rejoindre une table d'hôtes ? euh... j'sais pas en termes de... d'accès si c'est trop éloigné euh si y'a des escaliers [ouais] ou ben voilà le fait qu'y'ait un groupe qu'est d'jà formé euh... est-ce que vous voyez des difficultés à faire un premier pas ? des choses...**

D69 : moi j'pense pas pa'c'que justement y'a c'te dame qui pourrait aller les chercher ou même moi hein... quand une personne m'appelle bon c'est vrai qu'mai'nant y'a... mai'nant quand ils m'appellent bon c'est plein j-j- je vois si y faut mais quand les personnes m'appellent moi j'dis écoutez vous faites comme vous voulez vous venez une fois vous verrez comment ça va pour vous si ça vous convient ou pas [mmh] et pis après c'est vous qui...b- oui je sais qu'y'en a qui sont venus 1 fois- mais y'en- y'avait eu 2 dames mais attends ma mémoire main'nant c'était... d'Lausanne qu'étaient v'nus mais ch'ai pas comment [de Lausanne ?] elles ont su c'était une vétérinaire et tout mais... elles sont eu beaucoup d'plaisir mais elles sont v'nus qu'une fois... j'sais pas euh... comment elles ont appris ça

**DM70 : c'est incroyable depuis Lausanne !**

D70 : c'est ouais c'est marrant pis une fois y'a aussi eu un... ouais ch'ai pas si c'était vraiment un couple ou...ou l'homme et la femme qui sont v'nus une fois comme ça j'pense manger pas dans un restaurant qu'e chose un peu discret j'dirais... y sont v'nus qu'une fois aussi c-c- ch'ai pas c'est comme ça... et pis après ce groupe s'est formé mais c'est vrai qu'y'en a qui viennent qu'une fois ou qui viennent une fois sur 2 [mmh] ou... j'sais pas pourquoi...

**DM71 : ouais c'est p'tête les envies des gens mais [voilà] est-ce qu'y'a des choses qui vous disent ah p'tête que ça c'est des choses à- est-ce que vous voyez des choses à améliorer par exemple ?**

D71 : il faut que chacun s'adapte à chacun on peut pas... on peut pas faire euh la loi ou comme ça j'ai eu un problème avec une personne... euh ça ben si vous voulez savoir y faut voir avec euh Marisa\* je vais pas trop en parler c'était la seule fois où j'ai eu un problème mais autrement c- c'est chacun doit s'adapter [mmh] et si un vient pis qu'y voit que ben ça lui convient pas ou comme ça il a rien à m'dire j'viens plus

ou quoi [mmh] c'est après c'est eux qui s'inscrivent [mmh] là y s'inscrivent de fois en fois mais... ben voilà j'v- si j'vois qu'il vient plusieurs fois [mmh] c'est qu'ça va et pis que quand il est v'nu qu'une fois ça lui a pas convenu peut-être la nourriture je n'sai- [mmh] ch'ai pas personne me dit... euh moi j'peux pas rentrer là-d'dans c'est- y font comme ils veulent [mmh] si y vient une fois y vient une fois ben... ça m'a fait plaisir peut-être lui aussi pis qu'après j'sais pas c'qui y a eu mais c'est... vraiment c'est- ça fait très- quand même quelques années qu'y a tout l'temps les mêmes [ouais] on peut voir sur les... les feuilles et tout hein

**DM72 : (rires) vous ga- vous gardez des notes avec les [ouais] les les visites à chaque fois ?**

D72 : euh... là j'ai tout envoyé pis elle va m'envoyer oui faut chaque fois marquer euh... [d'accord ouais] pa'c'que moi j'peux dire ouais ouais moi j'ai eu 9 personnes hein pis y paient pour 9 pis en fait euh j'ai eu que 2 ou... donc moi j'dois tout l'temps marquer quoi comment [d'accord] est-c'temps en temps ils leurs téléphonent moi j'sais pas comment ça s'passe mais... ouais comme ça y'a aussi un peu des preuves de... [mmh] de ça ils ont leur année d'naissance j'sais pas si y envoient que'qu'chose p'têtre pour les anniversaires ou... pa'c'qu'après eux y r'çoivent tous les... y'a des p'tits cahiers ou tu peux aller faire la marche c'est tout est marqué c'qu'y font [mmh] ProSenectut

**DM73 : ouais... oui y'a les brochures avec les tables d'hôtes euh-**

D73 : ouais... oui tout à fait... ah ouais pis j'avais mis chez le méd'cin aussi dans la salle d'attente j'avais d'mander j'avais été faire une radio ch'ai plus pourquoi y m'avait ratée j'lui avais dit bon écoutez vous m'en r'faites une mais vous m'mettez ça euh à la salle d'attente hein [(rires)] et pis là alors y'en a 1 ou 2 qui sont v'nus pa'c'qu'y ont vu ça dans la salle d'attente euh du méd'cin

**DM74 : d'accord**

D74 : pa'c'qu'y doivent attendre [oui] peut-être euh un quart d'heures pis y- voient l'numéro pis après pis des fois je leur demande vous savez de où [mh] et ben... 1 ou 2 c'était voilà de chez l'méd'cin

**DM75 : d'accord ah c'est intéressant comme euh...**

D75 : les coiffeurs aussi y'a [ouais] quand même pas mal de... gens qui vont bon après elle pose ça euh... tandis qu'à la salle d'attente on doit attendre on- pis bon c'est au début ils avaient mis sur la table pis après j'crois qu'ils ont collé que... on voie mieux mai'nant y'a même plus de de journaux y'a plus rien sur la table à la salle d'attente [mmh] donc euh... et pis je- octobre novembre décembre janvier on n'a rien fait hein [oui] alors euh... voilà ça c'était 4 mois où... y'avait rien

**DM76 : vous avez pu rouvrir c't'été quand même euh un p'tit peu ?**

D76 : non c'est depuis... main'tnant depuis... février

**DM77 : donc ça fait depuis mars de l'année passée qu'vous aviez pas fait de table d'hôtes ?**

D77 : ouh alors là... euh... [(rires)] non j'crois qu'on a quand même pu faire euh... ça s'est rouvert un peu entre deux non ?

**DM78 : oui pendant l'été c'était un peu rouvert**

D78 : voilà

**DM79 : j'sais qu'y a des- 'fin-**

D79 : mais c'est depuis c't'automne depuis... octobre j'crois qu'on n'a plus fait

**DM80 : d'accord ouais**

D80 : ça- ça j'attends toujours euh... qu'elle me dise quoi [mmh] alors là octobre novembre décembre janvier ouais quat' mois euh... on n'a rien fait [mh] mais j'ai toujours euh téléphoné de- demander des nouvelles [mmh] j'ai pas pu faire à manger et tout d'un coup e- elle a dit si vous- tu veux et les- eux y veulent mais pour 4 [mmh] donc euh à 4 moi j'trouve que c'est déjà pas mal !...

**DM81 : oui ça leur fait déjà une sortie [ouais ouais] et...**

D81 : ouais et pis cha- y ont dit on fait [en alternance ?] une fois 4 une fois l'autre ça les dérange pas

**DM82 : mh...**

D82 : alors c'est quand même qu'ils ont envie d'venir

**DM83 : et c- j'pense que ça a dû leur manquer en même temps [mmh] 4 mois sans activité et sans contact**

D83 : j'pense...

**DM84 : c'est long (rires)**

D84 : ben ouais... bon moi j'ai toujours à faire là mais... mais pour eux c'est c'est d'venu quand même une habitude [mmh] ah on s'voit on va jouer aux cartes et y savent qu'c'est toujours là ben y font que ça

**DM85 : ouais... c'est dans l'agenda**

D85 : ouais tout à fait alors ouais ouais ouais eux y ont les...

**DM86 : (rires) c'est dans l'calendrier**

D86 : ah ouais ouais ouais (rires) ils ont les... les feuilles

**DM87 : c'est super... euh... est-ce que vous avez que'qu'chose à ajouter ? j'crois qu'cette fois j'ai posé toutes mes questions**

D87 : bon alors moi si ça continue comme ça ça ira très bien j'aime... beaucoup Marisa\* j'espère qu'e- ouais pa'c'qu'des fois j'fais des choses faux avec les papiers tout ça mais elle m'aide toujours euh... vu qu'j'ai pas 'fin ouais tout c'qu'y faudrait euh des fois j'me trompe un peu pis mai'nant elle m'explique bien pis j'espère qu'ça ira toujours bien si y faut commencer par internet tout ça ch... j'sais psa comment ça va aller...

**DM88 : mh**

D88 : j'espère qu'ça restera toujours un peu comme ça... encore euh paperasserie eh... comme moi j'sais faire disons [mmh] ça m'f'rait un peu mal au cœur des... ouais j'sais y font des cours et tout mais j'sais pas moi je... j-j- je trouve tellement que ça d'vient impersonnel que ça m'intéresse pas [mmh] même euh... qu'j'suis ringard ou comme ça moi j'préfère comme ça... donc j'espère qu'ça reste un peu comme ça... toujours... voilà

**DM89 : ouais super ben merci beaucoup ! j'crois qu'j'vais arrêter là**

## Entretien E

Nord-Vaudois, 1h04min13sec, 23.02.21

**DM : interviewer**

E : interviewé

**DM1 : bon alors déjà merci beaucoup euh d'avoir accepté de participer à cette euh à cette recherche euh donc pour rappel ça s'est fait dans le cadre de mon mémoire à l'université d'Lausanne euh comme j'veus ai dit ben j'm'intéresse beaucoup aux activités communautaires comme par exemple le bénévolat chez les seniors et donc j'aimerais un p'tit peu savoir ce que cette activité elle évoque pour vous hum... c'est pour ça qu'j'veus propose de discuter des tables d'hôte et de votre implication l'idée n'est pas d'être des choses justes ou fausses euh mais simplement de vous exprimer à ce sujet euh l'entretien dur'ra environ une heure et j'en profite pour vous rapp'ler que tout ce que vous direz ne sortira pas du cadre de cet entretien et que toutes les données seront anonymisées... si ces conditions vous conviennent j'veus propose de commencer la discussion (sonnerie de carillon) donc pour commencer est-ce que vous pouvez me raconter c'qui vous a amené à organiser une table d'hôtes avec ProSenectute ?**

E1 : alors sans problème c'qui m'a amenée à... à commencer une table d'hôtes c'était... avant ProSenectute- enfin avant j'veux dire indépendamment d'ProSenectute c'était que moi j'ai toujours été impliquée dans ma commune euh...euh... pour d- pour dif- di- diverses raisons et puis euh un jour y'a eu un r'portage euh... à la télévision suisse romande où y'avait une dame qui... avait qui était filmée qui f'sait une table d'hôtes déjà ProSenectute je crois mais j'l'ai su plus tard moi j'avais pas vu ce reportage ça s'appelait euh... l... elle a elle elle avait intitulé sa table d'hôtes l- la dînette de Marinette c'était une dame qui était à xxx euh xxx c'est un village euh... j'sais pas... par là-bas et puis hum... pis voilà les gens avaient vu cette euh- enfin certaines gens avaient vu cette émission et puis moi j'avais... euh... été sollicitée pour écrire un... p'tit chapitre dans un livre euh des communes du district [mmh] et puis euh j'avais décidé d réunir les anciens d'la commune pour euh... pour pour avoir des... oui des tuyaux [mmh] si j'peux dire ça comme ça sur mon village alors que j'suis née dans cette commune mais euh mon père étant décédé mes grands-parents aussi enfin etcetera j'me suis dit j'invite une fois les anciens et puis euh euh... autour d'un quatre heures et puis voilà y'avait toutes sortes de gens alors ces gens m'ont vue grandir euh pour la plupart hein et puis y m'ont raconté euh c'que j'voulais bien euh savoir [oui] enfin des tas d'histoires y m'ont raconté des histoires euh sur euh la famille un tel sur euh le monsieur truc sur la madame chose et pis sur mon papa et puis enfin etcetera etcetera pis c'était assez assez intéressant bref alors j'les avais beaucoup r'mercié mais euh... y m'ont aussi dit mais pourquoi euh... tu f'rais pas comme cette Marinette ? est-ce que tu as vu cette émission ? bien sûr que non moi j'travaillais euh à c't'époque-là pas mal et puis... j'ai... revu certaines de ces personnes enfin j'les voyais disons régulièrement [mmh] plus ou moins et puis on m'disait toujours mais as-tu pensé à cette euh table d'hôtes euh etcetera... et puis quand j'ai travaillé moins et bien je m'y suis collée... surtout surtout parce qu'un des... messieurs de l'histoire hum... s'est r'trouvé veuf et pis lui euh... c'était un m'sieur qu'j'adorais euh... qui était d'une gentillesse euh... impressionnante y s'est r'trouvé veuf il avait une fille unique elle habitait à G'nève euh il avait pas d'voiture euh y- sa fille venait régulièrement mais enfin bref [mh] alors un jour euh pour lui j'ai décidé d'faire ça

**DM2 : d'accord**

E2 : et puis euh... tous ces gens qui me poussaient à faire cette table d'hôtes eh ben y'en avait plus qui voulait v'nir parce que euh dans dans dans leur dans leur vie euh ils avaient leurs enfants leur euh leurs habitudes euh etcetera et puis ben y voulaient pas v'nir m- alors ce m'sieur est v'nu tout seul j'crois qu'j'l'ai eu pendant 2 ans tout seul chez moi et puis- une fois par semaine et puis s'cusez-moi (se lève) et puis euh... après euh y'en a un autre une autre enfin etcetera et puis plus tard y'a eu ProSenectute parce que j'me suis dit (ouvre un paquet de mouchoir) euh... moi y faut qu'j'fasse ça quand même correctement euh... puisque ça existe euh... 'fin cette histoire [mmh] de ProSenectute etcetera j'me suis approchée d'ProSenectute et j'suis d'venue euh... euh... officiellement table d'hôtes de ProSenectute [d'accord] alors qu'avant j'l'étais pas mais ! voilà donc ça fait des années et des années que ça dure cette histoire-là de ProSenectute ça doit faire 10 ans-

**DM3 : ProSenectute 10 ans et pis donc ce monsieur c'était déjà... avant ça ?**

E3 : c'était bien avant oui

**DM4 : donc 12 ans en arrière que'chose comme-**

E4 : ouf !

**DM5 : encore plus ?!**

E5 : oh ouais j'pense euh... j'ai presque envie d'être au minimum 15 ans... p't'être même plus alors bon c'monsieur est dé- malheureusement pour moi- enfin pour moi pour tout le monde décédé euh y'a peu d'temps mais bon euh il avait l'âge pour puisqu'il est décédé il avait 98 ans donc euh... mais y'nait



toutes les s'maines et puis euh... j'prenais jamais d'vacances j'étais toujours là toujours dispo bon alors avec lui j'avais au- aussi une euh une relation qui est d'venue euh... qui est d'venue plus importante [mmh] j'allais lui faire les courses euh enfin j'étais toujours là [oui] quoi voilà c'était... voilà comment ça a commencé

**DM6 : ouais et puis ProSe- quand vous avez commencé avec ProSenectute euh comment est-c'que ça s'est passé ?**

E6 : alors euh j'ai approché ProSenectute j'ai dit que...voilà qu'j'voulais faire une table d'hôtes- enfin qu'j'avais déjà etcetera alors on m'a envoyé faire un cours [mmh] je n'sais plus si c'était une journée- 3 j'crois j'ai été 2-3 fois ou bien une fois j'sais plus j'me souviens même pas euh... on a eu euh... des intervenants euh... euh... de de de la Croix-Rouge de de Caritas de ProSenectute enfin etcetera on était euh... 20-30 je n'sais plus et puis hum on avait rendez-vous l'matin 8 heure on a eu euh un r'pas en commun euh 'fin c'était- voilà ils nous ont... expliqué c'que c'qui est bien c'qui n'l'ait pas euh [mmh] 'fin bref voilà histoire de de de de cadrer un peu euh les choses je pense [mmh] je sais pas pa'c'que finalement euh c'est pas si simple que ça d'être bénévole... dans la m'sure où... où avec mon monsieur-là c'était formidable pa'c'que lui euh n... a jamais euh... comment dire... n... a toujours été euh très... très bon très juste très très droit très... y'en a d'autres euh... y'en a d'autres euh... qui qui... comment dire y'en a d'autres qui d'viennent euh ou qui sont moins agréables j'veux dire euh qui euh... pa'c'que exemple euh ProSenectute euh... dit que on doit donner à ces gens une entrée un plat un dessert [oui] de l'eau et du café [mmh] pour la somme de 15 francs et certains euh on m'a dit on m'a on m'a expédié à la figure de manière très désagréable que... comment je- osais-je dire que j'faisais du bénévolat alors que j'encaissais d'argent ?... alors euh s... après il faut se justifier [mh] faut s'expliquer faut- alors bon euh c'est pas comme ça pas autrement euh allez voir chez ProSenectute là c'était c'était euh c'est facile puisque je suis bénévole [mmh] avec une carte euh autre- avant d'être bénévole avec ma carte ç'aurait été plus compliqué mais ça m'est pas arrivé avant [mmh] pa'c'que justement j'avais que une deux trois personnes et pis c'était c'était un cercle très fermé alors que une fois lancée dans ProSenectute il est v'nu des gens que j'connaissais pas du tout [d'accord ouais] euh... il est v'nu des gens de de d'un peu partout enfin de [tout l'canton ?] de loin quoi... peut-être pas tout l'canton oui y'a eu des gens d'Lausanne qui sont v'nus [d'accord] mais parce que y sont v'nus- une dame de Lausanne est v'nu quelques fois avec son amie euh qui habite à Yverdon-les-Bains et pis qui... qui trouvait formi-tellement formidable ma table d'hôtes qu'elle invitait sa copine enfin des choses comme ça j'ai eu des gens d'Neuchâtel j'ai eu des gens euh le le monsieur qui v'nait du plus loin y v'nait d'Bavois... Bavois c'est ch'ai pas combien d'kilomètres euh bref c'est c'est y faut v'nir quoi [c'est entre Lausanne et] ouais voilà... y' faut quand même venir de de Bavois faut avoir envie quoi je veux dire euh pa'c'qu'y avait-

**DM7 : pa'c'que la plupart du monde- enfin la plupart des personnes qui viennent elles viennent-**

E7 : y viennent d'Yverdon-

**DM8 : de la région ?**

E8 : oui ben oui... oui ! le le y viennent de près oui oui oui [mmh] oui parc'qu'après y faut qu'y se... qu'il puisse euh se mouvoir euh maint'nant là depuis euh... 2019 ouais 2019 mon mari est... est a commencé à m'accompagner en ce sens que il a pu il a pu au besoin aller chercher et ram'ner les gens pa'c'qu'il a cessé son activité [d'accord] euh au 31 décembre 2018 il a pris sa r'traite donc là euh... y y m'a aidée mais avant euh... y travaillait [mmh] y rentrait euh le midi quand ces gens étaient là ou pas donc euh j'veux dire euh il avait un... un travail qui f'sait qu'parfois y rentrait pas donc euh y... m'aidait pas y pouvait pas m'aider y rentrait y mangeait y r'partait j'veux dire c'était voilà mais euh... donc j'pouvais pas être euh à mes casseroles et puis dans ma voiture [mmh] c'était pas possible voilà donc euh...ça s'est passé comme ça

**DM9 : pa'c'que les les gens d'habitude euh qui viennent est-ce qu'y viennent plutôt en voiture en transports en commun à pied ?-**

E9 : plupart du temps en voiture ouais [ouais] la plupart du temps en voiture et puis euh y'a une personne qui est v'nue pendnat longtemps- mais vous savez euh depuis toutes ces années euh y'en a énormément qui sont décédées euh (rire gêné) alors bon cette personne-là elle venait en... en transports en commun [d'accord] alors elle habitait un autre village alors elle devait prendre son bus dans son village aller jusqu'à Yverdon reprendre un autre bus pour v'nir ici enfin etcetera c'était... ouais et puis c'était une personne un peu... désorientée comme euh... comme euh...comme on dit... et y'a des tas d'gens qui sont... voilà quand j'vous disais y'avait des... y'a des fois des des difficultés [mmh] c'est pas toujours simple pa'c'qu'y a des gens qui sont un peu désorientés alors bon on m'a toujours dit chez ProSenectute que les gens qui v'naient y d'vaient être capables enfin... y doivent être capables de de de manger tout seul et pis euh euh... on doit pas les conduire aux WC [mmh] j'veux dire euh y... y sont aptes- mais... ça fait rien y'en a quand même qui... oui qui sont désorientés quoi

**DM10 : dans l'contact c'est un peu compliqué ou ?**

E10 : voilà pis y'en avait un qui habitait ici dans l'village euh... il habitait à pff... qu'est-ce qui faut dire ? euh 50 mètres euh peut-être 100 ch'ai pas mais d'chez moi y v'nait euh en voiture... et puis hum... les derniers

temps euh y v'nait sonner à 3 heures l'matin il avait sa bavette autour du cou y m'disait mais enfin il est pas prêt c'repas?! euh... c'était voilà c'est c'est y faut... c'est c- pour ce qui concerne ma table d'hôtes [mmh] voilà c'que c'que j'peux c'que j'peux dire comme euh... particularité [ouais] j'veux dire

**DM11 : un peu les un peu le côté les les difficultés [voilà] qu'vous avez rencontrée-**

E11 : emfin difficulté...

**DM12 : non mais voilà les... les...**

E12 : les choses qui sont pas... ça roule pas [c'est désagréable] voilà c'est c'est pa'c'que quand vous avez c'monsieur qui vient sonner à 3 heures l'matin pis qui pis qui m'a vue naïtre hein pis qui m'dit mais enfin il est pas prêt c'dîner et pis j'lui dis mais non mais mais vous avez vu quelle heure il est ? mais... je sais pas non ! euh j'ai dit ben y fait tout nuit il est 3 heures l'matin y m'dit mais moi j'ai faim ! j'ai dit mais alors y vous faut rentrer chez vous pis vous faire une tartine euh c'est pas encore l'heure euh et puis à midi quand y... revient dîner euh... le le lend'main matin enfin le le à midi y s'appelle plus [mh] qu'il est v'nu à 3 heure quoi c- c'est... voilà

**DM13 : oui c'est des expériences un peu troublantes j'pense aussi**

E13 : c'est troublant voilà pa'c'que... on sait pas quel euh... on sait pas forcément quelle attitude- enfin y faut trouver l'attitude à ad- à adopter [mmh] quoi j'veux dire y faut trouver le le voilà... et puis dans les dans les... dans ces attitudes-là cette dame qui v'nait euh d- de en bus elle venait euh une heure avant elle repart- enfin pa'c'que moi j'leur disais d'venir euh à partir de midi [mmh] j'servais l'repas vers midi quinze euh j'leur disais euh j- je fais à manger pour midi et quart histoire de d'avoir un cadre pa'c'que ils ont besoin aussi hein alors elle elle venait tout d'un coup à 10h30 elle était là euh... euh... pa'c'que le- elle euh elle s'était trompée d'bus ou pa'c'qu'elle avait pas eu... c'qu'elle voulait entre deux- j'en sais rien [mmh] j'ai jamais su mais elle était elle était... particulière cette dame elle était particulière elle me racontait sa vie elle me racontait des choses euh... qu'on n'a pas envie d'entendre euh 'fin et pis j... alors y faut faire attention [mh] pa'c'que on peut pas prendre parti on peut pas... 'fin etcetera c... était compliqué des fois mais...

**DM14 : et pis comment est-c'que vous gériez un peu ces situations euh...?**

E14 : ah ben j'lui j'lui disais bonjour avec un grand sourire et pis j'lui disais d's'installer quelque part et puis euh euh... elle- on- elle prenait un fauteuil pis elle s'installait ou alors elle me f'sait la conversation et puis euh euh... j'devais lui dire pardon ! euh enfin bref... mais c- c'est... c'était gérable hein [oui] j'entends ça a toujours é- y'en aurait eu 3 ça aurait pas été gérable mais une c'était possible [mmh] j'entends mais euh...c-c- c'est des choses euh... qui m'ont... plus marquées que... que l'simple euh la simple personne qui vient qui sonne qui m'dit bonjour ! ah ça sent bon ! ou ch'ai pas quoi ils ont toujours été charmants qui s'assied- ah oui pis alors y veulent toujours leur place hein y veulent pas s'asseoir euh ah mais moi j'aime pas cette place euh ! même si y sont jamais allés moi j'veux aller là-bas comme d'habitude ! euh... [(rires)] enfin etcetera et puis euh et puis voilà c'est c'est euh... pa'c'que m- moi j'en ai eu beau-coup euh... euh... c'est 9 le maximum [d'accord] j'ai eu souvent 9 personnes ouais 'fin [oui] disons 7 quoi voilà mais euh 9 aussi j'ai- pa'c'que moi j'ai une table extensible (prend le plateau de la table dans la main) hein alors euh [mmh] j'ai...

**DM15 : c'est dans tout l'salon ?**

E15 : mmh ouais ouais ouais... ouais ouais... ouais ouais

**DM16 : et puis euh... vous- c'est toujours les 9 mêmes personnes à peu près ?-**

E16 : alors c'est ça un peu l'problème de la- le problème qu'y a eu avec covid c'est ça c'est que... mmh... bon l'année dernière on a été informés que etcetera pis moi j'ai... décidé de m'arrêter un moment j'ai j'ai... j'ai dit à ProSenectute que j'voulais pas continuer pa'c'que ch'ui une personne à risque et puis euh j'ai des problèmes cardiaques je suis diabétique et puis vous voyez la taille que j'fais donc j'ai- j'suis à risque donc euh...mmh voilà on sait que ben on savait pas c'que c'était enfin etcetera j'voulais pas r'cevoir ces gens avec un masque euh ou j'en sais rien euh enfin on en parlait pas encore à l'époque [mmh] même et puis bref euh j'ai stoppé pis peu d'temps après euh ProSenectute a stoppé aussi [mmh] pis après y'a eu... euh... je sais plus dans quel ordre mais y'a eu toutes les modifications qu'on... qu'on sait et pis ProSenectute nous a... nous a informé qu'on pouvait r'commencer mais qu'on d'vait être 5 à table [mmh] euh... q- c- voilà et pis... 5 ben ça f'sait 3 personnes mon mari et moi ça fait 5 donc euh...ch- j- comment choisir...qui j'prends ? pa'c'que si j'prends euh ceux-là pis pas ceux-ci pis enfin etcetera y v- y va y avoir des frustrés... et puis oui mais alors on m'a répondu chez ProSenectute euh euh...mais y faut écoute tu tu tu fais 2 jours de suite et pis tu tu... t'as qu'à faire un r'pas qui s'réchauffe pis tu leur donnes euh l'lend'main le r'pas réchauffé mais 2 jours de suite ça fait toujours pas les 9 ! f-'fin c'est toujours compliqué [mmh] quoi [ouais] pa'c'que y- c'est arrivé quand même plusieurs fois qu'j'doive refuser des gens [mh] donc euh... euh... moi j'ai pas voulu ça- j'ai pas voulu

**DM17 : mais comment est-c'que vous décririez votre groupe ? est-c'que c'est toujours les... 7 personnes qui viennent ou est-c'que vous avez par exemple une vingtaine de personnes pis vous leur dites voilà 9 ce jour-là-**

E17 : j'en n'ai pas 20 non mais j'en ai... j'en ai euh... j'sais pas combien j'en ai mais justement c- ça y'a ceux qui viennent une fois par année [ouais] euh ceux qui viennent euh une fois tous les deux mois euh... y'a une dame elle vient une fois par mois y'a... y'a d'autres la plupart y viennent toutes les s'maines enfin tout- enfin non j'faisais une fois par s'maine mais quand j'ai r'commencé j'ai fait plus qu'une fois par quinzaine [oui] qui viennent chaque fois euh... on pourrait faire tous les jours y viendraient tous les jours 'fin on s'demande mais presque et puis alors c'est c'est euh... c'est souvent les mêmes personnes bien sûr

**DM18 : d'accord oui**

E18 : alors la dernière- récemment enfin récemment avant le avant covid euh j'ai... reçu euh... une deux trois... y'a une des dames qui v'nait assez fréquemment mais qu'avait mis un p'tit... un-un p'tite distance tout à coup j'crois qu'elle s'était bringuée avec une autre qui était sa sa meilleure amie à un temps enfin ch'ai pas quoi euh et pis qu'a mis une p'tite distance pis tout d'un coup elle m'appelle pis elle me demande si elle peut v'nir mais elle s'ra pas seule y s'ront 4... et puis euh j'ui dis oui mais alors euh... la s'maine telle pa'c'que... la prochaine fois c'est déjà complet [mmh] enfin j'peux pas vous prendre à 4 et puis alors y sont v'nus et... une des personnes était aussi bénévole chez ProSen mais ch'ai pas de... ch'ai pas si elle faisait tab- table d'hôtes ou quoi mais j'crois pas (inspire) donc elle elle a plus voulu v'nir 'fin elle est v'nue juste pour amener ces- enfin voir [mmh] et pis- elle m'l'a dit hein elle m'a dit j'viens moi ch'ui juste venue voir j'veux pas... j'veux pas v'nir [oui] ou quoi mais euh les... les... les deux autres qu'elle a amené sont v'nus euh régulièrement pis elle elle est aussi r'venue et puis ben- pis voilà pis tout s'est arrêté quoi...

**DM19 : d'accord... et comment ça s'passe en général euh co- comment est-ce que votre table avec ProSenectute elle a elle a débuté ? est-c'que euh les gens sont v'nus pa'c'que euh... le par le bouche à oreille ?-**

E19 : ah non tout au début euh ProSenectute mettait des annonces dans l'journal [d'accord donc c'est le journal] alors on avait l'droit à un un un... une jolie annonce qui disait euh nouveau à T. table d'hôtes euh... a'ec le nom d'la table d'hôtes et puis euh le téléphone [mmh] enfin et puis 15 francs par jour enfin par repas enfin ch'ai plus quoi y'avait une [annonce comme ça] jolie annonce maint'nant ils les mettent plus pa'- à un moment donné ils ont arrêté d'les mettre pa'c'que euh... voilà euh question budget et puis euh... pis voilà [mh] mais euh c'est comme ça- chez moi ça a commencé comme ça- pa'c'que le monsieur d'Bayois euh j'l'aurais jamais vu si... s'il avait pas vu l'journal [mmh] j'veux dire euh

**DM20 : ouais justement une des une des questions qu'on s'pose [mmh] c'est euh dans quelles circonstances est-c'que les gens viennent la première fois euh vous parlez aussi au début ben voilà des personnes plutôt du village est-c'que c'est possible aussi à travers le bouche à oreille par exemple ?-**

E20 : bien sûr bien sûr... bien sûr bien sûr c'est fait comme ça en plus ProSenectute nous donne des des flyers de de de A5 [oui] on peut en faire c'qu'on veut hein- c'qu'on en veut hein j'veux dire alors euh j'en ai... j'en ai distribué dans les boîtes aux lettres j'en ai distribué euh... à... lors de de manifestations euh où j'ai d'mandé si j'pouvais [mmh] etcetera euh j'ai pensé que... j'ai pensé que... les gens d'la paroisse s'raient intéressés pa'c'que à la paroisse y'a des y'a des personnes âgées euh... énormément d'personnes âgées... pour y avoir été une fois euh servir le thé pa'c'qu'on m'avait d'mandé si j'voulais bien consacrer un après-midi enfin j'ai été 2 ou 3 fois donner un coup d'main euh quand y... quand y r'çoivent les aînés précisément euh... j'avais d'mandé pis on m'avait dit oui pis finalement les gens y sont y sont pas v'nus y sont [mmh] v'nus une fois 2 fois mais y sont pas v'nus y ont pas- pa'c'que la paroisse chez nous e- euh y'a... y'a 9- enfin 7 puisqu'y'a eu des... des...des fusions y'a 7 communes [ah oui !] c'est trop éloigné j'veux dire c'est pas la même chose que [c'est pas que dans l'village] si c'est une paroisse du quartier et pis moi je suis... je n'vais pas à l'église donc euh je...n'suis pas bien connue de de... des gens qui vont à l'église [mmh] c'qui fait que... ça n'a rien donné (prend sa respiration) une fois euh ProSenectute avait organisé- m'avait d'mandé si on pouvait c'était la s'maine du goût si on pouvait euh si si ils pouvaient organiser une euh une table d'hôtes le euh la s'maine du goût chez moi j'avais bien entendu accepté pis alors ils avaient invité l'CMS ils avaient invité euh... justement la pasteure ils avaient invité les autorités ils avaient invité tout ça et puis hum... ils sont tous partis en m'disant que... y m'enverraient pleins d'monde le CMS était ravi pa'c'qu'ils allaient m'envoyer du monde la pasteure pareil... m'ont jamais envoyé personne ni les uns ni les autres euh... la- la commune euh les autorités communales non plus par contre les autorités communales c'qu'elles acceptaient d'faire c'était quand elles font un p'tit bulletin communal c'était d'mettre pa'c'que y'avait une p'tite rubrique pour les annonces privées [mmh] c'était d'mettre dans les annonces privées que... j'existais

**DM21 : d'accord... ouais et donc les n- nouvelles personnes vous pensez que- comment est-c'qu'elles apprennent euh-**

E21 : alors euh par euh par des amis par des oui... ou euh- j'ai travaillé euh à Yverdon-les-Bains euh... aux... aux greffes municipales un jour y'a un monsieur qu'est v'nu euh... qui- un monsieur âgé euh il il avait euh presque nonante ans j'crois pis il est v'nu il était un peu perdu et puis euh... la personne qui l'a r'çu euh... l'a un peu... r'çu fraîch'ment à mon sens j'me suis l'vée pis je je j'ai écouté c'qui... c'qui disait pis j'l'ai... j'lui ai donné un prospectus de ProSenectute [mmh] pa'c'que on avait- on r'cevait les prospectus

de ProSenectute y fallait juste que... qu- qu'on les donne au lieu d'les laisser euh...s'entasser et pis les j'ter au bout d'un certain temps (inspire) et puis c'monsieur avait été reconnaissant- bon évidemment j'pouvais pas l'inviter chez moi pa'c'que ça ça aurait fait euh... j'au- j'aurais pas osé quoi [ouais] j'veux dire euh j'lui avais pas dit je fais et vous pourriez j'avais pas dit mais hum... mais euh j'lui avais donné le le l- oui un carton [une brochure] ProSenectute qui puisse bah aller voir [ouais] chez eux après est-ce qu'il y est allé ou pas j'en sais rien mais ce monsieur v'nait d'perdre son épouse il était tout perdu euh j'veux dire des voilà des choses comme ça lors lors de discussion euh... vous discutez pis on on vous dit ah mais tu fais toujours euh ? ou j'sais pas quoi pa'c'que ma maman ou ch'ai pas etcetera et... pis voilà [mh]... j'ai des copines dans dans dans... l'village qui m'ont... qui m'ont dit est-ce que tu pourrais nous faire des bons ? pa'c'que ch'ai pas quoi offrir à ma tante à Noël ou ch'ai pas quoi et pis euh... ben j'aimerais bien avoir 3 ou 4 bons euh....

**DM22 : c'est drôle !**

E22 : ouais

**DM23 : c'est la première fois qu'j'entends euh...-**

E23 : alors j'ai fait j'ai fait des bons (rires) et pis les gens sont v'nus pa'c'que pa'c'qu'y avaient des bons autrement ils s'raient pas v'nus [oui] pa'c'qu'ils ont l'habitude de... d- de... les personnes âgées euh même si mes ch'veux blanchissent euh sont quand même assez carrées hein

**DM24 : oui... elles ont leurs habitudes**

E24 : surtout la génération moi ch'ui encore euh ch- ch'ui heureusement d'une généra- d'une génération qui est un p'tit peu plus... un p'tit peu moins carrée j'crois j'veux dire euh... j- je j'ai connu mai 68 la pilule les yéyé enfin hippies tandis que eux y... non y... y ont eu la guerre quand ils étaient enfants ils ont été très- donc voilà c- c'est c'est ouais ouais j'ai fait des bons c'est rigolo ils avaient trouvé ça marrant la première fois j'me suis dit mais attends (rires) et pis si y viennent pas faire valoir leurs bons pis qui viennent dans 10 ans pis que...ch'ui à mon tour plus capable ou ch'ai pas quoi on fait comment ? non non mais c'est marrant c'est c'est... oui oui alors j'avais accepté d'les faire c'était... c'était... oui

**DM25 : ah c'est intéressant ça... et en parlant d'ancienne génération ou plus jeune génération est-c'que vous pensez que- enfin les informations de ProSenectute elles sont par exemple en ligne est-c'que vous pensez que c'est un... que c'est un... moyen d'information [non] qui est utilisé ?-**

E25 : les vieux y... y'en a 2 ou 3 oui [mmh] qui qui j'en ai 2 ou 3 de ces dames qui ont un ordinateur et pis qui- pa'c'que c'est des dames qui ont travaillé dans des bureaux et puis qui euh... qui euh... ch'ai pas elles ont-elles ont-elles ont 20 ans d'plus que moi mais [mh] elles ont travaillé dans des bureaux et pis elles elles ont essayé de de de se maint'nir euh... euh à la page alors oui elles savent aller r'chercher euh euh... ch- pour faire un voyage ou pour aller chez ProSenectute ou quoi alors celles-ci oui mais les autres non la plupart non...

**DM26 : mh... vous diriez plutôt qu'y a 2-3 dames qui savent- 'fin proportionnellement vous pensez qu'c'est quoi euh moins d'la moitié-**

E26 : ah oui oui ! attends alors... j'dirais même pas un quart [d'accord] euh... ah oui oui... mais bon après y'en a d'autres qui ont des enfants et pis qui voilà euh- mais j'pensais pas alors personne m'a dit euh j'ai vu sur internet euh... y'en avait 1 qui était v'nu pis qui m'avait dit euh ma fille m'a dit [d'accord] donc sa fille avait certainement soit été allée chez ProSen soit avait vu sur internet j'en sais rien sur euh ordinateur je n'sais pas mais... y m'avait dit ma fille m'a dit est-c'que j- est-c'que j'pourrais venir ? et pis c'était à l'époque où j'faisais encore une fois par euh une fois par semaine pis j'lui avais dit oui pis ils étaient v'nus il est v'nu spo- c'pauvre monsieur il est v'nu 3 fois y m'a dit euh... ah ! mais si j'avais su plus tôt euh... j's'rai v'nu c'est- pa'c'que c'est formidable pa'c'que ma femme est morte y'a... je n'sais pas combien d'année j'me rappelle plus je n'me suis jamais fait un œuf au plat je n'sais pas cuisiner je vais toujours manger au restaurant alors euh... j'ai des entrées à l'hôpital- à... l'EMS untel j'pense qu'c'est là-bas où son épouse était ou [mmh] ch'ai pas quoi y pouvait aller manger d'temps en temps là-bas à Yverdon y'a... un restaurant euh... qui s'appelle Les Alizées qui... qui est... j'sais pas si c'est toujours euh la même chose mais qui était vous- vous si j'vous dis l'SEMO vous connaissez ?

**DM27 : oui !**

E27 : voilà alors euh... le- ben oui si vous v'nez... [(rires) d'Yverdon] le SEMO euh faisait des r'pas pour Les Alizées [d'accord] pis les Alizées c'est réservé aux personnes âgées m'enfin c...c'est ProSenectute qu'y a du mettre ça en... en route j'sais pas qui j'me rappelle plus j'me j'me honnêt'ment c'est un peu loin [ouais] j'me j'me souviens pas et puis euh moi j'ai été euh au SEMO quelques fois euh euh pa'c'que le le responsable donnait des cours d'cuisine pis... moi-même j'en donnais aussi enfin etcetera chez les paysannes vaudoises donc euh 'fin bref moi j'aimais bien la cuisine alors j'ai été quelques fois là-bas mais euh autrement j'ai c- j'suis jamais allée manger aux Alizées pa'c'que j'avais pas l'âge et pis euh... et pis voilà bref c'monsieur m'disait donc Les Alizées l'EMS... le restaurant mais y m'avait dit le problème c'est qu'j'suis toujours tout seul à ma table [mmh] tandis qu'ici euh y'en avait 2 6 9 tout l'monde était- on était tous autour d'la table

**DM28 : mmh... et qu'est-c'que vous pensez euh du coup que les gens viennent chercher quand ils viennent à une table d'hôtes ?**

E28 : ben d'la... d'la compagnie d'la- euh... un bon r'pas pa'c'que... euh ils apprécient euh... j'pense... j'pense pas qu'j'en ai vu qui... qui n'aimait pas y disent euh mais moi j'mange très peu pis vous les servez pis y vous en r'demandent euh c- c- c'est assez c'est assez étonnant... euh... m- y'en a un j'peux l'servir 3 fois euh... c'est assez surprenant pa'c'que euh y dit euh oh moi j'mange très peu il est maigre comme c'est pas permis y fait peur euh pa'c'que y y s'fait pas à manger il a peu d'moyens alors y vient pis... il emmagasine quoi [mmh] c'est c'est voilà ça fait partie du jeu hein [ouais] j'veux dire euh et pis moi j'ai toujours servi du vin... donc euh pa'c'que j'me suis toujours dit bah déjà déjà y m'payent 15 francs euh... ProSenectute m'donne 5 ça fait déjà 20 certains m'donnent encore un truc euh une fois on m'amène un chocolat une fois on m'donne 5 francs 'fin bon... j- j'pense pas qu'une bouteille de vin euh évidemment c'est pas du mouton Rotschild mais euh c'est des bouteilles normales moi j'achète du vin suisse j'pense pas qu'une bouteille voire 2 euh quand y'a beaucoup d'monde [mmh] euh... vont crever mon budget pa'c'que j'fais pas ça pour l'argent j'fais ça p-... pa'c'que j'aime bien [mmh] j'ai toujours euh j'le- j'leur ai toujours dit j'ai toujours rêvé d'avoir une grande famille pis c'est pas mon cas donc euh... voilà euh j'ai j'ai fait autrement j'aurais pu aussi j'me s'rais intéressée aussi si les... si les si -... si c'était pas d'venu aussi compliqué j'me s'rais aussi intéressée à r'cevoir les enfants à midi

**DM29 : les enfants euh comme euh-**

E29 : les gamins qui vont à l'école [d'accord ouais] pis qui peuvent pas rentrer chez papa maman [oui] d- pour le r'pas d'midi mais c'est trop compliqué et pis maint'nant y'a des structures partout [oui] enfin ici y'en a pas tellement mais euh... mais euh... voilà donc euh... y'a trop de trop de contraintes [mmh] j'veux dire euh... pa'c'que mes... mes mes personnes âgées euh j'peux leur faire euh du poulet euh... euh... du du porc euh d'l'agneau du bœuf euh n'importe' quoi euh y... ça va passer mais les les les gosses y'a trop d'contraintes j'crois [mh] je crois hein et pis ch'ui pas... j'préfère les personnes âgées que les enfants [mh] disons- enfin j'préfère entre guillemets euh... les personnes âgées sont des adultes les enfants y faut les cadrer euh c'est pas... ch- s- ch- j'ai pas les compétences pour la cuisine j'aurais pu mais le le... euh le

**DM30 : le côté humain relationnel c'est pas pareil ?**

E30 : voilà j'ai eu une fille j'ai pas eu beaucoup d'enfants j'ai eu qu'une fille euh... on a fêté ses anniversaires et tout euh... euh on a eu jusqu'à 10 enfants à... à manger l'jour d'anniversaire ou ch'ai pas quoi euh... c'est pas toujours évident [mh] euh... alors euh... mais j- ch'sais pas l- les les... en tout cas maint'nant je f'rais plus ça [ouais] mais ça m'avait effleuré l'esprit ouais j'm'étais dit peut-être [oui] pourquoi pas

**DM31 : et pis comment est-c'que vous vous... qualifieriez votre euh votre euh cuisine ?... comment est-c'que vous décririez votre cuisine ?**

E31 : ben ma cuisine euh... euh... moi j'la décris comme euh normale euh... la plupart des gens qui mangent chez moi disent que j'cuisine bien euh c'est vrai qu'moi j- j'mets tout mon cœur à faire d'la cuisine euh... donc euh... je... j'aime ça j'ai toujours aimé cuisiner [mmh] donc euh... mh ouais j'l- j'leur- j'fais toujours un... j'fais j'fais bien j'fais au mieux 'fin j'veux dire euh... qualifier c'est difficile j'ai aucune prétention donc euh- mais alors j'peux f- j'peux très bien leur servir euh... une choucroute garnie [mmh] euh... avec une entrée c'est compliqué si j'fais une choucroute mais euh y faut trouver une entrée alors ch'ai pas ce s'ra euh ce s'ra... qu'est-c'que j'ai pu faire dans les entrée ? j'sais pas ce s'ra un œuf en cocotte ou bien ce s'ra euh... une salade enfin pas avec une choucroute mais euh j'veux dire une entrée euh qui qui... qui va passer et puis moi j'ai toujours euh en plus noté tous mes m'nus pour par leur servir la même chose hein donc euh j'notais tout c'que euh... j'ai toujours tout noté c'que j'leur donne donc euh telle date ils ont mangé ça telle date ils ont mangé ça et puis euh... j'peux r'faire la même chose mais euh... [pas la s'maine suivante] dans 2 mois quoi euh... peut-être mais pas... voilà [mh] j'ai toujours aimé noté c'que j'fais à manger et puis- ou bien alors j'leur fais euh alors bon y'a y'a... l'île euh au printemps j'aime bien aller euh prom'ner ramasser euh j'sais pas faire euh faire un truc avec les orties [mmh] euh des des j'ai toujours un peu d'originalité [oui] j'veux dire euh-

**DM32 : mais aussi d'la... cuisine d'la région ou ?**

E32 : ah oui oui oui alors moi j'achète tout euh... régional euh... euh... je... m'oppose à... dans la m'sure du possible à aut' chose ça coûte un peu plus cher mais m- pas forcément bio [mh] mais mais euh du coin ouais [ouais] j'me fournis la viande chez les paysans euh l- le plus souvent possible euh... c'est pas toujours possible [mmh] pa'c'que y font pas tout hein mais euh... mais euh... y'a une ferme si v- j'sais pas si vous connaissez à à... à Juriens qui euh... qui on a vu c'monsieur- bon vous avez sûr'ment entendu parler d'ça si vous faites euh dans dans dans la psychologie monsieur... comment il s'appelle Cheseaux à Juriens un... agriculteur qui fait tout à l'ancienne

**DM33 : est-c'que c'est la [il a fait un film] ferme des tables- terres rouges ?**

E33 : d'l'arc-en-ciel arc-en-ciel

**DM34 : ah oui !**

E34 : ouais alors euh j'leur achète un peu 'fin depuis pas longtemps pa'c'que... je... j'avais pas toujours l'temps d'aller au marché donc- 'fin j'avais pas toujours la possibilité pa'c'qu'j'ai travaillé jusqu'à pas très longtemps donc j'avais pas toujours l'temps d'aller au marché mais euh... alors euh... main'nant euh... d'ailleurs c't'après-midi y mettent euh... ils emballent du bœuf mais euh... aujourd'hui j'en ai pas pris pa'c'que j'en ai encore (inspire) euh... y'a un... alors eux y font du porc y font du bœuf j'sais pas c'qui font d'autre j'attends [mmh] pa'c'que c'est...e- elle me contacte pis elle me d'mande si... voilà y'a... un agriculteur euh à Suscévaz lui dans l'village d'à côté qui fait du bœuf d'temps en temps euh... le porc c'plus compliqué avant j'avais un boucher qu'j'aimais bien mais main'nant il a arrêté faut qu'j'en trouve un autre [mh] bon y'en a 2 ou 3 à Yverdon qui sont... qui sont pas mal et puis on peut on peut leur d'mander d'où ça vient j'veux dire [mmh] alors euh... alors si j'fais d'l'agneau ce s'ra p'têtre quand même d'la Nouvelle-Zélande pa'c'est pas toujours évident d'avoir d'l'agneau d'ici [mh] mais j'en fais pas au... j'en fais pas axu aux...aux... aux tables d'hôtes j'en ai pas fait ou j'en ai p't'être fait une fois pa'c'qu'c'est pas... ça passe pas bien l'agneau pas toujours [mh] enfin du moment qui savent c'que c'est y... les poulets j'les achète euh dans une ferme dans un village plus loin enfin etcetera quoi donc euh non j'fais attention ouais et pis les légumes aussi les légumes euh... euh... j'en r'çois euh ah ben j'ai r'çu c'matin un sac de... mh qui s'appelle les bottées c'est euh ça c'est du ça c'est du bio euh... ils en- ils envoient par la poste ils envoient les sacs euh... de légumes alors ma foi on prend c'qui y'a hein... [oui] j'veux dire euh pis autrement j'complète hein ça c'est sûr [ouais] mais non non j'essaie d'faire attention oui

**DM35 : donc c'est aussi [mais j'v-] de saison ?**

E35 : ah toujours d'saison ouais mais j'vais aussi à la migros alors bien sûr hein mais euh [y'a un équilibre] mais euh la migros elle a aussi des produits de... du terroir [mmh] et et... et des produits d'saison [mmh] enfin elle a aussi des choses j'y suis allée hier ça f'sait... quelques mois qu'j'y étais pas allée pa'c'que j'fais plutôt... j'a- j'appelle plutôt L'shop [mmh] depuis la pandémie mais euh... j'ai été effarée de voir à nouveau des fraises des myrtilles des framboises euh enfin voilà mais... mais voilà moi j'passe à côté ça m'intéresse pas t'façon c'est pas bon donc les tomates non plus euh... tomates elles sont bonnes quand elles sont au soleil euh... voilà après euh...

**DM36 : et pas sous serre (rire)**

E36 : et pas sous serre ouais ouais ouais non mais ici y font des tomates euh... euh y'a une entreprise euh... qui s'appelle euh Stoll SA ou Stoll frères SA j'sais pas quoi et c'est un des plus grands maraîchers euh en tout cas c'est... de Suisse romande en tout cas et pis voir de Suisse j'sais pas et y font des tomates et y plantent les tomates euh... le premier janvier l'2 janvier euh... et ils ont des kilomètres carrés d'serre alors les tomates elles sont là euh [d'accord] si vous êtes venue avec le bus vous avez passé [oui alors j'ai vu] à côté d'serres [oui] et ben elles sont là les tomates et ben quand leurs tomates sont... sont... mûres elles sont pas mauvaises [d'accord] mais elles sont quand même sous serre [ouais] j'veux dire mais elles sont pas mauvaises pis elles viennent pas d'Espagne y'a au moins... enfin bon voilà

**DM37 : vous.. y'a quand même une certaine conscience du terroir [oui oui oui] et d'la saison [oui oui oui] dans vot' cuisine**

E37 : mon père était agriculteur moi j'suis... un peu quand même restée terrienne (rires) même si euh si euh... j'ai pl- pas vu une vache de près depuis- c'est pas vrai mais euh depuis euh... 50 ans quoi (rires)

**DM38 : et pis est-c'que c'est que'qu'chose euh... euh à laquelle les les personnes euh elles sont elles sont sensibles ?**

E38 : pas toutes... quelques-unes oui mais les autres non la plupart des gens y s'en f... fichent mais complètement

**DM39 : d'accord...**

E39 : ouais c'est la même chose dans... dans... dans mon entourage j'veux dire les gens qui soient jeunes qui soient âgés euh... qui soient au milieu y... y'en a y'en a certains alors pour cer- pour certains j'passe pour une affreuse euh personne pa'c'que j'vais à la migros et pour d'autres- enfin j'dis la migros y'a la coop y'a tout c'que vous voulez et pour d'autres euh j'passe pour une euh une euh une une presque demeurée pa'c'que j'fais attention [mh] et pis euh... voilà y'a ces- y'a vraiment j'trouve c'est un peu les extrêmes

**DM40 : mh... et j'me d- j'posais la question pa'c'que euh euh une autre personne que j'ai pu interviewé elle me disait que euh elle fait aussi des plats euh... qui leur rappelle en fait leur enfance [ah oui bien sûr !] les choses comme euh la langue ou euh la choucroute-**

E40 : ah moi j'ai toujours fait d'la langue euh des choucroutes j'leur ai même fait des tripes c'est la seule chose que je ne mange pas c'est les tripes j'ai horreur de ça

**DM41 : mais vous les faites pour eux ?**

E41 : mais j'leur fais ouais

**DM42 : c'est incroyable !**

E42 : j'leur ai même fait des tripes ouais et j'en ai même mangé du coup [ouais] pa'c'que j'voulais pas... mais euh ça j'aime pas alors hein [mmh] mon mais oui oui alors euh je leur ai toujours demandé euh en plus quand y quand y viennent euh... euh... quand ils sont nouveaux chez moi j'leur demande est-c'que vous avez des allergies même si j'ai pas b'soin d'leur demander ça pa'c'j'suis pas un restaurant j'suis pas enfin mais j'leur demande si y'a que'qu'chose qu'ils aiment pas [mmh] et tout alors bon des fois je r'grette pa'c'que euh des fois j'aime pas ça ça ça ça ça ça alors ça fait beaucoup [ça limite] mais euh (rires)... mais euh... mais la plupart ça va

**DM43 : et pis comment ça s'passe pour les inscriptions est-c'qu'ils le font d'une fois à l'autre ? ou...**

E43 : alors euh la plupart le font j'reviens la prochaine fois ! [d'accord] oui oui mais euh autrement non ils appellent- y'en a même qui m'disent (imite voix aiguë) euh alors euh la prochaine fois j'reviens et pis qui téléphonent quand même (imite voix aiguë) ch'ui bien inscrit pour euh alors j'leur dis mais oui...

**DM44 : ouais... y confirment leur inscription euh...**

E44 : pis y'en a d'autres qui m'disent (imite voix aiguë) oh c'est pas possible on peut jamais v'nir c'est toujours complet pa'c'qu'y m'appellent le jour avant [mmh] pis l'jour avant bah ma foi c'est souvent qu-déjà prêt euh...

**DM45 : d'accord**

E45 : (imite voix aiguë) mais alors ça va jamais j'dis ben faut vous inscrire pour la prochaine fois comme ça euh [comme ça c-] ah ouais mais moi j'sais pas d'un d'un d'un jour à l'autre pa'c'que y veulent pas... alors ma foi tant pis pour eux [mh] quoi qu'est-ce qu'on peut faire...

**DM46 : et euh... comment est-c'que ça s'passe l'organisation- est-c'que vous pouvez m'raconter un peu le... le déroulement type de comment vous organisez une table d'hôtes-**

E46 : ben alors euh... si j'ai ma table d'hôtes euh... on est quel jour on est... mercredi [mercredi] non on est mardi

**DM47 : on est mardi vous avez raison (rires)**

E47 : (rires) si j'ai ma table d'hôtes jeudi euh aujourd'hui j'vais... réfléchir au menu qu'j'fais et puis... demain j'vais... faire mes courses enfin faire en sorte de- pa'c'que suivant c'que j'vais faire y'a des choses que j'vais commencer demain [mmh] ch'ai pas euh si j'leur fais euh... euh... un flan pour l'dessert ou si j'leur fais ch'ai pas un truc qu'a b'soin de r'poser ben j'vais l'faire demain euh... et pis jeudi jeudi matin ben j'vais faire euh le... le... r'pas pa'c'que moi j'veux frais j'veux pas... justement quand elle me disait euh pis tu réchauffes [mmh] tu les prends plusieurs jours pis tu réchauffes alors ça j'ai dit ça j'ai jamais fait j'vais pas leur donner du réchauffé [mh] moi j'vais manger les restes après euh avec plaisir mais eux j'veux pas y'a pas d'raison hein alors j'vais préparer ou si j'fais un goulasch ou j'sais pas quoi alors évidemment j'vais l'commencer euh... demain pour jeudi [mmh] pa'c'qu'y doit cuire et recuire euh mais bon (inspire) et puis euh ça c'est comme ça pis jeudi ben c'est l'jour euh le jour j alors j'vais... déployer ma table comme euh il faudra qu'elle soit déployée par rapport au nombre de gens qu'j'ai pa'c'qu'on peut aller jusqu'à 14 même si j'ai droit à 9 personnes euh mon mari et moi ça fait 11 [mmh] donc euh j'aime bien avoir un peu d'espace donc j'vais déployer ma table et puis j'vais... mettre une nappe et pis j'vais... mettre la table et puis euh bla bla bla quoi euh j'vais... j'vais...

**DM48 : vous occuper aussi d'la décoration ?**

E48 : j'vais faire une p'tite déco et puis euh... euh j'sais pas euh j... j'vais essayer d'faire qu'ça leur euh qu'ça leur plaise alors souvent- bon y'en a qui sont pas... je cherche une ou 2 photos j'dois avoir... y'en a qui sont pas du tout réceptifs pis y'en a qui oh ! mais c'est tellement joli toujours ! [(rires)] enfin c'est- ça fait plaisir [oui] quand vous leur faites plaisir pa'c'que ils le diraient pas s'ils avaient pas du plaisir [mh] donc euh... c- c'est... c'est toujours euh... pis c'est tellement facile de faire plaisir quoi alors euh voilà et pis après ben euh... quand ils arrivent euh ch'ui prête et puis euh...

**DM49 : donc ça c'est vers midi midi et quart ?**

E49 : ouais 'fin un peu avant [mmh] vers midi j'essaye d'être prête et puis euh... hum j'vais ben j'vais les r'cevoir et pis leur dire bonjour pis alors avant c'était l'bisous pis euh comment ça va pipapipapa [(sourire)] et-cetera pis alors euh... y faut euh d- des fois faut les expédier qui prennent place pa'c'que y'a les autres qui sonnent avant j'habitais une maison beaucoup plus vaste alors y'avait plus d'espace pour euh pour entrer pour prendre euh toute la place qu'vous voulez mais là euh... y'a l'chien alors l'chien aboie tout l'monde mais... est à peu près apprécié d'tout l'monde avant y'avait l'chat mais l'chat s'est f- malheureusement fait écrasé euh... donc y'a plus d'chat mais... euh ouais 'fin euh pis y... vous racontent pis et pis euh après y s'parlent entre eux beaucoup moi j'commence le service on s'installe pour manger [mmh] j'mange avec eux quand j'm'assieds y'en a qui ont déjà fini euh y'en a d'autres qui euh... qui m'attendent c'est formidable j'veux dire euh pis voyez j'leur fais des... des ch'ai pas moi j'leur fais euh pour l'dessert [ah ouais !] j'leur fais une tarte aux carottes euh ou... ça c'est un... un... là y'avait une fois y'avait mon p'tit-fils alors c'est un [c'est chou !] gâteau au chocolat euh j'sais pas moi j- j'essaye d'faire euh pa'c'qu- ah oui j'ai aussi beaucoup mélangé les générations... quand y'avait peu d'monde

j'ai... pris des collègues de travail la plus jeune c'était l'apprentie elle avait 18 ans et puis euh... sont v'nus euh mais... ils adoraient ça ! et les jeunes et les anciens autant les uns qu'les autres ils adoraient ils adoraient c'mélange... et c- c'est c'était in- assez assez intéressant

**DM50 : et pis ça c'était votre initiative de proposer [oui !] à vos collègues-**

E50 : pa'c'qu- c'est-à-dire non c'est-à-dire j'ai pas proposé à mes collègues j'ai dit euh j'ai dit euh ah non j'peux pas pa'c'que j'travaillais à temps partiel [mmh] un moment et pis euh... est-c'que tu pourrais pas v'nir euh... tel jour pa'c'qu'on est un peu... débordés on a ça à faire ben non j'peux pas pa'c'est l'jour d'ma table d'hôtes [mmh] (imite sa collègue) ouais mais pa'c'que c'est quoi cette histoire euh moi j'veux v'nir voir euh et pis euh il en est v'nu un jour euh j'ai fait une table d'hôtes euh j'avais... j'crois 2 personnes âgées et pis euh 7 7 jeunes (rires)

**DM51 : ah mais c'est génial !**

E51 : y y v'naient ouais ouais pis alors euh y y v'naient... c'était c'était chouette pis moi j'fais j'sais pas si j'fais des spaetzli pis j'les fais moi-même euh avec les œufs d'mes poules euh j'veux dire c'est c'est ça ça fascine tout l'monde les vieux les jeunes [(rires)] ils aiment ça c- c'est ch'ai pas hein j'vous dis ça comme ça pa'c'que... pa'c'que...

**DM52 : ah non mais c'est génial de voir [ch'ai pas quoi dire] euh... ce mélange j'pense que ces ces ces tables d'hôtes elles apportent beaucoup aux personnes âgées mais c'est vrai que j'pense que les... les tables à la cantine j'crois qu'ils ont commencé à faire aussi pour favoriser comme ça les échanges entre les cultures avec les... ben avec les plus jeunes aussi bon là c'est des enfants j'crois mais...**

E52 : oui oui oui alors j'ai... fait partie des autorités ici euh... mh... j'étais au... au bureau communal et pis j'ai fait partie des autorités j'ai organisé euh... quand le... ah ch'ai plus qui c'était maint'nant là j'ai un blanc quand euh... mh la première fois qu- qu- qu'a été proposé dans les communes le... l... la journée intergénérationnelle [mmh] alors j'avais fait un p'tit-déj et puis j'avais d'mandé aux aux... instituteurs y'avait 2 classes ici y'avait une classe de... minus [enfantine ?] hein les premiers et puis une classe de 3 ou 4<sup>ème</sup> de 3 et 4<sup>ème</sup> j'avais d'mandé aux instit' s'ils étaient d'accord y m'avaient dit oui et pis j'avais euh invité- enfin j'avais- donc la la la commune avait accepté d'inviter pa'c'était la commune qui avait régale hein c'était pas moi avait accepté d'inviter euh tous les seniors... alors euh on avait ré- on avait on était j'me rappelle plus ben 2 classes ça f'sait... ch'ai pas 40 gamins [ouais] et puis euh... et pis euh 20 ou 30 euh seniors j'me souviens pas exactement mais alors j'avais fait des... j'avais fait des... j'avais fait des... c'est les classes qui avaient fait comment ça s'appelle le euh... ils avaient mis les noms... le... on vous mettre votre nom-là... c'est marqué Martine [oui] quand vous allez à un mariage y'a les mariés ou ch'ai pas quoi c'est écrit Martine [ouais] donc les gamins avaient fait la- les 3-4ème avaient fait ces trucs ah j'arrive plus à dire c'que c'est... et puis euh... j'avais mis euh un p'tit un moyen un âgé ou 'fin ch'ai plus dans quel sens mais ou bien un âgé un... un p'tit un moyen [mmh] ch'ai plus alors c'est- mais c'était génial ! pa'c'que y'avait des âgés qui aidaient les p'tits à... ouvrir enfin la coque ou ch'ai pas quoi y'avait des moyens qui aidaient les [âgés] seniors à aller ou qui allaient leur chercher pa'c'qu'y avait un buffet [mmh] qui allaient leur chercher leurs trucs et pis qui leur pelaient leur œuf enfin c'était génial j'ad- j'avais adoré !

**DM53 : et ça c'était en quelle année ?**

E53 : oup ! ... c'était y'a au moins 15 ans euh...[mh]... ah mais j'en ai trop de ces photos [(rires)] j'trouve pas euh mes tables ou alors j'les ai enlevées mais j'crois pas qu'j'les ai toutes enlevées c'est pas possible... bon disons qu'si j'mettais mes lunettes... oui alors j'vous écoute...

**DM54 : non euh... ben toujours un peu sur les- sur ces relations euh sociales est-c'que les... les personnes qui viennent euh à votre table d'hôtes est-c'qu'elles se connaissaient d'avant ?**

E54 : alors certaines oui certaines pas euh- précisément dans dans l'village-là celle qui m'avait dit euh tu d'vrais faire euh [oui] euh ben ça c'est une dame qui vit toujours qui a nonante ans cette année qui... est v'nue euh une ou deux fois... surtout quand elle a r'çu des bons d'sa fille [mmh] euh... mais autrement qui est très peu v'nue et puis euh... par contre euh j'pense qu'elle en a parlé autour d'elle probablement [mmh] mon... mon vieux m'sieur-là il le disait euh lui y m'amenait euh des fois y prenait avec lui des... ces... comment... les dames du CMS qui v'naient chez lui [d'accord] pa'c'qu'il avait euh il avait des soins il était... les les les 2 3 dernières années il avait euh... euh... le CMS [mmh] qui v'nait d'temps en temps et puis euh alors euh y s'arrangeait y m'disait (imite voix) est-c'que j'peux v'nir pa'c'qu'elle est tellement gentille et pis il invitait sa... sa dame du CMS et pis euh c'tait rigolo 'fin moi [mmh] j'trouvais ça sympa quoi alors d'temps en temps y'avait des gens euh ouais y s'parlaient entre eux ouais y s'parlaient quoi euh... j'ai eu des gens qui sont v'nus pa'c'que l'autre avait dit qu'fallait v'nir ou pa'c'que y s'sont faits inviter ou des choses [mh] comme ça quoi euh... y'avait des copines qui sont v'nues euh y'avait y- j'ai jamais eu- y'a toujours eu plus de dames que d'hommes mais euh...

**DM55 : proportionnellement ce- ça r'présentrerait combien à peu près ?**

E55 : ouf... proportionnellement combien... mmh...



**DM56 : est-c'que c'est... moitié moitié euh ?**

E56 : ah non non non non non

**DM57 : un tiers trois-quarts ? oh non non non non non non**

E57 : euh en tout cas trois quarts moi j'dirais même presque 4/5ème de femmes ouais... ouais pa'c'qu'elles euh elle savent c'que c'est que d'faire à manger tandis que eux ils ont moins [mh] euh... ouais... pis les hommes euh sont plus... j'ai envie d'dire réservés

**DM58 : ok**

E58 : hein y vont plus euh... aller au bistrot que v'nir là sauf sauf exception- 'fin j'veux dire sauf celui qui m'dit mais si j'avais su pis après il est v'nu qu'3 fois parc'qu'après y m'a appelé il était inscrit pour la prochaine fois pis il m'a appelée euh l- le soir d'avant y m'a dit ah j'vous appelle pour demain j'suis désolé mais là j'ai j'ai... j'ai- ma fille m'a conduit à l'hôpital ch'ui pas bien 'tcetera pis... il est décédé quelques jours après pour dire quoi c'tait... c'tait... ça m'avait fait mal au cœur aussi mais euh... voilà c'est comme ça [mh] je trouve pas mais... si j'avais été tout d'suite tout en haut j'aurais trouvé p'tête pa'c'ça fait longtemps qu'j'ai plus fait... des photos...

**DM59 : et est-c'qui y a de... là ces ces personnes qui v'naient est-c'qu'y en a certains avec qui vous avez euh tissé des tissé des liens plus forts ? qui sont d'venus des amis ou c'est plutôt quand même des connaissances ?**

E59 : des amis on peut... on peut pas dire [mh] mais euh euh... j'leur ai j- qu- l'année dernière euh... avec cette histoire covid j'ai commencé à leur écrire un p'tit mot pa'c'que... ProSen nous a d'mandé si on pouvait euh entret'nir la r'lation et puis bon moi j'ai pas b'soin qu'on m'dise pour tout l'monde mais y'a y'a y'a une dame c'est c'est une dame que j'connais aussi d'puis... d'puis très longtemps j'ai travaillé avec elle mais... elle a l'âge d'ma maman hein [mmh] euh mais euh alors elle euh... forcément j'ai un autre lien un autre euh... un autre approche avec elle [oui] mais... mais j'me confierai plus à une autre que j'connais d'puis peu euh pa'c'qu'y a des... c'est comme pour tout l'monde hein y'a des...

**DM60 : des affinités ?**

E60 : des affinités euh qui qui s'm- mais alors non personne n'est d'venu mon ami mais... mais euh j'ai écrit j'ai téléphoné euh... euh... y'a un m'sieur y'a amené des fleurs euh... euh y'a mh ça c'est le- ça ça m'est jamais arrivé ça mon... vieux m'sieur euh oui lui y me y m'amenait... y m'amenait euh... ch'ai pas tout d'un coup y m'amenait un... chou d'son jardin ou ch'ai pas quoi mais mais euh... ce c'ui-là là il habite en ville il m'a amené des fleurs [mmh] ça m'a... ça m'a surpris pa'c'c'était la première fois sur toutes ces années et ça c'était l'année dernière hein [mh] j'veux dire c'est- mais euh... mais euh... alors quand j'les ai appelés euh y vous disent oh qui c'est ?! pis vous répétez pis ah ! ouais ouais ouais ! alors y sont tout content ou bien vous leur envoyer un mot pis y'en a la moitié qui vous rappelle pour vous dire merci d'avoir pensé à eux [mh] ou bien qui vous répondent par écrit c'est c'est chou quoi

**DM61 : ouais c- ça doit faire du bien j'pense d'avoir euh-**

E61 : ouais ! ben au moins on sert à que'qu'chose [mh] et pis moi j'ai un problème actuellement c'est le le- j'ai pris ma r'traite et puis euh... j'avais hâte pa'c'que pa'c'ça ça a rien à voir avec ProSen j'avais hâte de prendre ma r'traite euh... pa'c'que... y'a eu... un arrivage de jeunes qui qu'ont commencé à faire d'l'âgisme hum... pour différentes raisons et puis ça ça m'a ça m'a beaucoup pesé alors euh j'me réjouissais mais alors euh j'ai un sentiment d'inutilité c'est... incroyable alors chez ProSenectute euh ma répondante-là Madame Malogo ( ? ) là elle m'a dit ah mais euh c'que tu pourrais faire y'a une dame euh au village par exemple ça voilà j'en ai enfin au moins trouvé une (montre son téléphone) [ah ouais ! c'est joli] ben ça c'est une fois comme ça c'est- une autre fois ce s'ra... toute la même couleur avec des autres serviettes une autre fois y'a une nappe ça dépend ça dépend d'la vitesse du vent [(rires)] ch'ai pas d'mes envies d'la journée tout ça quoi et puis euh elle euh... elle m'a dit euh... non ça c'est un restaurant elle m'a dit euh c'qu'on pourrait faire c'est que euh y'a une dame au village qui a b'soin de- qui a d'mandé pour être euh... pour sortir est-c'que tu s'rais d'accord ? (prend une grande inspiration) pis j'ai dit oui mais j'ai arrêté à cause de... de covid [mmh] pa'c'que euh... j'dois la pr- la prendre dans ma voiture elle veut pas mettre le masque ou alors elle le met là euh (masque sur le menton) euh elle se mouche dedans elle euh elle prend c'ui qu'j'ai laissé qui est l'mien 'fin vous sui- il est en traîne un elle le prend 'fin non elle croche son masque euh à... on dira à là en haut [le crochet ouais] j'pense que c'est l'même depuis... depuis l'début d'covid non non alors moi j'ai... j'ai- elle voit elle voit euh... euh le CMS toute la journée pa'c'qu'elle a le ménage euh les r'pas euh... le le l'aide à la personne euh... l'infir- mière elle a tout l'temps tout l'temps tout l'temps du monde [mh] (inspire) moi je mon méd'cin y veut pas y m'dit euh... risque accu y faut pas alors j'ai dit bon j- j- j'arrête quoi [mh]... et puis voilà

**DM62 : et par rapport à ce... sentiment ben d'inutilité d'la r'traite est-c'que ben voilà garder une activité comme les tables d'hôte [oui !] ça vous permet justement- 'fin qu'est-ce que ça vous apporte justement ?**

E62 : ben de voir du monde [ouais] ben déjà d'être occupée [ouais] bon j'm'occupe de mon p'tit-fils hein y faut... savoir qu'on a un p'tit fils qui a 5 ans et puis euh... une fille qui est maint'nant divorcée donc euh

quand il avait 18 mois les parents s'sont séparés et puis euh... ben là... là elle travaillait pas elle tra- elle trouvait pas d'job pa'c'qu'elle avait son p'tit 'fin [mh] c'est c'est c'est un enchain'ment et puis main'nant elle travaille et puis le p'tit main'nant y va à l'école et puis y peut plus aller à la crèche enfin etcetera donc on a r'pris le... le flambeau... entre guillemets le... lundi matin ben... pour dire elle vient avec son fils euh prendre le p'tit déj pis elle part travailler pis nous on va l'conduire à l'école euh le... le mardi pareil et puis on va le r'chercher à midi pis y mange avec nous et pis ben on l'a tout l'après-midi puis' le lundi après-midi y va pas à l'école mardi y va à l'école toute la journée donc c'pareil mais ... c'est vrai et puis euh mercredi jeudi elle travaille pas donc euh... euh on les voit pas ou on les voit ensemble pis vendredi on a d'nouveau le gosse [mmh] euh...

**DM63 : donc vous êtes quand même bien occupée à...**

E63 : maint'nant ça va mieux [mmh] (rires) on est bien occupés mais bon y faut quand même se... s'p- c'pas pareil mais on est occupé [mmh] ça me... ça me perturbe moins (inspire)... alors... qu'est-ce que...

**DM64 : et à part le- un sentiment d'utilité qu'est-c'que... qu'est-c'qui vous motive dans ces tables ?**

E64 : alors là j'ai la... j'ai la même euh [ah oui !] les mêmes sets j'crois

**DM65 : avec les différentes assiettes ?**

E65 : voilà ! ça ça j'ai- j'ai toujours essayé de... essayé ouais des aut' rideaux avec des autres euh... assiettes enfin voilà pis j'leur demandais toujours euh c'qui leur f'rait plaisir euh...

**DM66 : pis j'pense que pour eux c'est agréable de... de s'sentir euh reçu ?**

E66 : oui oui ils aiment ça

**DM67 : si vous aviez juste posé une assiette et c'est tout ce s'rait pas pareil**

E67 : voilà... oui voilà c'est ça et pis de de de pouvoir euh discuter alors y'en a qui sont réservés qui parlent pas y'en a qui... font les questions les réponses et puis euh... y'en a qui... qui sont juste contents d'être là pis de de d'entendre parler y- y'a une dame elle est... elle est sourde c'est d'venu... insupportable pa'c'qu'elle n'entend plus rien alors euh... elle est elle est dans son coin et pis elle me fait peine mais euh mais elle euh elle euh elle a b'soin [mmh] elle est elle est heureuse d'êt' là elle est heureuse d'être là pa'c'que... elle... elle a l'impression de d'être vivante quoi [mmh]... c'est ça

**DM68 : de continuer d'être en société [ouais] de voir des gens [ouais ouais] du monde euh d'échanger quoi**

E68 : ouais pis elle euh elle dit quand même de temps en temps que'qu'chose mais comme elle entend rien elle coupe la la parole aux autres pis elle hurle mais ça fait rien j'veux dire euh (rires)

**DM69 : ça fait partie du baroque (rires)**

E69 : absolument (rires)

**DM70 : et en général euh c- 'fin est-c'que y'a un peu des thèmes de conversation euh-**

E70 : non... non moi j'veux pas je je refuse qu'on parle de r'ligion et d'politique [oui] pa'c'qu'euh... voilà y'a eu euh assez d'histoires euh dans ces domaines- enfin y'a assez d'histoire dans ces domaines alors à ma table j'le... quand y'en a un qui commence euh- au début j'leur disais pis après j'ai plus dit mais maint'nant quand y'en a un qui commence à partir euh s- sur la r'ligion je je... je vois comment ça va- ça s'passe à la troisième phrase j'leur dis alors euh moi j'ai pour principe que... chez moi on parle ni religion ni politique... et pis [mmh] ça calme tout d'suite les esprits pis y parlent d'autres choses ! [ouais] mais y'a assez d'gens qui- y'en y'en a y'en a qui sont... qui sont vifs qui voyagent euh... euh y'en a une elle a... 85 ans elle était au Turkménistan euh j'veux dire c'est c'est... y'a des gens qui ont des choses à dire euh [d'accord ouais] y'en a qu'ont rien à dire mais y'en a qui sont pleins de... plein d'allant et pis qui ont pleins d'choses à raconter

**DM71 : pis qui parlent d'eux ou est-c'que vous parlez par exemple d'actualité-**

E71 : non ! alors non non non on va parler de on va parler d'eux bien sûr [oui] ça... arrive mais y s- y se- alors y'en a un il est... c'est un ancien alcoolique... alors euh... y... parle toujours de lui quand y- chaque fois qu'y'a une nouvelle personne enfin une personne qui connaît pas [mmh] alors chaque fois y s'arrange pour s- y s'arrange pour s'asseoir à côté et pis pour lui raconter sa vie alors ça c'est ça coupe pas hein [mmh] j'arrive pas à... faire autrement mais bon après j'me dis y sont assez grands pour le pour lui dire euh... écoute tu me tu m'bassines ou bien... oui [pour changer d'sujet] voilà pis si c'est trop long moi je j'amène aut' chose et pis j'le dis assez fort pa'c'qu'autrement j'reste un peu- d'jà j'fais beaucoup d'allers et r'tours ent'le... la cuisine et la table et puis j- j... j'change la conversation [mmh] pour dire euh... mais euh non les gens parlent euh... oui on va parler de... de du mauvais temps qui a abîmé les cultures on va parler de d'la viande qui est bonne alors (imitevoix empressée) mais t'as acheté ça où ?! [(rires)] et pis justement ça vient d'chez l'paysan ou ch'ai pas où enfin euh on va parler de c'qu'on a vu à la télé hier soir on va parler de... de c'qui est arrivé euh dans la rue euh ch'ai pas hier [mmh] je pffiu...

**DM72 : un peu d'tout**

E72 : oui euh... oui oui... oui oui mais y'a jamais eu- j'ai jamais fait de de... c'est inutile j'veux dire de de... d'inventer un thème [mmh] ou de... c'est inutile ça va pas aller je- j'les j'les... y viennent pas chez moi pour une après-midi récréative [mmh] y viennent chez moi pour manger [ouais] donc euh ça ça ça démarre par euh les les les... les discussions de bonjour comment ça va ? oh moi j'ai passé une mauvaise semaine moi j'ai passé une bonne semaine- enfin ch'ai pas c-... voilà et puis après ça dévie euh sur celui qui a euh... premier qui prend la parole [ouais] euh...

**DM73 : pis qu'y a... qui dit que'qu'chose quoi**

E73 : ouais pis mon vieux monsieur il était sourd pis il était à côté d'la... d'la dame qui est sourde et pis un coup ils étaient restés les 2 s- ils parlaient pas et puis euh... y discutaient pis y s'connaissaient pa'c'que ils étaient les 2 du village et pis euh y dis- y discutaient les 2 pis (imite voix) ah mais tu t'appelles quand... je sais pas quand... quand Pierre ! avait... avait discuté avec euh Léon et pis que... euh... ouais ouais j'me souviens bien alors ouais ouais pis tu vois alors pa'c'que euh... Nicole elle avait dit que euh... Olivier euh... ch'ai pas quoi pis etcetera etcetera pis bon moi j- ils étaient en face de moi j'les... j'les (rires) écoutais j'avais pas l'droit à la conversation pis tout d'un coup (rires) lui il la r'garde pis il lui dit (imite voix) mais pa'c'que tu parles de qui ? (rires)... et pis y parlait d'toute autre chose ah lala c'était trop drôle

**DM74 : c'est vraiment l'image d'un dialogue de sourds (rires)**

E74 : (rires) complètement alors c'est exactement ça... non non mais voilà

**DM75 : alors j'ai... bientôt fini euh j'avais encore une question comment est-ce que vous envisagez la suite pour ces tables ?**

E75 : ben j'ai hâte que on puisse se se euh... se r'voir [mmh] mais... si c'est limité j'ai pas envie j'ai d'nouveau envie d'être euh.. d- de pouvoir les r'cevoir tous [ouais] quoi pa'c'que... j- j'ai- j'veux pas choisir j'm'oppose... j'm'oppose à un choix [ouais] pa'c'que... j'ai pas envie d'me justifier et... j'ai assez d'tempérament pour l'faire mais j'ai pas envie [mmh] j'ai pas envie du tout euh... pourquoi j'prendrais lui pas pas lui non je... c- je sens pas cette histoire [ouais] donc euh... alors avant c'était au... c'était facile pa'c'que euh... ben j'ai toujours accepté tout l'monde hein y'a une fois un m'sieur qui est v'nu alors il arrivait pas à monter les marches quelqu'un l'avait am'né il était... il l'avait conduit jusqu'en haut pis était arrivé euh... à 11 heure et demie ou ch'ai pas quoi alors il s'était installé dans un fauteuil j'lui avais servi un apéro et pis après il était v'nu à table et puis alors il m'avait dit alors écoutez madame euh... j'ai 2 r'marques à faire la première... c'est que vos verres ne me conviennent pas pa'c'qu'il avait un énorme nez pis il arrivait pas à ... j'sais pas j'me rappelle plus d- les verres à à vin rouge moi j'ai les verres euh...

**DM76 : plutôt fins ?**

E76 : ouais 'fin les verres euh 'savez ces verres qui sont normaux quoi comme ça [oui] ch'ai pas comment ça s'appelle c'est pas... [en forme de goutte ch'ai pas ouais] ouais et puis euh... alors ça va pas du tout avec mon nez et puis la deuxième euh... euh... c'est que y'a beaucoup trop d'monde chez vous alors euh moi je r'viendrai pas (rires) mais bon hein c'est ton choix hein

**DM77 : pis voilà (rires)**

E77 : ben ouais... mais autrement euh ch'ai p- plus quelle était vot' question ah oui comment j'envisage la suite [oui] bah la suite euh je... souhaite que ça r'commence comme avant j'veux dire [mh] euh qu'y puissent rev'nir et pis que j'puisse euh leur refaire à manger pis leur refaire plaisir pis euh... pis voilà alors s'y faut s'y faut mettre les masques et puis- quand ils vont aux WC ou si faut leur leur leur euh... imposer euh le lavage des mains ou le ou le gel ou ch'ai pas quoi ça m'est égal ça j'veux bien l'faire [mmh] ça ch... j'suis capable de faire mais euh si y faut n'en avoir que 3 euh...

**DM78 : là c'est pas... ouais**

E78 : tant qu'ce s'ra limité à 5 [ouais] si on r'vient à 10 euh mais bon après faudra voir si euh comment ça s'passe hein puisque le le l'histoire de 5 personnes 2 ménages si 5 personnes c'est obligatoire mais 2 ménages c'est juste conseillé c'est pas obligatoire... voilà après euh ça fait euh une personne par ménage [mmh] en même temps alos j'sais pas j'en sais rien j'sais pas... mais euh- et puis bon j'ai hâte de m'faire vacciner pour euh justement être euh... être euh avoir l'impression d'être euh... hors-jeu [mh] dans dans c'te course euh contre la covid quoi pa'c'que euh... moi ça m'est égal ma fille elle l'a eue hein alors moi ça m'est égal d'l'avoir comme ma fille elle a eu un gros rhume euh pendant 3 jours alors vraiment un rhume carabiné de 3 jours et puis elle a eu... elle a pas eu d'fièvre elle a pas toussé elle a pas eu d'problème respiratoire sinon l'rhume [mmh] par contre elle a perdu l'goût et l'odorat pendant... 3 s'maines [mh] mais si c'est ça moi ça m'est égal mais moi j'ai juste pas envie de me r'trouver euh entubée à... à l'hôpital [ouais] pa'c'que...pa'c'que... voilà quoi

**DM79 : être un peu plus sereine par rapport à ce virus quoi**

E79 : ouais si tant e- si tant est qu'on puisse l'être mais euh (rires) ça ce s'ra à voir [oui] hein pa'c'que... entre les...

les c'qu'on entend- on entendu tout et son contraire alors moi j'sais pas mais j'ai hâte d'entendre c'qui vont dire demain euh... voilà

**DM80 : à voir**

E80 : à voir ouais... pa'c'que Berset y s'est quand même fait euh attaquer vertement euh la s'maine dernière et puis euh j'ai... j'aime pas parler politique mais j... ai un... une aversion profonde à xxx et monsieur xxx euh... l'a quand même défendu alors là c'est la première fois que j'me dis ah quand même... [mh] il a quand même dit que... euh et puis même xxx euh... a acquiescé en disant ouais mais bon euh... c'est pas Berset c'est l'conseil fédéral quoi euh [mh] donc euh y faut quand même que les gens comprennent une fois que.. c'que c'est qu'un collègue quoi [un conseil mh] mais bon... ça c'est une autre histoire... alors euh on verra on verra la suite

**DM81 : d'accord... hum... j'crois qu'on a évoqué un peu toutes les... questions qu'j'avais est-c'que... vous souhaitez ajouter quelque chose ?**

E81 : mais je... non j'crois qu'j'ai assez parlé hein (rires) non j'sais pas moi j'peux vous en parler pendant des heures de de... de cette table d'hôtes quoi mais euh...même mon mari qui... au début euh m'avait dit (voix grave) oui mais euh... même lui il a trouvé qu'c'est chouette quoi y..

**DM82 : et y part- y participe aussi donc aux tables ?**

E82 : ah oui alors il est toujours là maint'nant

**DM83 : pis y vous aide aussi euh...**

E83 : ouais alors lui euh j'aime mieux qui mette pas les pieds dans la cuisine hein il s'occupe de dehors moi je m'occupe de dedans enfin pis... chacun chez soi tout va bien- non mais j'veux dire [oui] si si euh y participe euh... il vient avec moi faire les courses euh si faut euh c'est lui qui sert le vin euh... c- c'est lui qui s'occupe des boissons [oui] mais euh... oui on...

**DM84 : chacun ses tâches ?**

E84 : oui oui non alors moi j'aime... la cuisine j'aime bien qu'on... qu'on... qu'on m'y laisse tranquille [d'accord] ma cuisine c'est un peu sacré c'est mon c'est mon endroit ç'a toujours été comme ça (rires)

**DM85 : super ! ... ben merci beaucoup !**

E85 : avec plaisir

Mémo du 11 avril

- Communication autour du « faire plaisir »
- Elle dit qu'elle prépare une petite déco mais elle change quand même les rideaux de son salon..., modestie

## Journal de bord

Observation du 28 mai 2021

Suite au téléphone que j'ai eu avec F. qui était d'accord que je vienne à sa table, je me rends dans une commune dans le nord-vaudois proche du lac. Je m'y rends en train puis en bus et j'arrive à midi exactement devant la porte, en même temps que les autres participants. Je me présente ; tous ont l'air de se connaître et de continuer des conversations précédentes (« tu te rappelles la dernière fois je t'ai dit... »). Nous prenons l'apéritif composé de rosé et de canapé à la mousse de thon sur la terrasse au soleil. F. nous invite à passer à table à l'intérieur ; chacun rejoint son siège habituel m'apprend-on et l'une des dames aide F. en cuisine. F. nous sert du jambon à l'os avec un gratin dauphinois et une salade verte avec du pain qu'elle a fait elle-même. Les portions sont généreuses, tout le monde finit son assiette et 3 participants se resservent. Lorsqu'ils apprennent que je viens de la région, cela semble les rassurer/leur fait plaisir. Puis, par hasard, il s'avère que je connais bien le petit-fils d'une des dames présentes ce qui provoque l'hilarité du groupe. Les discussions vont bon train, nous ne tarissons pas d'éloge sur le plat de notre hôte. En dessert F. nous sert une tarte aux fraises et crème chantilly, puis avec les cafés des financiers. Je trouve le repas très bon et copieux. Nous restons à table jusqu'à 15h à discuter des prochaines votations, du covid, de la crise pour les restaurateurs. Nous parlons de la famille aussi et 3 dames se confient sur des questions sensibles comme l'abandon d'une enfant ou les grossesses précoces. Le climat est bienveillant et il n'y a pas de commentaire désobligeant. Les gens commencent à partir vers 15h, apparemment d'habitude c'est plus tôt mais ma présence les a rendus curieux. Je reste encore quelques minutes avec F. et 2 dames et elles répondent patiemment à mes questions. Je les remercie, elles me remercient et trouvent super que des jeunes s'intéressent à ce sujet. Je prends congé de mon hôte à 15h20 d'un pas pressé puisqu'il n'y a que 2 bus par heure et ne veux pas manquer mon bus au risque d'attendre une demi-heure sans abris.

Mémo 28 mai 2021

- Convivialité, rigoler, moment bon au moral, aimer boire des coups
- 2 ans d'activités
- Propose des menus qui lui permettent quand même de s'en sortir quand même financièrement
- Parlent de l'actualité, la politique mais aussi histoires personnelles (abandon d'une enfant, grossesse précoce)
- Ont connu la table grâce à la gym, aller à plusieurs parce que c'est impressionnant seul. La plupart connaît l'hôte, 2 dames font d'autres tables à côté, pas du tout le site internet, plus simple quand les personnes rencontrent/ connaissent déjà la bénévoles
- Une dame a eu une mauvaise expérience avec une autre table qu'elle jugeait moins sympathique dans la région, a cessé d'y aller.

→ 1 couple et une dame sont venus et rentrent à pied depuis la ville d'à côté, petite balade de 30-45 mins. Une dame est venue en bus, une autre en voiture.

Observation du 18 mai 2021

Je pars pour la table d'hôtes tout en terminant de suivre mon cours zoom sur mon portable. J'arrive à Nyon avec 20 minutes d'avance et grâce au monsieur malvoyant qui demande le même arrêt de bus que moi, j'arrive à bon port. Je me présente vers lui à l'arrivée et il me dit que C. l'avait prévenu de ma présence. La fille de C. est également présente, elle rentre de plusieurs années dans un pays du Moyen-Orient en tant qu'expatriée et est en séjour chez ses parents avant de retourner à Zurich avec son mari. Elle me met tout de suite à l'aise et me pose des questions sur mes études. Sa mère nous ouvre la porte et dans le hall, 5 seniors déjà arrivés nous serrent la main, « on est tous vaccinés, vous en faites pas ! », me disent-ils. Tous sont bien apprêtés, les hommes sont en chemise, les femmes en blouse et se sont un peu fardées et parées de bijoux. Une dame sort d'ailleurs de la coiffeuse qui lui a fait un superbe chignon. C. nous installe dans la salle à manger et fait les présentations puis son mari nous sert du vin blanc. 3 hommes sans compter le mari de C. sont à table et l'un d'eux est un bon connaisseur de vin à qui le mari de C. fait deviner les cépages. Notre hôte nous sert des biscuits apéritifs avec une mousse de féra pour l'apéro puis pour l'entrée, un aspic à au saumon avec une sauce à l'avocat et une salade mêlée. Elle dépose sur la table 2 corbeilles à pain avec 2 variétés différentes, dont un pain sombre qu'elle a fait elle-même et qui est fortement apprécié par la tablée. Puis, pour le plat principal elle nous propose des cannelloni corses, aux blettes et au fromage de chèvre type pecorino. Les hommes se resservent. Les participants connaissent très bien leur commune et en parlent beaucoup, y compris la qualité du sol (il est question de travaux). Ils discutent également de la vigne et des cultures de manière générale. Pour le dessert, C. nous apporte des verrines de fraise et crème avec des petits bricelets maison. Les hôtes parlent également de maladie et de vulnérabilité dans un vocabulaire très élaboré. Aux alentours de 14h, le mari de C. ramène le monsieur malvoyant à la gare de Nyon pour qu'il puisse prendre son train ; les autres convives restent encore un peu, à 14h30 nous ne sommes plus que C. une autre convive et sa fille autour de la table. C. parle volontiers de sa table d'hôtes et sa passion pour la cuisine, qu'elle nourrit grâce à la confrérie des « gourmettes ». Elle apprécie beaucoup ses hôtes qui sont très curieux et avec qui elle avait entamé avant le covid un « tour du monde des saveurs ». Le mari de C. raccompagne à pied la dernière convive tandis que je me dirige vers l'arrêt de bus aux alentours de 15h. Je remercie encore une fois C. de son accueil.

Mémo du 18 mai 2021

- Créativité change à chaque fois de menu, thème tour du monde, petit défi personnel de changer à chaque fois, la stimule
- Monsieur malvoyant qui vient en bus, mari qui aide au déplacement (chercher à l'arrêt de bus, amener en voiture à la gare). Raccompagne aussi une dame à pied dans le village
- Personnes connaissent par le bouche à oreille, les personnes qui viennent

de plus loin par le journal

- Discussion autour de la maladie, santé, sont très renseignés connaissent les termes, aussi sur le village et valorisent beaucoup la transmission de l'histoire du village (même le type de terrain, discutent des constructions etc.)
- Tous adorent la convivialité
- Elle fait partie des « gourmettes » confrérie de dames qui aiment cuisiner et recevoir
- 2-3 personnes plus en retrait, écoutent les conversations (assez sourdes, difficile de suivre), elle les installe près d'elle et répète aux besoins

Mémo du 12 mai 2021

- Coup de stress, le rendu est dans 2 mois. Entre les 2 examens et les 2 dossiers à rendre d'ici mi-juin, les 4 entretiens du CHUV à retranscrire, la charge de travail des prochains mois génère de l'anxiété.

Mémo du 11 mai 2021

- Madame C. m'a confirmé par téléphone que j'étais la bienvenue à sa table et en a profité pour me donner quelques indications pour trouver sa maison. Elle m'a également prévenue qu'un monsieur malvoyant serait dans le bus avec moi et m'a demandé si éventuellement je pourrais l'aider à attendre la porte sans encombre.
- Appel aux 2 bénévoles, je n'ai pas réussi à atteindre la 3<sup>ème</sup> personne et lui ai laissé un message sur le répondeur. Les 2 personnes étaient très accueillantes, c'est enthousiasmant.

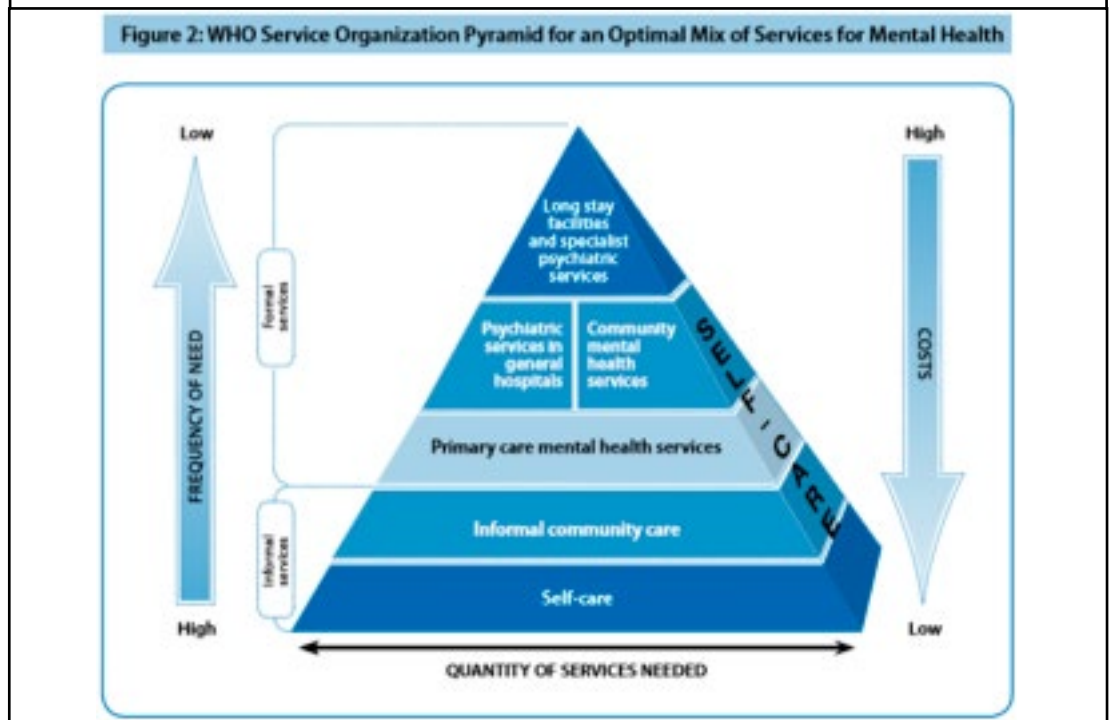
4 mai 2021

Suite à un échange par courrier et par téléphone, Mereghan a accepté d'être experte lors de ma défense et nous fixons la date du 9 septembre à 14h. En outre, Madame Fasseur m'a transmis les informations relatives au dépôt du mémoire ; les majuscules/soulignement/texte en rouge semblent très alarmants et j'ai peur de faire un faux-pas. Cependant, de ce que j'ai compris, la date finale est au 19 août au plus tard en version papier à la directrice et l'experte, une version en PDF sur le moodle de la faculté et avoir entre temps rempli un avis de défense pour réserver une salle pour la défense (?).

- J'ai rendez-vous avec Madame Fasseur au sujet des résultats et de mon analyse. Le but de la rencontre est de parvenir à un accord inter-juge nécessaire pour garantir la qualité du travail. L'exercice prend environ une heure, mes codes sont très dispersés, j'ai essayé de rester au plus proche des unités de sens. Nous parvenons à déjà 13 catégories principales, ce qui me semble beaucoup ; cependant, je suis sûre que des liens existent entre certaines catégories mais que les voir séparément m'aide à mieux comprendre le phénomène, ce qui se passe. A cette occasion, elle me propose de demander à Mereghan d'être experte lors de la défense qui aura lieu début septembre.
- Question de la nourriture et de la symbolique : en lien avec les travaux d'anthropologues comme Lévi-Strauss : pour qu'un aliment soit bon à manger il faut qu'il soit bon à penser. Aussi, dimension de l'affect, Madeleine de Proust. Des repas traditionnels permettent peut-être à ces personnes de restaurer quelque chose de l'identité (question de la finger food, c'est trop éloigné de ce qu'ils connaissent, exemple aussi de Madame Fasseur sur le restaurant du côté de Moudon (?) où la carte a changé et propositions de burgers a déstabilisé les habitants.

- La choucroute revient dans tous les entretiens ! Peut-être dû à la saison et biais d'attention, j'en ai reçu dans mon panier de légumes

- Cours « global mental health », la pyramide des services : montre qu'actuellement dans les directives de l'OMS il est impératif d'agir au niveau communautaire :





→ Éventuelles pistes à explorer sur l'alimentation : Lionel Naccache, Vigarello, Eva Illouz. Explorer la dimension culturelle, symbolique du repas. En lien avec les travaux d'anthropologues comme Lévi-Strauss : pour qu'un aliment soit bon à manger il faut qu'il soit bon à penser. Aussi, dimension de l'affect, Madeleine de Proust. Des repas traditionnels permettent peut-être à ces personnes de restaurer quelque chose de l'identité (question de la finger food, c'est trop éloigné de ce qu'ils connaissent, exemple aussi de Madame Fasseur sur le restaurant du côté de Moudon (?) où la carte a changé et propositions de burgers a déstabilisé les habitants.

26 mars 2021

→ Visionnage du reportage de 2005 sur Marinette, à l'origine des Tables conviviales : <https://www.rts.ch/play/tv/cest-tous-les-jours-dimanche/video/pique-assiette-les-dinettes-de-marinette?urn=urn:rts:video:1555203>

15 mars 2021

J'ai rendez-vous avec l'experte à 10h dans les bureaux de Pro Senectute. J'arrive un peu en avance et profite pour me servir de brochures sur les quartiers solidaires qui sont dans la salle d'attente. Une collègue m'offre un café puis nous nous installons dans la salle de conférence. La discussion est riche, nous parlons plus d'une heure et j'ai l'impression de pouvoir lui poser des questions plus pertinentes sur la prestation, comment elle a été conceptualisée suite aux entretiens avec les bénévoles. A la fin de l'entretien, je repars avec plusieurs pistes de réflexion sur l'engagement bénévole et notamment la question des trajectoires qui est à approfondir.

3 mars 2021

J'ai rendez-vous avec Madame Fasseur en début d'après-midi en présentiel par rapport à l'analyse des données et c'est aussi l'occasion pour moi de lui faire un retour sur les entretiens et savoir s'il en faudrait plus. De plus, elle me remet un exemplaire signé du formulaire d'inscription au mémoire qui doit être signé et envoyé à la faculté. Par ailleurs, je ne sais pas si mon nombre de participants est suffisant ou s'il faudrait que je réalise davantage d'entretiens. Cependant, vu le temps nécessaire à la retranscription, j'ai peur de prendre du retard. De plus, j'aimerais surtout assister à une table et avoir l'occasion de discuter avec les participants mais surtout de les entendre discuter entre eux, pour que l'échange soit plus riche. En effet, j'ai l'impression que les références, la communication est différente au vu de la différence de génération et les entendre discuter ensemble me donnerait aussi un aperçu de ce qu'il se passe « vraiment » (même si je me rends bien compte que au vu de ma première expérience en septembre que ma présence suscite de la curiosité et influence ainsi les discussions).

23 février 2021

Mon dernier entretien prévu a lieu dans la région du nord vaudois, où j'ai grandi, en début d'après-midi. J'arrive à l'heure au rendez-vous et plus confiante que les dernières fois, probablement parce que je commence à m'habituer au canevas et ai

pris de l'assurance. Le lien qu'entretient Madame E. avec sa commune, sa région et les tables d'hôte force le respect. En effet, elle a commencé il y a plus de 15 à faire table d'hôtes pour un monsieur du village, à la demande générale des retraités qui avaient vu une émission à la télé. J'admire sa détermination et son dévouement. Modestement, elle me dit qu'elle fait « un peu de déco » mais elle change même ses rideaux pour l'occasion ! Son approche du repas, comme celle des autres bénévoles me touche beaucoup et fait sens à mes yeux : la volonté d'acheter local, de saison, de faire des choses maison (roesti !). Notre entretien dure environ une heure, mais nous discutons hors-micro encore une demi-heure avant que je rentre en transports en commun chez moi (1h de trajet).

Ces rencontres me marquent, toutes et tous avec leur originalité, leur soif de vie m'inspirent et me motivent beaucoup pour ce travail. Dans un sens, j'espère pouvoir rendre justice à tout le travail qu'il réalise pour le bien de la communauté à travers une activité remplie de bon sens.

18 février 2021

Je rencontre Madame D. à son domicile dans l'est-vaudois en début d'après-midi ; celle-ci m'informe qu'elle viendra me chercher en voiture à la gare la plus proche dans la mesure où elle et son mari vivent dans une ferme excentrée. Je me rends chez Madame D. depuis le nord-vaudois où je visitais un membre de ma famille et le trajet dure 1 heure et quart. C'est pour l'instant le plus long trajet que j'ai réalisé. Nous nous retrouvons à la gare avec Madame D. qui m'accueille jovialement et me fait visiter le rez-de-chaussée où elle accueille ses hôtes. Comme le couple B., je n'ai pas le temps d'enregistrer que Madame D. me parle déjà avec enthousiasme de sa table d'hôtes. Elle m'offre un café et une part de gâteau à la crème (c'était son anniversaire hier) et nous commençons l'entretien qui dure environ une heure. Madame D. apporte des éléments personnels et l'inscription du bénévolat dans sa trajectoire de vie ressort bien dans son discours. Hors-micro nous discutons encore une vingtaine de minutes. Tandis qu'elle me ramène en voiture à la gare, elle me remercie pour l'entretien, ce qui me touche beaucoup et je la remercie à mon tour pour notre échange.

5 février 2021

J'ai fixé un rendez-vous avec Madame D. que je n'avais pas réussi à appeler tout de suite et Madame E, est actuellement malade et nous avons convenu que je la rappellerai la semaine prochaine.

2 février 2021

Aujourd'hui je réalise 2 entretiens dans la région lausannoise. Je me rends en transports en commun en ville, où le couple B. m'attend. Ils m'accueillent chaleureusement (avec des biscuits même !). Je n'ai pas mis le micro en marche qu'ils me racontent déjà la folle aventure que représente pour eux leur table d'hôtes. L'entretien enregistré dure une heure, mais nous discutons encore une vingtaine de minutes. Je trouve ces gens adorables et passionnés par leur table. Leur dévotion, toute l'énergie qu'ils mettent dans la table mais aussi dans l'organisation administrative parallèle (des cartes menus, l'archivage des menus, la conservation des articles de

presse) me fascinent et notre échange est riche. Le temps passe vite et déjà, je suis en route pour une petite commune de l'agglomération lausannoise. Dans le bus qui me mène au domicile de Madame C, je me rends compte que le brouillard est dense et fait planer sur la commune un air mystérieux ; il n'est pas plus tard que 15h qu'il fait déjà nuit. L'entretien avec Madame C. me permet de découvrir des dimensions qui n'avaient pour l'instant pas ou peu évoqués, comme le rôle de Pro Senectute pour elle. Notre entretien dure un peu moins d'une heure, je commence à être plus à l'aise avec mon canevas et je trouve d'ailleurs que les interventions de mon interlocutrice sont très claires et bien formulées, j'ai de la peine à la relancer pour avoir des précisions. Au retour, je m'aperçois que le prochain bus passe dans plus de 20 minutes et décide de marcher jusqu'au prochain arrêt. Cette marche me permet de faire le point sur les 3 entretiens réalisés les 2 derniers jours et dans l'ensemble ils me confortent dans la pertinence de mon sujet. J'appréhende cependant un peu les retranscriptions, au vu de la longueur des entretiens.

1<sup>er</sup> février 2021

Je réalise mon premier entretien en début d'après-midi. Le trajet en train dure une vingtaine de minutes, plus 10 minutes à pied depuis la gare. Madame A. m'a d'ailleurs bien indiqué le chemin au téléphone pour me rendre chez elle. Arrivée dans l'ouest vaudois, je me fais surprendre par une grosse averse ; j'arrive détremée pour mon premier entretien ce qui me stresse un peu, mais me fait rire aussi lorsque j'imagine le l'air ridicule que je dois avoir. Madame A. me propose un café et me présente le rez-de-chaussée. La maison est grande est haute de plafond, avec les poutres apparentes ainsi que la pierre ; c'est une très belle maison. L'enregistrement dure 40 minutes, cependant nous discutons encore une demi-heure hors-micro, notamment du rôle des institutions communales dans le bénévolat, la reconnaissance de celui-ci comme un lieu de développement de compétences. Madame A. est très engagée dans sa commune et m'impressionne beaucoup. Au retour, la pluie s'est calmée et je rentre en train chez moi.

27 janvier 2021

Aujourd'hui j'appelle tous les bénévoles afin de fixer un rendez-vous. Je suis un peu nerveuse, comme beaucoup de personnes de ma génération, je n'aime pas vraiment passer des appels. Je me prépare donc une petite fiche pour limiter les balbutiements, et ouvre mon agenda. Les 3 premières personnes que j'appelle répondent directement et m'identifient rapidement (« ah oui c'est vous la jeune fille ! »), cela me fait sourire. Une des bénévoles doit me rappeler, mais pour les 2 autres, le rendez-vous est pris dès la semaine suivante. Je laisse un message à la 4<sup>ème</sup> personne sur son répondeur et me mets une note pour la rappeler plus tard. Ces appels m'ont vraiment boosté, toutes se réjouissaient de discuter des tables d'hôte, je me réjouis d'entendre leurs histoires et de voir avancer le projet me soulage aussi.

22 janvier 2021

Les tables d'hôte ne reprendront pas avant mars ; nous décidons dans l'intervalle de commencer par réaliser des entretiens puis si la situation s'améliore, d'aller sur le terrain. Elle prend contact avec les personnes que j'ai identifiées dans la liste et me retransmet dans la semaine quelles sont les personnes que je peux appeler pour réaliser l'entretien.

8 janvier 2021

Nous reprenons contact avec Mereghan pour relancer la récolte de données. Mes canevas d'entretien sont prêts et je lui parle au téléphone d'une éventuelle entretien avec elle ; elle accepte et me dit qu'elle peut également me rediriger vers sa cheffe qui était à l'origine de la mise en place des tables par Pro Senectute. Je lui envoie également les divers documents sur lesquels j'ai travaillé, comme le plan de travail à jour et les documents pour la récolte.

10 décembre 2020

Je remets à Madame Fasseur les documents pour les entretiens (canevas, feuille d'information, formulaire) et lui transmets aussi l'information au sujet de la suspension des activités de groupe. Nous ferons un point en début d'année pour voir à quoi j'en suis. Elle me suggère de demander à Mereghan de participer à l'étude en tant qu'experte. Cet échange me rassure, et me redonne confiance en mes capacités malgré les derniers dénouements. De plus, dans le cadre de mon stage, je suis amenée à travailler sur des entretiens de manière inductive et ma collègue nous fait une présentation approfondie du codage, des unités de sens. Elle m'envoie également des articles qui décrivent le processus de codage et d'analyse pas à pas. Ces documents me sont utiles car si le concept de *grounded theory* me parle beaucoup, je n'en ai pour autant jamais réalisé, et ce petit guide qui prend le chercheur par la main m'aide beaucoup et me donne le sentiment d'être capable de réaliser l'analyse.

13 novembre 2020

Je communique à Mehregan l'adaptation effectuée dans le plan de récoltes des données. Cependant, elle m'informe que les focus group ne seront pas possibles puisqu'il a été décidé de donner la priorité au suivi individuel au sein de Pro Senectute, de telle sorte que la tenue d'une activité de groupe n'est pas possible avant l'année prochaine. Je modifie donc une seconde fois le protocole de recherche ainsi que les canevas d'entretien. Ces rebondissements me freinent un peu dans l'élan à réaliser ce travail, la réadaptation me donne l'impression de faire du surplace et l'incertitude de la situation tend à créer une attitude de distanciation et de dépit (« ça va encore changer de toute façon à quoi bon »).

6 novembre 2020

Le rendez-vous par zoom avec Madame Fasseur me rassure beaucoup car elle me rassure sur les délais ainsi que la méthode de récolte de données. Plutôt que de faire de l'observation, il s'agit de faire un focus group avec les bénévoles, 1-2 entretiens semi-structurés et 1 entretien avec une experte. Je prépare les canevas d'entretien, feuille d'information et formulaire de consentement pour le 1er décembre.

5 novembre 2020

Contact avec Mehregan sur la suite des activités de Pro Senectute, elle m'informe que la direction a pris la décision de les suspendre jusqu'au mois de janvier 2021. Cette information me stresse beaucoup, je demande à Madame Fasseur un rendez-vous afin de discuter de la récolte des données

12 octobre 2020

Afin d'observer le panel le plus large possible de table d'hôtes, je réalise un document excel qui regroupe toutes les tables (118) avec les informations telles que la commune, le district de Pro Senectute auquel elles sont rattachées, la fréquence de la table, ainsi que la distance en train et en voiture depuis Lausanne pour y accéder. J'observe des différences régionales, comme par exemple beaucoup de « grandes tablées » dans l'est vaudois.

7 octobre 2020

Je réalise une recherche de littérature avec les termes « activity theory » et « senior » ainsi que « activity theory » « well-being » « retirement » sur la plateforme PsycNet. La démarche n'est pas très concluante, je retrouve d'anciens articles.

17 septembre 2020

*Je retrouve Mme Joseph à la gare de Lausanne un peu avant midi afin de nous rendre à la table d'hôtes. La table d'hôtes se trouve à quelques minutes à pied de la gare, dans une allée principale. L'appartement se situe au 3ème étage d'un vieil immeuble charmant et les escaliers en bois sont relativement étroits. Je ne sais pas vraiment à quoi m'attendre pour cette table mais je suis très motivée et rassurée de voir ce projet se concrétiser sur le terrain. L'accueil qui nous est réservé est très chaleureux et lorsque nous saluons notre hôte et ses 2 participantes, Mehregan me propose qu'on se tutoie (toutes se tutoient). Mehregan me présente rapidement et je me présente également. La petite-fille d'une des dames est également en psychologie et nous discutons un peu du cursus. Toutes sont très élégantes et bien apprêtées, elles me font une forte impression. Lorsque notre hôte nous apporte l'entrée – des vol-au-vent à la mousse de thon – ces dames discutent d'une émission littéraire de la veille qu'elles apprécient particulièrement (ainsi que le présentateur). Les discussions durant le repas circulent beaucoup sur la culture qu'elles semblent beaucoup apprécier (certaines sont guides bénévoles dans un musée lausannois et participent à la table au musée organisée par Pro Senectute). Pour le plat principal, notre hôte nous sert un filet de viande blanche avec une sauce aux morilles et des fagots de haricots. Elle nous sert également du vin pendant le repas. Nous parlons encore lors du dessert d'une initiative que mène l'une des dames dans son quartier pour lutter pour sa préservation et contre le bruit. Elles parlent aussi de soucis de santé, du sommeil notamment et nous parlons aussi du Japon (elles parlent d'une pièce de théâtre pour laquelle certaines ont déjà pris des billets), je leur raconte dans les grandes lignes mon expérience de vie là-bas, la culture, les rencontres, la nourriture. Lorsque nous parlons des Tables conviviales, notre hôte s'inquiète pour l'avenir de la sienne ; les inscriptions se font plus rares et elles soupçonnent que l'accès par les escaliers joue un rôle là-dedans.*

Je repars de cette table avec un grand sourire aux lèvres, à aucun instant je n'ai eu l'impression que ces femmes partageaient des traits de la vieillesse qu'on imagine souvent (lenteur, difficulté) ; au contraire, je les ai trouvées vives d'esprit, très engagée pour leur ville et leur patrimoine, enjouées et je trouve formidable cette vitalité à plus de 80 ans.

13 août 2020

Contact avec Madame Joseph pour la suite, les tables ont pu rouvrir. Je m'excuse de mon silence dû aux examens et ma commotion cérébrale du mois de juin, elle me propose une table début septembre à laquelle nous irons ensemble.

20 avril 2020

La situation d'incertitude commence à me peser, particulièrement par rapport à l'université et les cours, puisque nous recevons des informations de façon sporadique et chaque enseignant maintient/ou non son enseignement. J'ai de la peine à travailler depuis la coloc où je suis, nous sommes 3 à utiliser la connexion internet et donc les bugs sont fréquents. De plus, l'appartement est très bruyant (colocs en séance, travaux, bébé qui pleure, voisine au téléphone) et sinon mon ordinateur, je n'ai pas de matériel (papiers, stylos) ni de livres pour étudier, la bibliothèque étant fermée. J'ai de la peine à me projeter et ne sais pas quelle suite à donner par rapport à la récolte des données : d'un côté, j'ai l'impression d'avoir encore suffisamment de temps devant moi pour réaliser des observations et focus group cet été et j'ai peur de perdre en qualité et en pertinence en réalisant des entretiens par téléphone. D'un autre côté, je ne sais pas combien de temps les mesures vont durer et si une deuxième vague risque d'arriver prochainement. J'aurais dû appeler Mme Joseph mais mon indécision me met mal à l'aise, je me sens bloquée.

24 mars 2020

Les tables sont toujours suspendues, et lors de notre échange avec Mme Joseph est décidons de faire un point à la mi-avril pour voir comment la situation évolue.

17 mars 2020

Mail de Mme Joseph, les tables sont suspendues jusqu'à nouvel avis. Proposition de réaliser des entretiens par téléphone avec des seniors. Bonne idée, seulement je tiens à vraiment « voir » comment ça se passe pour calibrer au mieux mes questions lors d'un entretien. De plus, difficulté technique par téléphone pour l'enregistrer et du point de vue de la relation, je crains que ce ne soit un peu froid et que l'entretien révèle surtout des informations « factuelles ».

13 mars 2020

Déclaration du confinement dans toute la Suisse, n'augure rien de bon pour la récolte des données qui devait commencer prochainement, surtout si les personnes âgées sont les plus touchées et que ce sont les rencontres qui sont problématiques.

6 mars 2020

Présentation et validation du plan de travail de master auprès de Madame Fasseur à la fin du cours « application et pratiques des méthodes qualitatives »,

9 décembre 2019

Rencontre avec Mesdames Fasseur et Joseph

→ Etude « LIVES » mais aussi génogramme dans les villages sur les échanges

dans une famille, comprendre comment ça se passe.

- Dans l'idéal, avoir une table par commune. Question centrale : qu'est-ce qui favorise le premier pas ? (moyen de communication (téléphone portable ?), comment les personnes âgées se déplacent (ont-elles besoin de personnes pour les conduire ? Comment ça se passe si elles prennent les transports en commun, itinéraire, acheter un billet de bus ?). De plus, les tables doivent rester « ouvertes », comment les bénévoles poursuivent leur activité ?
- Avantages des bénévoles : petite formation sur le bénévolat encadré par l'animatrice régionale, fête des bénévoles, offre de formations. De plus, les bénévoles sont défrayés (pas que leur activité leur coûte).
- Dans le village de la santé lors des mystères de l'UNIL, thème de la perception du temps (il s'est cassé la figure)
- Notion d'approche communautaire (Paulo Freire), observation, observation participante, entretiens individuels ou de groupe. Travailler sur les ressentis des participants et des bénévoles
- Organisation : problématique, méthodologie d'ici mars 2020, soumission 2021-2022 : 2020 : recueil des données, observation suivies, élaboration des questions de recherche. 2021 analyse. Possibilité d'organiser des rencontres dans une salle à l'IDHEAP.

8 décembre 2019

Afin de me préparer pour la rencontre du lendemain, j'effectue une petite recherche sur le thème de l'activité et du vieillissement et trouve 2 articles : Fengler (1984) et Ashida (2018). Selon ces articles, l'activité a un effet sur la satisfaction de vie, l'OMS promeut le vieillissement actif et le bénévolat est considéré comme un facteur protecteur.

## Tableau brut d'analyse

	Thème	Catégorie	Sous-catégorie	Unité de sens	Verbatim
1	Accessibilité	Autonomie		De manière générale, les participants viennent par leurs propres moyens aux tables d'hôte, et ce, même lorsque des services de transport sont à disposition. Par ailleurs, certains s'organisent pour réaliser le trajet ensemble, à pied ou en voiture.	C76 E8 D36
		Surpassement des obstacles		Les bénévoles et bénéficiaires font preuve de beaucoup de motivation et sont prêts à mettre beaucoup d'énergie et faire beaucoup d'efforts pour qu'une personne puisse participer à la table. Les bénévoles sont prêts à se charger du transport eux-mêmes et certains hôtes avec des limitations fonctionnelles parviennent à mobiliser des diverses ressources pour se rendre à la table.  Bien que de manière générale les hôtes privilégient des tables proches de leur domicile, certains n'ont pas peur de faire beaucoup de kilomètres en voiture pour une table dont ils ont eu des échos positifs.	A26 BA13 BB15 BA158 BA161 BB174 BA166 C13 C72 D38 D69 E6 E8
		Variété des transports		Le mode de transport varie considérablement entre chacune des tables. En effet, certaines tables ne sont accessibles qu'en voiture, tandis que pour d'autres, les hôtes préfèrent s'y rendre à pied ou en transport en commun.	A25 A28 BA157 C66 D36 D38 E9
2	Activité bénévolat	Pro Senectute		Pour la plupart des bénévoles, réaliser les tables d'hôtes sous l'égide de Pro Senectute offre un cadre protecteur à leur activité. Pro Senectute leur offre une certaine légitimité et leur permet de se défendre face à d'éventuelles critiques. De plus, le matériel de publicité dont ils disposent grâce à Pro Senectute leur permet de se faire connaître mais aussi d'attirer un public extra-régional.	BB185 C41 D2 D87 E2 E6 E9
		Évolution temporelle		Les bénévoles décrivent une évolution dans leur activité, avec des débuts souvent difficiles puis, un temps d'adaptation où des règles internes et le fonctionnement du groupe se stabilisent jusqu'à ce que l'activité devienne routinière et se pérennise sur le long-terme.	BA2 BB32 BB36 BB202 C3 C4 C5 C9 E2 Observation 18.05.21 Observation 28.05.21



3	Alimentation	Partage		Dans la majorité des cas, les bénévoles proposent des plats à partager, des plats que les personnes seules ne préparent plus en raison des grandes quantités. Cela peut être une choucroute, une raclette, mais aussi des rôtis ou plats gratinés.	A81 BA97 BA98 C24 D2 D47 E40 Observation 18.05.21
		Préférence saisonnière et locale		Tous les bénévoles composent leurs menus en fonction des saisons. Ils sont également sensibles à la provenance des ingrédients et privilégient les produits locaux, reproduisant souvent une cuisine du terroir.	A33 BA97 BA145 C28 C99 D2 D47 E31 E32 E34 E35 E51
		Générosité		Manger en compagnie induit un changement de comportement alimentaire chez les bénéficiaires. En effet, ceux-ci mangent plus que lorsqu'ils sont seuls chez eux. Par ailleurs, les bénévoles préfèrent servir de petites assiettes et resservir les gens plutôt que d'imposer des portions copieuses aux hôtes qui se sentent alors gênés et forcés à finir leur assiette.	A80 BB110 BA138 BA251 BB260 C99 D1 D45 D46 E28 E31
4	Apprentissage de nouvelles compétences	Compétences relationnelles		Au fil du temps les bénévoles développent des compétences relationnelles et prosociales. Souvent, celles-ci sont liées à des situations de malaise où le bénévole, par son comportement proactif, gère l'animation du repas ou désamorce une situation embarrassante. Par ailleurs, certains bénévoles développent également leur compétence d'écoute active si des hôtes se confient à eux.	C50 C94 C95 C139 C143 D34 D57 E13 E71
5	Attitude différente entre hommes et femmes	Caractéristique des femmes		La différence entre le nombre de participants homme et femme est expliquée par les bénévoles et bénéficiaires par la prépondérance des femmes seules âgées en comparaison aux hommes. De plus,  Celles-ci sont considérées comme plus comme ayant un caractère plus social que les hommes. Elles sont davantage tournées vers des activités entre amies et ont plus d'énergie et d'allant que les hommes.	BA199 BA201 BB2016 BB253 C160 D16 D18 D19 E57
		Type d'activité		Une autre explication donnée à la sous-représentation des hommes aux tables d'hôte est formulée en fonction de l'activité. En effet, cette prestation les intéresse moins que le domaine informatique ou sportif.	BA203 BA209 BA211 D21 E58

6	Communication sur l'activité de la table d'hôtes	Méthodes traditionnelles de démarchage		Afin de faire connaître leur table d'hôtes, les bénévoles utilisent des méthodes traditionnelles de démarchage, soit via des affiches et des flyers qu'ils déposent dans des établissements-clés de la région : cabinet de médecin, café, coiffeur, EMS, paroisse, pharmacie. Ils apparaissent également dans la brochure d'activités de Pro Senectute.	BB5 BA70 BB183 C9 D4 D73 E20
			Bouche à oreille	Les hôtes qui participent aux tables d'hôte ont le plus souvent découvert la table grâce au bouche à oreille. C'est la proximité avec l'interlocuteur qui permet aux personnes de faire le premier pas.	A55 BB181 BB183 C189 C192 D4 E18 E21 E54
		Presse écrite		Le moyen de communication le plus efficace est la presse écrite. Tant les bénévoles que les hôtes estiment que les personnes âgées lisent régulièrement le journal régional. Les bénévoles estiment qu'un article ou un encart dans un quotidien a fait rayonner leur table d'hôtes au-delà de la commune. De plus, ils apparaissent également dans la brochure d'activités de Pro Senectute.	A52 A53 A54 A57 BB1 BA8 BB0 BB15 BB183 C11 E19
7	Composition du groupe	Diversité des pratiques		La composition des groupes diffère largement entre les tables. Cependant, les tables s'équilibrent chacune à leur manière et s'homogénéisent en termes de fréquence, provenance et profils d'hôte.	A6A A6B A39 BB14 BB15 BA42 BA192 BB205 C16 C13 C88 C178 D1 D3 D8 E6 E17 E49
		Privilège aux personnes seules		Les personnes seules sont identifiées comme le public-cible des tables d'hôte. Elles composent la majeure partie des participants et les bénévoles limitent la fréquence à laquelle ils reçoivent des couples	A51 BA36 BA38 BB42 C24 C157 C159

8	Création de liens	Motivation à rencontrer de nouvelles personnes		Créer des liens avec de nouvelles personnes est l'une des motivations principales des bénévoles et hôtes à prendre part à l'activité des Tables conviviales.	A5 A26 A53 A95 A100 BB23 BB110 BA221 BB240 C107 C109 C123 C181 D16 E28
		Groupe de pairs secondaire		Les bénévoles et participants décrivent une forme d'attachement entre les membres de la table. Les personnes tiennent les unes aux autres, cependant c'est en de rares occasions que les participants se rencontrent en-dehors de la table. Les bénévoles entretiennent le lien en prenant des nouvelles occasionnellement ou en envoyant des cartes de vœux en fin d'année. Les bénévoles sont très touchés par la perte d'un hôte.	A21 A22 A77 A100 A112 BB64 BA65 BA217 BA224 BB264 BB265 BB270 BA264 BB274 C85 C87 C181 D9 D10 D59 E58 E59 E60

9	Émotion bien-faits	Gaieté		Les rencontres lors d'une table d'hôtes produisent beaucoup de gaieté tant pour les bénévoles que les hôtes. Ce sont des moments conviviaux, animés avec beaucoup de rire et les participants ressentent beaucoup de joie à partager un repas en compagnie d'autres personnes.	A73 A98 BB54 BB88 BA176 BA177 C31 D1 D16 D57 E48
		Sentiment d'appartenance et solidarité		Les habitudes que prennent les bénéficiaires créent un sentiment d'appartenance au groupe. De plus, les bénévoles et bénéficiaires s'apportent du soutien moral et se proposent de l'aide, donnent des conseils sur certaines questions.	A54 BA119 BA120 BA259 C89 D43 E28 E62 E67
		Estime de soi	Sentiment d'utilité	Se mettre au service des autres permet aux bénévoles de recouvrer un sentiment d'utilité que certains ont perdu au début de la retraite. Ce sentiment agit sur leur estime personnelle positivement et les motive à continuer leur activité.	BA246 BB253 C121 C123 E61
			Plaisir de cuisiner	Pour certains bénévoles la cuisine est une passion et avoir l'occasion de préparer des menus pour de grandes tablées répond à une envie personnelle. De plus, la combinaison entre leur passion pour la cuisine et le retour qu'ils reçoivent des hôtes agit positivement sur leur sentiment de compétence et leur procure du bonheur.	BB85 BB86 BB132 BB138 C98
			Gratitude	Les compliments et divers retours des hôtes au sujet de la table conviviale agit positivement sur le moral des bénévoles et les motive fortement à continuer leur activité. La plupart des bénévoles considèrent que la reconnaissance des hôtes pour les repas est supérieure que celle de leur famille et les touche énormément.	BB76 BA85 BB86 BA243 D48
10	Organisation temporelle	Attitude proactive		Les bénévoles accordent beaucoup de soin à leur table d'hôtes et débute les préparatifs plusieurs jours en amont. Ils gèrent tant les réservations que la préparation du menu en avance et commencent à cuisiner souvent la veille. Lorsque les bénévoles reçoivent en couple, ils se répartissent les tâches.	A19 A122 A128 A147 BB26 BB30 BA94 C23 C24 C47 D31 D32 D35 E47 E83
		Archivage		Afin de garantir un repas original à chaque fois, les bénévoles consignent chaque menu, la décoration ainsi que les hôtes présents. Ils puisent parfois dans ces archives de l'inspiration pour des menus.	A126 A141 BA60 BA92 C99 E31
11	Représentations personnelles bénévolat	Moyen de rester dans la vie		Les bénévoles décrivent cette activité comme un moyen de « rester dans la vie ». Cette activité fait écho à un besoin d'être utile et leur permet de rester actif, même productif et d'aider les autres. Ils considèrent que ces rencontres sont également perçues comme tel par leurs hôtes.	A96 BB1 BA119 BB250 BA244 C1 E62 E63 E67

		Un engagement dans la durée		Les bénévoles consacrent beaucoup de temps et d'énergie pour réaliser leur table d'hôtes. Ils sont attachés à leurs hôtes et tous considèrent poursuivre cette activité de nombreuses années encore. Ils s'imaginent arrêter seulement en cas de problème de santé ou de changement dans le système.	A67 A69 BB32 C127 DM128 D2 D63 D87 E75 E77
12	Santé	Autonomie		Les bénévoles et les participants sont en bonne santé. Ces derniers ne souffrent pas de limitations fonctionnelles, ils sont capables de se rendre seuls à la table d'hôtes, de manger et d'aller aux WC sans aide.	A67 A70 A93 D9 D42 E9
		Surdité		Lorsque des hôtes souffrant de surdité participent à une table, des aménagements particuliers sont pris par les bénévoles tant pour garantir l'inclusion de ces personnes que pour garantir un confort d'écoute à la table. Par exemple, ces personnes sont assises près de l'hôte qui veille à répéter les interventions et un système de tour-nus est mis en place pour limiter le nombre de personnes concernées par table.	BA183 E73 E67 Observations 18.05.21

