

# Tour de table

Automne 2023

**Table Suisse**

recupérer – distribuer – nourrir



## **Des bénéficiaires attachants**

*Rencontre avec Michele, Amir et René*

Dès la page 4

## **Nos bénévoles**

*Gros plan sur leurs motivations*

Page 10



.....PORTRAITS



**Des bénéficiaires attachants**  
*Rencontre avec Michele, Amir et René*  
**Dès la page 4**

.....BÉNÉVOLES



**Nos bénévoles**  
*Gros plan sur leurs motivations*  
**Page 10**

.....ASSOCIATION  
 DES DONATRICES ET DONATEURS



**Association des donatrices  
 et donateurs**  
*Une bonne action bien visible*  
*20<sup>e</sup> Journée de la Soupe*  
**Page 18**

# SOMMAIRE

|         |                                       |
|---------|---------------------------------------|
| Page 3  | Editorial                             |
| Page 12 | La parole aux responsables de régions |
| Page 15 | De nouvelles façons de faire des dons |
| Page 16 | En bref                               |



**Couverture :**  
 Une tournée de Table Suisse.

**Impressum**  
**Editeur :**  
 Fondation Table Suisse, Bahnhofplatz 20, 3210 Chiètres, Tél. 058 255 62 00,  
 kommunikation@schweizertafel.ch, www.tablesuisse.ch

**Compte réservé aux dons :**  
 Credit Suisse (Suisse) SA, Zurich  
 IBAN CH63 0483 5033 2362 3100 2

**Rédaction :** Sabrina Munz (responsable), Jessica Wys  
**Mise en page et design :** Atelier Herrmann SGD, Gümmenen  
**Photos :** Sandra Mumprecht, Carlos Ingold, Table Suisse  
**Impression :** Mastra Druck AG, Schönbühl. Document neutre en carbone, imprimé en Suisse.  
**Tirage :** 7150 exemplaires (allemand / français), édition octobre 2023.  
 Tour de table paraît au printemps et à l'automne.



*Chère lectrice, cher lecteur,*

*Gaspillage alimentaire et pauvreté – Voilà bien deux concepts qui ne pourraient pas être plus contradictoires. C'est pourtant le paradoxe de notre société : certaines personnes peinent à joindre les deux bouts tandis qu'ailleurs, des tonnes de denrées excédentaires finissent à la poubelle. Table Suisse lutte contre cette aberration depuis plus de 20 ans en construisant un pont entre la surabondance et le manque, en acheminant les aliments là où ils sont nécessaires.*

*Dans cette nouvelle édition de notre Tour de table, nous plongeons une fois encore dans les coulisses de nos bénéficiaires et partons à la rencontre de personnes qui ont retrouvé le sourire grâce à Table Suisse et aux institutions sociales auxquelles la fondation livre des produits : des personnes qui n'ont pas assez d'argent pour vivre, qui ont dû fuir leur pays, qui ont perdu leur emploi ou leur logement, qui sont dépendantes. Des institutions leur donnent de la nourriture, mais aussi, souvent, un travail ou un foyer temporaire, une place dans la société et des perspectives d'avenir.*

*Les moyens financiers de ces organisations sont souvent très limités, aussi nos livraisons allègent-elles considérablement leur budget. Si une partie importante de leur activité consiste à distribuer des denrées ou à préparer des repas, elles peuvent utiliser différemment les fonds que Table Suisse leur permet d'économiser, pour offrir des places d'hébergement, créer des emplois dans l'optique d'une réintégration, proposer un lieu de rencontre, etc.*

*Dans cette édition, nous avons également voulu remercier sincèrement toutes les personnes qui nous soutiennent et nos partenaires et mettre en avant leurs idées novatrices. Nous saluons l'engagement de toutes celles et de tous ceux qui donnent du temps ou de l'argent à Table Suisse et rendent ainsi notre travail possible.*

*Lutter contre le gaspillage alimentaire est un devoir écologique et une nécessité morale et sociale. Table Suisse s'engage significativement contre la pauvreté, tout en participant aussi activement à la protection de l'environnement. Tous ensemble, nous pouvons créer un monde plus durable dans lequel les aliments ne sont plus gaspillés, mais utilisés à bon escient.*

*Merci du fond du cœur !*

Marc Ingold  
Directeur de la Fondation Table Suisse

# Éditorial





## Emmaüs, Etagnières

**Avec ses 425 groupes et sa présence dans 41 pays, Emmaüs rassemble des personnes qui souffrent d'exclusion ou qui s'engagent contre les injustices sociales.**

Le mouvement Emmaüs est également actif en Suisse, où il compte onze sections. Table Suisse livre des aliments à trois des six communautés d'habitation Emmaüs dans le pays. C'est Table Suisse région Suisse romande qui s'occupe de celle d'Etagnières (VD), installée dans un ancien moulin datant de 1780 qui appartenait à la ferme voisine. En 1972, des familles en difficulté vivaient déjà dans la région. Pour les aider, les agriculteurs propriétaires ont proposé que le moulin soit transformé en logements pour Emmaüs. Rue de la Combe 39, un fourgon de Table Suisse vient chaque jour décharger environ cinq caisses de légumes, de fruits et de pain. Damien, co-directeur de l'institution, nous explique : « Nous n'avons malheureusement qu'un budget nourriture de 8000 francs pour toute l'année. Soit environ 1 franc par personne et par jour. Or, il nous faudrait 100 000 francs pour couvrir les repas des résidents et des bénévoles. Sans Table Suisse, Emmaüs ne pourrait pas se maintenir à flot ».

L'institution compte 21 chambres, et tous les lits sont occupés. Notre interlocuteur poursuit : « Depuis qu'Emmaüs existe à Etagnières, nos chambres ne désemplissent pratiquement jamais. Car malheureusement, il y a plus de sans-abri en Suisse que beaucoup ne l'imaginent. Si quelqu'un vient chez nous pour trouver un endroit où dormir alors que nous sommes au complet, nous le laissons dormir sur le canapé pendant quelques jours – le temps de chercher ensemble des solutions. Des organisations partenaires peuvent également être contactées. Le plus frustrant, c'est lorsque nous ne trouvons aucune issue et que nous devons rediriger quelqu'un vers des foyers d'hébergement d'urgence ».

Cela fait trois ans que Damien a rejoint Emmaüs. Que retient-il en priorité de cette période ?

« J'ai vécu de nombreuses expériences inoubliables. Tous nos résidents ont un jour été des sans-abri. Nous ne réalisons pas à quel point la vie dans la rue peut être rude. Les sans-abri qui arrivent dans notre communauté ont tout oublié en matière d'hygiène et de santé : comment se laver ? Pourquoi ? Quoi manger ? En quelles quantités ? Quand dormir ? Nous passons par de grands moments d'émotion. Du jour au lendemain, les anciens sans-abri se sentent libérés. Ils n'ont plus à se demander sans cesse où trouver à manger et où dormir ».

Pour Emmaüs, il est important que les résidents demeurent aussi autonomes que possible. En d'autres termes, chacun reste l'acteur de sa vie. Les nouveaux arrivants passent un entretien qui permet de déterminer les connaissances qu'ils sont susceptibles d'apporter à la communauté et comment les utiliser. Ils sont ensuite assignés aux différents ateliers en conséquence. Ils peuvent par exemple travailler à la cuisine. C'est Gregor, le nouveau chef de cuisine, qui se charge d'organiser les menus de la semaine. Une tâche qui n'est pas toujours facile : « La planification des menus est un défi au quotidien. D'une part parce que nous ignorons ce que le fourgon de Table Suisse va nous livrer, et d'autre part parce que je suis entouré de personnes sans formation. Je suis heureux de pouvoir compter aussi sur la présence de bénévoles. Ils m'aident à rappeler aux résidents l'importance d'une alimentation saine. Dans la plupart des cas, les sans-abri ne savent plus se nourrir de manière saine et équilibrée, tout simplement parce qu'ils n'en ont pas eu la possibilité. Je veille donc à sensibiliser les résidents et à leur expliquer que des repas à base de produits frais leur donneront de l'énergie pour toute la journée. Chez nous, presque tout est fait maison. Même s'il est vrai que quand je suis absent, des pizzas surgelées sont aussi au menu ! », conclut-il en souriant.



## Michele

**Michele a grandi dans le sud de l'Italie, dans une famille d'origine marocaine établie depuis longtemps dans le pays transalpin. Technicien de formation, il ne trouve aucun travail dans son domaine à la fin de ses études. C'est sa première grosse désillusion. Il vit alors de petits boulots. Pensant que son avenir sera peut-être plus rose ailleurs, il quitte sa région natale pour s'installer à Côme, près de Chiasso. Sa famille lui envoie de quoi se payer un billet de train alors qu'il est désespéré et presque à court d'argent. Il décide alors de prendre un aller simple pour la Suisse.**

Une fois arrivé au Tessin, il recommence à y croire et continue à chercher du travail. Malheureusement, sans succès. Cette fois, il est définitivement sans le sou. Il se retrouve à la rue, sans rien. Sans-abri. Après avoir passé sa vie à se démener pour gagner sa vie, le voici au fond du gouffre.

Michele a vécu 18 mois dans la rue. Chaque jour, en se réveillant, il se pose les mêmes questions : « Où vais-je dormir ce soir ? Où vais-je trouver à manger ? ». Par hasard, l'Italien entend parler d'une organisation appelée Emmaüs, notamment basée au Tessin, qui offre un lit et un repas aux sans-abri. Prenant son courage à deux mains, il se rend sur place. Le personnel lui annonce qu'il n'y a pas de chambre libre, mais l'aide à trouver un lit dans une organisation partenaire. C'est ainsi qu'il arrive à Etagnières, dans le canton de Vaud.

La communauté d'habitation accueille Michele et met à sa disposition une petite chambre. Michele est comblé, c'est presque trop beau pour être vrai ! Les premiers jours, les émotions se bousculent dans sa tête : « J'avais un toit au-dessus de ma tête et je n'avais plus à me demander quand j'allais pouvoir manger. Ici, je peux me laver dans une salle de bains commune. Cela faisait bien longtemps que je

n'avais pas eu autant d'intimité ! Emmaüs m'a permis de retrouver un peu de paix et de me remettre sur pied. J'aimerais bien rester encore un peu. Ensuite, je chercherai un travail, un petit appartement et j'espère ainsi me faire une vraie place dans la société ».

Nous demandons à Michele s'il s'est bien adapté à Emmaüs. Il réfléchit quelques instants avant de nous répondre : « Oui, je m'y sens bien. Evidemment, ce n'est pas comme si j'avais un appartement ou une maison à moi. Mais j'ai un endroit où dormir au chaud et au sec et des contacts avec les autres résidents. J'ai encore du mal à me faire des amis. Comme je ne compte pas rester trop longtemps, je ne me lie pas facilement avec les autres ». La communauté Emmaüs soutiendra Michele au fil de son parcours. Comme l'explique Damien : « Certaines personnes ne restent que quelques semaines, d'autres quelques mois et d'autres encore sont avec nous depuis des années. Chaque résident a son vécu et ses expériences. En général, celui qui a vécu plus de dix ans dans la rue a beaucoup plus de mal à s'intégrer dans la société qu'une personne qui y a passé quelques mois. Je dirais pour conclure qu'Emmaüs sert de base, mais que les résidents doivent faire preuve de beaucoup d'autonomie ».

*On estime à 2200 le nombre de sans-abri en Suisse et à environ 8000 le nombre de personnes risquant de perdre leur logement. Voilà ce qui ressort de l'étude sur le sans-abrisme en Suisse réalisée par la Haute école de travail social de la HES du Nord-Ouest de la Suisse sur mandat de l'Office fédéral du logement (OFL). Source : [www.admin.ch](http://www.admin.ch)*





## Sissacher Tafel, Sissach

« Avons-nous besoin d'un centre de distribution d'aliments ? » – A cette question, la commune de Sissach (BL) a répondu par la négative il y a quelques années. De l'avis d'une majorité, aucun habitant ne dépendait d'une aide alimentaire. Heureusement, le pasteur Gerd Sundermann ne l'a pas entendu de cette oreille et il a contacté la région Suisse du Nord-Ouest de la Fondation Table Suisse. Voilà à présent bientôt quatre ans que des distributions d'aliments sont organisées, et quelque 300 bénéficiaires sont heureux que la paroisse réformée de Sissach ait finalement mené à bien ce projet – son tout premier.

Depuis 2019, Gerd Sundermann fait tout un travail de sensibilisation au thème du gaspillage alimentaire, à la fois dans les écoles et dans ses cultes : « A mon sens, il est possible d'avoir un impact sur le gaspillage alimentaire des ménages en leur inculquant les connaissances nécessaires. Nous devrions toutes et tous avoir conscience qu'il faut utiliser les ressources de manière durable. A chacun d'entre nous de se demander comment le faire au quotidien ». Malgré tous ses efforts, il a rapidement compris qu'il ne pourrait pas éradiquer le gaspillage alimentaire à Sissach. La sensibilisation seule ne suffirait pas – d'où son idée de lancer un centre de distribution. Il avait déjà entendu parler d'un concept : récupérer des aliments pour les redistribuer à des personnes dans le besoin. En présentant son projet, il a été surpris par la réaction de la commune, qui a affirmé que personne parmi ses habitants ne dépendait de l'aide alimentaire.

Cette réaction est hélas habituelle : une grande partie de la population suisse ne conçoit pas que la pauvreté puisse exister si près d'elle. Trop souvent, la pauvreté reste un sujet tabou, les personnes concernées ayant trop honte de parler de leur situation financière précaire. Or, selon l'OFS, environ 8,7% de la population vivait en dessous du seuil de pauvreté en 2021 – et la tendance est à la hausse (source : OFS 2023).

Avec le soutien de Table Suisse, le pasteur a lancé sa distribution d'aliments. Les premiers bénéficiaires ont été accueillis en novembre 2019. Au début, ils étaient encore peu nombreux, mais leur nombre a progressivement augmenté. A présent, selon l'organisation, près de 300 personnes profitent des denrées distribuées. Et la commune participe désormais à l'aventure, en soutenant l'organisation autant qu'elle le peut. Table Suisse fournit une grande partie des aliments, et d'autres entreprises locales – exploitations agricoles ou boulangeries – en donnent elles aussi. Chaque vendredi, les bénéficiaires peuvent venir chercher des produits. Une première distribution a lieu à 13h30. Elle est réservée aux personnes et aux familles socialement défavorisées. Une deuxième distribution se tient ensuite à 16h00, spécialement pour les réfugiés d'Ukraine. Si le projet existe, c'est grâce aux quelque seize bénévoles. Le pasteur apprécie beaucoup son équipe. Ainsi, lorsque la demande a brutalement augmenté à l'arrivée des réfugiés ukrainiens, personne n'a protesté à l'idée qu'une deuxième distribution serait nécessaire, même si cela impliquait deux fois plus de travail pour les bénévoles !

Elisabeth, l'une des bénévoles, résume cette belle attitude : « Je suis à la retraite et je cherchais une activité qui ait du sens et qui me motive. Gerd m'a demandé si je voulais bien participer au tri et à la distribution des denrées. J'ai tout de suite adhéré au concept de lutte contre le gaspillage alimentaire ».

Dilgo, actuellement en stage, ajoute : « C'est ma première expérience dans le domaine de l'aide alimentaire aux personnes dans le besoin. Les différences entre bénéficiaires me frappent. Je constate que chaque personne a son passé, son histoire ».

Hanna, bénévole elle aussi, participe au projet depuis ses débuts. Avec Edith, une autre bénévole, elle organise les tournées de collecte à Sissach, s'occupe de tout le processus de distribution et du recyclage des emballages.





## Amir

« J'ai mal aux pieds, les semelles de mes chaussures sont usées. Mais je regarde toujours vers l'avant, sans m'arrêter. Car derrière moi, il n'y a que des maisons en ruine et de la tristesse. Tout mon corps tremble de peur. Je me demande quand j'aurai un peu de répit et j'espère que ce sera mieux ailleurs ». Tel était l'état d'esprit d'Amir il y a six ans, lorsqu'il a pris la route avec sa famille pour fuir la guerre en Afghanistan.

Nous rencontrons Amir à Sissach, à l'organisation Sissacher Tafel. Il fait partie de l'équipe de bénévoles et apporte volontiers son aide. Ses collègues plus âgés sont très heureux de pouvoir compter sur lui quand il y a des choses lourdes à porter. Nous nous asseyons avec Amir sur le canapé. C'est timidement qu'il commence à parler : « Je ne peux pas tout vous raconter. Tout est encore trop frais dans ma tête et je serais à nouveau très triste si je replongeais dans ces souvenirs ». Le jeune homme de 21 ans entame son récit : « Quand j'avais 15 ans, ma mère a décidé que nous devions quitter l'Afghanistan, elle, mon petit frère, ma petite sœur et moi. Notre père avait été tué par les talibans, notre pays était ravagé par des combats, la population vivait dans la peur permanente. La guerre faisait chaque jour des victimes, des personnes que nous connaissions et que nous aimions. Ma mère, livrée à elle-même avec trois enfants à charge, a rassemblé le strict nécessaire. Nous ne pouvions pas nous charger, car nous devons faire la première étape du voyage à pied. Voilà comment tout a commencé. Nous avons pris la direction de l'Iran. Chemin faisant, nous avons eu de la chance : nous avons pu faire une partie du trajet en voiture. Une fois en Iran, j'ai été séparé du reste de ma famille. J'ai alors appris que ma mère, mon frère et ma sœur n'avaient pas obtenu l'asile et avaient été renvoyés en Afghanistan. J'ai pu avoir ma mère au téléphone. Nous avons décidé que je devais continuer ma route. D'Iran, je suis passé en Turquie, puis en Grèce.

J'avais entendu dire que l'Albanie accueillait des réfugiés, mais une fois sur place, j'ai vite vu que c'était une impasse. Je suis reparti en Grèce. De là, j'ai pris un bateau pour l'Italie et je suis finalement arrivé en Suisse. A 18 ans, dont trois de fuite ». Amir s'éclaircit la gorge avant de poursuivre : « Ici, j'ai retrouvé un sentiment de paix et, pour la première fois depuis longtemps, de sécurité. J'étais à bout de forces, heureux que ma fuite soit enfin terminée ».

Amir a aujourd'hui 21 ans. Depuis son arrivée en Suisse, il s'efforce de se faire une place dans sa nouvelle patrie. Grâce à de nouvelles connaissances, Amir a entendu parler de l'organisation Sissacher Tafel. Il s'y est rapidement présenté pour obtenir des aliments. Attentif comme à son habitude, il a constaté que l'équipe de bénévoles avait bien besoin de quelques mains supplémentaires. Il a proposé son aide et, depuis, chaque vendredi, il prépare les tables, trie les aliments et range les locaux en fin de journée. Amir apprécie de pouvoir vivre à nouveau en sécurité. Cet engagement du vendredi lui permet de donner quelque chose en retour et, simplement, de dire « merci ». La responsable déclare à son sujet : « Amir nous facilite grandement la tâche. Il voit tout de suite ce qu'il y a à faire et il est très autonome. Nous sommes heureux qu'il fasse partie de l'équipe ».

Amir apprécie beaucoup ces interactions. A son arrivée, il ne connaissait personne, il n'avait ni famille ni proches en Suisse. Il a aussi compris qu'il devrait apprendre l'allemand rapidement pour pouvoir suivre une formation. « Mon niveau d'allemand est suffisant pour un apprentissage, mais il me manque encore des connaissances de base en mathématiques. En Afghanistan, je n'ai pas pu aller à une vraie école. Je vais donc profiter de cette année pour combler mes lacunes. J'espère pouvoir commencer un apprentissage en 2024. Mon souhait pour l'avenir ? Finir un apprentissage, trouver un travail et pouvoir ainsi mener une vie meilleure ».





## Fondation Töpferhaus, Aarau

**La Fondation Töpferhaus est un espace de création. Ses collaborateurs y encadrent des personnes souffrant d'un handicap psychique et les aident à structurer leur vie personnelle et à retrouver une vie saine et autonome. Les maladies psychiques n'épargnent personne. Elles peuvent prendre diverses formes – dépression, névrose, dépendance, traumatisme ou trouble alimentaire.**

Depuis 1981, la Töpferhaus d'Aarau ouvre ses portes aux personnes qui cherchent à reprendre le contrôle de leur vie. Daniel Aeberhard, directeur depuis quatorze ans, nous reçoit un lundi matin à Aarau : « Ces dernières années, le besoin de prise en charge de personnes atteintes de troubles psychiques a significativement augmenté. La situation s'est aggravée avec le coronavirus. Face à ce constat, nous nous efforçons d'étoffer constamment nos prestations. En plus d'un encadrement en matière de logement, de différents espaces de travail ou d'ateliers, nous proposons également du coaching professionnel. Depuis la création de la fondation, notre offre a presque triplé. Nous avons un deuxième site à Aarau, un autre à Lenzbourg et, depuis peu, un autre à Suhr. A chaque établissement sa spécialité. » Daniel Aeberhard nous fait traverser le hall d'entrée, où sont exposés d'appétissants produits maison. « Nous avons conclu différents partenariats et créons ainsi des lignes de produits de qualité. Une grande partie est destinée au commerce de détail : pâtisseries, pralinés, pâtes confectionnées à partir d'ingrédients excédentaires ou encore diverses idées cadeaux. La Pasta di Pane maison, par exemple, permet de lutter contre le gaspillage alimentaire puisqu'elle est fabriquée avec du pain dur. Innovante... et délicieuse ! Tout à fait dans l'esprit de Table Suisse », glisse Daniel avec un clin d'œil.

La responsabilité individuelle est un mot-clé pour les bénéficiaires, au même titre que l'esprit d'initiative pour le personnel. Le secret de Daniel : « A mes yeux, tout est une chance. Les défis comme les succès. Chaque nouvelle expérience est une occasion d'apprendre et de s'améliorer. Chez nous, l'aspect humain est au premier plan, ce qui signifie que les individus ont leur mot à dire – et que cet avis compte ».

Nous visitons les espaces de travail et les ateliers. La fondation reçoit diverses commandes. On lui demande par exemple de plier des emballages de montres ou de chocolat. Les tâches répétitives et structurées sont les plus appréciées. Le responsable du groupe explique : « Nous venons de recevoir un projet bien sympathique : l'étiquetage d'une bouteille de gin. Un producteur local n'a plus le temps de s'en charger et s'est adressé à nous. C'est agréable de voir que de jeunes entreprises pensent elles aussi à notre fondation et qu'elles apprécient notre travail ».

La Töpferhaus Aarau dispose de quatre communautés d'habitation de quatre à six personnes chacune. En moyenne, les résidents ont entre 25 et 30 ans. La durée de leur séjour varie fortement. L'objectif est de promouvoir leur autonomie et de les aider à vivre de manière indépendante. Certains résidents restent six mois, d'autres plus longtemps.

Nous voici de retour dans le hall d'entrée. Le fourgon de Table Suisse arrive, des caisses remplies de fruits et de légumes sont déchargées et acheminées à la cuisine. Bilana, Manuel et René trient les caisses. Une partie des marchandises est préparée pour le site de Suhr. Bilana sourit : « Cela fait presque neuf ans que je suis là. Le travail me plaît toujours et j'aime comme tout fonctionne ». René coupe des salades et Manuel des légumes pour le lendemain. Manuel apprécie que les besoins individuels soient pris en compte.

Avant de partir, nous demandons à Andreas, responsable d'équipe, s'il peut nous raconter une jolie anecdote autour de la vie à la Töpferhaus. Il s'exécute volontiers : « Je pense tout de suite à Table Suisse. Les desserts et les douceurs ont toujours beaucoup de succès. Boissons, chocolat... A Pâques, surtout, Table Suisse nous gâte. Quand le fourgon repart, tout le monde a le sourire jusqu'aux oreilles ! ».





## René

**Lundi, 7h30. René est assis dans l'atelier de production de la Töpferhaus Aarau. Il tartine le pain des sandwiches du jour. Il remplit ensuite des sachets d'épices, prépare des légumes et se charge de tout ce qu'il y a à faire dans la cuisine. Il apprécie son travail et a toujours le sourire aux lèvres : « J'aime avoir du monde autour de moi. Je suis quelqu'un de sociable ». Il est midi, voici le fourgon de Table Suisse. René donne un coup de main pour amener les denrées à l'intérieur. Après sa pause de midi, il trie les marchandises reçues en compagnie d'une collègue. La salade et les légumes sont préparés sans tarder pour le lendemain.**

Cela fait environ six ans que René vit et travaille dans les locaux de la fondation. Il se souvient : « Lorsque j'ai déposé ma candidature pour avoir une place ici il y a presque six ans, j'étais déjà en train de remonter la pente. Mes problèmes ont commencé quand j'ai perdu mon emploi de logisticien après dix ans à ce poste. Je n'ai jamais retrouvé de travail par la suite. Sans salaire, j'ai dû quitter mon appartement. Heureusement, mes parents m'ont hébergé pendant un certain temps. Retourner chez mes parents à presque 50 ans n'a pas été facile. Toute cette situation m'a miné le moral. Quelles perspectives d'avenir me restait-il ? J'étais perdu. Mes fréquentations de l'époque ne m'ont pas aidé. Au contraire : j'ai fait de mauvaises rencontres et j'ai sombré dans l'alcool. Je me sentais très mal. Dans un moment de lucidité, j'ai décidé que je ne pouvais pas continuer ainsi. Rien n'a été simple. A la même époque, j'ai perdu mon père, et puis ma mère a dû partir en maison de retraite. Quel avenir m'attendait ? ».

Dans l'intervalle, René a reçu du soutien. Il a aussi décidé de se sortir de l'emprise de l'alcool et a réussi à se sevrer tout seul, sans aide extérieure. Une fois ce problème de santé réglé, place à l'étape suivante :

« Par hasard, j'ai entendu parler d'une organisation appelée Töpferhaus Aarau, qui proposait un travail et un logement à des personnes comme moi, dans une impasse. Le jour où j'ai été invité à me présenter à la Bachstrasse 117 à Aarau, j'étais un peu nerveux. Quand j'ai appris que j'allais pouvoir emménager dans l'un des logements de la communauté, j'ai été soulagé d'un grand poids. Les premiers mois, j'ai partagé un appartement avec un jeune. Cela me convenait tout à fait. Plus tard, un studio s'est libéré et j'ai pu à nouveau vivre seul dans un appartement. Je bénéficie par ailleurs d'un suivi adapté à mes besoins ».

Il ajoute avec un petit sourire : « Je travaille à 60% dans l'atelier de production de la cuisine. L'équipe est satisfaite de moi. Nous nous tutoyons et sommes sur un pied d'égalité, ce qui m'aide à avoir davantage confiance en moi. J'espère que je resterai à mon poste jusqu'à la retraite. J'ai 61 ans. Difficile de croire que je pourrais encore avoir des opportunités sur le marché du travail. Chaque membre de l'équipe a son histoire. Nous nous soutenons mutuellement et nous savons que nous ne sommes pas seuls ».

René tient à souligner qu'il a eu de la chance de se sortir rapidement du piège de l'alcool. Il n'a pas été dépendant bien longtemps. D'autres personnes ont moins de chance et sont prisonnières de leur alcoolisme. René leur souhaite de trouver le courage d'appeler à l'aide. D'autant que l'abus d'alcool est souvent un mal silencieux et que les personnes dépendantes ont honte. Pour elles, demander de l'aide et accepter de se faire aider sont des efforts considérables. Selon l'Office fédéral de la statistique, entre 250 000 et 300 000 personnes sont dépendantes de l'alcool en Suisse. Beaucoup d'entre elles ont par-dessus le marché besoin d'une aide alimentaire. La Fondation Table Suisse livre des aliments à de nombreux centres de distribution qui apportent un soutien précieux aux personnes dépendantes.



# Pourquoi avez-vous



« Je suis à la retraite et je suis heureux de pouvoir m'engager bénévolement auprès de Table Suisse au volant d'un fourgon ou comme copilote. Je trouve que le concept de Table Suisse – redistribuer des denrées plutôt que de les jeter – est formidable. Sans compter que ces tournées permettent de nouer des contacts intéressants et enrichissants. Table Suisse réunit tous les critères pour me donner envie de m'engager, et j'espère pouvoir le faire encore longtemps. » Christoph Rothenbühler, région Mittelland



« Après mon départ à la retraite, je me suis mis en quête d'une activité de bénévolat qui serait utile. C'est alors que j'ai découvert Table Suisse. Son slogan « Récupérer – distribuer – nourrir » m'a tout de suite interpellé. Je trouve très gratifiant de m'engager bénévolement contre le gaspillage alimentaire et en faveur des personnes en situation difficile. J'apprécie surtout le contact avec les institutions et les centres de distribution les plus divers, ainsi que les rencontres avec tous les civilistes. Je vis sans cesse de nouvelles expériences et je rentre chez moi le soir fatigué, mais heureux ! »

Christoph Moser, région Mittelland



« Les combats de Table Suisse – le gaspillage alimentaire et la pauvreté – sont aussi les miens. Ici, je peux les mener de tout mon cœur. »

Alfredo Bütikofer, région Zurich / Argovie



« Après mon départ à la retraite anticipée, j'ai voulu faire du bénévolat. Grâce à Table Suisse, je peux rendre à la communauté un peu de ce qu'elle m'a donné. Nous formons une bonne équipe, avec une responsable qui nous motive. Je suis très heureux de pouvoir m'engager auprès de TableSuisse. »

Renaud Winiger, région Suisse orientale



« Je trouve très important de réduire le gaspillage alimentaire et de redistribuer des produits d'une qualité irréprochable à des personnes dans le besoin. »

Lucien Peuret, région Suisse romande



# rejoint Table Suisse ?

« Parce que c'est tellement nécessaire pour lutter contre le gaspillage alimentaire et pour aider les personnes qui n'ont pas la vie facile. Je suis à la retraite, avec un revenu et la santé : c'est le moment idéal pour faire du bénévolat ! En m'engageant auprès de Table Suisse, je défends deux belles causes à la fois. »

Markus Kuhn, région Suisse du Nord-Ouest



« En premier lieu, je voulais découvrir un nouveau cadre de travail. Je voulais aussi faire un geste pour la société, dans le cadre d'un projet que je trouve utile. L'équipe dirigeante si sympathique m'a également séduite. Et puis, comme on dit, cela fait du bien de faire du bien. »

Ursula Schneider, région Suisse orientale



« En tant que bénévole de Table Suisse, je voulais apporter ma contribution à la société. Mon engagement va au-delà du soutien matériel, car je souhaite également être un modèle et inspirer d'autres personnes à s'engager elles aussi. Grâce à Table Suisse, je peux mettre en pratique mes valeurs de communauté, de solidarité et de compassion pour ainsi apporter ma petite pierre à un changement positif. »

Robert Brand, région Suisse centrale



« Jour après jour, Table Suisse apporte son soutien à tant et tant de personnes touchées par la pauvreté ! Je suis heureux de contribuer moi aussi à cette cause. »

Ismail Gara, région Zurich / Argovie



« Ce qui me motive, c'est de pouvoir apporter une contribution positive directement dans mon environnement local et participer activement à la vie sociale. Dans le même temps, je souhaite donner aux membres de notre société qui sont dans le besoin tout ce qu'il leur faut pour vivre. En m'engageant auprès de Table Suisse, je peux contribuer à ce que les personnes touchées par la pauvreté reçoivent le soutien dont elles ont tellement besoin. Enfin, je cherche à entrer en contact avec d'autres personnes de la région de Lucerne qui souhaitent elles aussi donner aux autres un peu de leur temps et de leur énergie. »

Georg Wieser, région Suisse centrale





# La parole aux

## Philipp Schreier, région Zurich / Argovie



Depuis avril 2022, Philipp Schreier est responsable de la région Zurich / Argovie. Lorsque son activité dans la gastronomie a été ébranlée par le coronavirus, il a décidé de mettre à profit ce « temps libre » et s'est porté volontaire pour une mission en Bosnie-Herzégovine. Cette période a été l'élément déclencheur de son engagement auprès de Table Suisse.

« Depuis que j'ai repris les rênes de la région, mon point de vue sur le gaspillage alimentaire et sur la pauvreté a évolué. J'ai à cœur de transmettre les connaissances que j'ai acquises et de sensibiliser la population. La pauvreté ne doit pas être un sujet tabou. Elle touche 8,7% de la population. J'avais beau savoir que les mécanismes d'aide ne fonctionnent pas pour toutes et pour tous, je n'en ai pas moins été surpris par le nombre de personnes qui ont besoin de soutien. En Suisse, des personnes ne mangent pas à leur faim et dépendent de l'aide alimentaire. C'est dans ce contexte que des institutions privées ou semi-privées prennent le relais, grâce à des dons et à l'engagement de bénévoles. Parmi les moments forts de mon travail chez Table Suisse, j'ai eu l'occasion de faire plusieurs exposés, comme lors de la conférence des consommateurs « A consommer sans modération » de la Fédération des coopératives Migros. Je compte bien continuer à sensibiliser la population à la lutte contre le gaspillage alimentaire et la pauvreté ».

## Silja Tatic, région Suisse orientale



Pendant des années, Silja Tatic s'est occupée d'intégration professionnelle. Au quotidien, elle aidait des personnes souffrant de maladies psychiques à reprendre le fil de leur vie. « Après presque dix ans, j'ai eu envie de changement. En 2018, j'ai lu une annonce de la Fondation Table Suisse, qui cherchait un nouveau responsable pour sa région Suisse orientale. C'était ma première candidature, et j'ai été retenue ! Au début, j'ai eu l'impression de plonger dans un nouvel univers. Mon poste

mélait logistique, alimentation, gestion et travail social – avec un aspect au centre de tout le reste : l'humain. Cela fait cinq ans que j'ai rejoint Table Suisse. Des choses ont changé. J'aime voir la fondation grandir et se développer, pour que chaque franc donné serve de manière ciblée. Nous souhaitons récupérer toujours plus de denrées, avec proportionnellement moins de ressources. Nous devons être dignes de la confiance de nos donateurs et utiliser nos moyens à bon escient. En parallèle, je constate avec bonheur que le gaspillage alimentaire est un thème toujours plus mis en lumière et que le sujet tabou de la pauvreté commence peu à peu à être mieux entendu en Suisse. Presque chaque semaine, de nouvelles organisations apparaissent et souhaitent s'impliquer dans ces domaines. A mon sens, la coopération entre organisations est plus fructueuse que la compétition. Je souhaite que Table Suisse soit un partenaire compétent et reconnu dans la lutte contre le gaspillage alimentaire et la pauvreté, pour que nous puissions sans cesse conclure de nouveaux partenariats. Tous ensemble, nous aiderons ainsi davantage de personnes qui en ont besoin ».



# responsables de régions

## Baptiste Marmier, région Suisse romande



Avant de rejoindre Table Suisse en 2009, j'avais travaillé dans des ONG humanitaires. Impliqué dans des projets très divers, j'ai finalement eu envie de m'engager dans une ONG plus petite qui serait active en toute transparence en Suisse. C'est ainsi que j'ai découvert la Fondation Espoir pour personnes en détresse. En pleine croissance, celle-ci était présente dans toute la Suisse,

y compris dans le canton de Vaud. En plus de la gestion de la région, l'une de mes premières tâches a été d'amener les régions, jusqu'alors plutôt indépendantes et ancrées localement, à collaborer sur le plan national. En parallèle, l'identité de la fondation a été repensée. Si l'ancien nom de la fondation figurait encore dans le registre du commerce, il fallait désormais la faire connaître sous son nouveau nom : la Fondation Table Suisse. Une étape importante ! J'ai déjà vécu bien des choses à mon poste. À mon arrivée, Table Suisse était encore en chantier, nous avions des milliers d'idées. A grand renfort d'analyses et de remises en question, nous nous sommes demandé où en était l'organisation et quelle direction elle souhaitait prendre. À l'image de toutes les entreprises, Table Suisse a connu des crises. Aujourd'hui, la fondation repose sur une base solide. L'équipe est très motivée et fait sans cesse preuve de créativité. J'ai la certitude que le potentiel de la fondation va être exploité dans les années à venir ».

## James Henzi, région Mittelland



« Depuis avril 2022, je suis responsable de la région Mittelland, qui était jusqu'à récemment basée à Flamatt (FR). À mon arrivée, je n'ai pas eu le temps de m'ennuyer car les choses se sont enchaînées à un sacré rythme ! J'ai d'abord dû préparer la présence de Table Suisse au Grand Prix de Berne. Ensuite, il y a eu la Journée de la bonne action, puis les premiers préparatifs pour la Journée de la Soupe. En plus de tous ces événements, j'ai dû trouver de nouveaux locaux pour la région Mittelland,

puisque le bail à Flamatt arrivait à échéance à la fin mars 2023. Et cette recherche n'a pas été une mince affaire ! Il nous fallait une surface d'entreposage suffisamment grande pour trier les marchandises, une chambre froide, un monte-charge, de la place pour réceptionner les marchandises et remplir les fourgons, sans compter évidemment quelques postes de travail à l'intérieur. Par-dessus le marché, le site devait être aussi bien situé que possible dans la région. Nous avons finalement trouvé notre bonheur à Kehrsatz, au 24 de la Belpstasse. Nos partenaires n'ont eu aucun problème à passer de Flamatt à Kehrsatz, même si le trajet de certains d'entre eux s'en est trouvé un peu rallongé. Désormais, nos tournées sont mieux organisées et nous avons pu ajouter de nouveaux bénéficiaires. Aujourd'hui, nous avons un entrepôt bien rempli et une nouvelle chambre froide. Le chemin a été long et semé d'embûches, mais notre équipe est très heureuse. Et nous pouvons ainsi aider davantage de personnes dans le besoin de la région ».



## Michele Hostettler, région Suisse du Nord-Ouest



Michele Hostettler est responsable de la région Suisse du Nord-Ouest depuis novembre 2018. Cet ancien agriculteur, qui a aussi travaillé dans la distribution et la protection de l'environnement, a toujours placé au premier plan la lutte contre le gaspillage alimentaire. « En travaillant pour Table Suisse, je boucle la boucle.

Lorsque j'étais agriculteur, j'ai vu les légumes pousser dans les champs, être récoltés et acheminés vers le commerce de détail. A l'époque déjà, des exigences strictes régissaient leur forme, leur taille et leur poids. Pour être vendus, les légumes doivent ensuite passer un deuxième test : ce sont en effet les consommateurs qui décident de les acheter ou non. Seuls les légumes appétissants finissent dans leur panier puis dans leur cuisine. Le personnel du commerce de détail retire les autres des étagères. Lors de mes premières tournées avec Table Suisse, j'étais souvent choqué de voir les quantités immenses d'aliments que nous récupérions. Et apparemment, ce n'était qu'une infime partie de ce qui est traité dans les centrales de biogaz. Aujourd'hui, je dirais que nous sommes sur la bonne voie. Grâce à des partenariats avec de grands détaillants, nous pouvons lutter contre le gaspillage alimentaire et redistribuer judicieusement les denrées ».

## Maik Deutschmann, région Suisse centrale



Maik Deutschmann est responsable de la région Suisse centrale depuis octobre 2021. De par sa formation dans la gestion hôtelière et l'économie d'entreprise ES, le gaspillage alimentaire est un sujet qui lui tient à cœur. Un autre de ses chevaux de bataille trouve écho dans son activité chez Table Suisse : les véhicules zéro émission. « Depuis plus de 20 ans, la Fondation Table Suisse veille à ce que des aliments irréprochables ne soient

pas détruits, mais redistribués à des personnes dans le besoin. En parallèle, la mobilité a évolué et continuera de le faire dans les années à venir. En juin 2022, la Fondation Table Suisse a reçu son deuxième véhicule électrique. Celui-ci assurera une mobilité synonyme de zéro émission de CO<sub>2</sub> dans la région Suisse centrale. Grâce à notre Toyota Proace City EV, nous faisons un grand pas dans le domaine de la protection du climat. Qui plus est, un véhicule électrique est aussi une bonne décision sur le plan économique. Avec cette nouvelle étape, la Fondation Table Suisse démontre que la protection du climat est aussi importante pour elle que la lutte contre la pauvreté et le gaspillage alimentaire. Nous sommes très fiers de nous engager sur cette voie. Le fourgon électrique sillonnera les routes pour livrer des denrées non réfrigérées ou rendre visite aux donateurs d'aliments et aux institutions qui s'occupent des personnes touchées par la pauvreté ».



# Nouveaux projets, nouveaux dons

## Offrez un don en cadeau !

Faites **quatre** fois plus de bien et deux fois plus plaisir ! Avec nos dons-cadeaux, vous ferez une jolie surprise à vos proches, vos connaissances, vos amis ou vos collègues tout en luttant contre le gaspillage alimentaire. Dans le même temps, vous protégerez l'environnement et nous aiderez à réduire la pauvreté en Suisse. Cadeau de mariage, cadeau d'anniversaire ou petite attention : apportez-nous votre soutien ! Vous aiderez de nombreuses personnes touchées par la pauvreté en faisant un don et en remettant un certificat cadeau aux personnes auxquelles vous l'offrez.

Les dons-cadeaux peuvent être effectués en ligne, via le formulaire de don. Après réception de votre don, nous vous enverrons par **e-mail** un certificat cadeau à imprimer avec le nom du/de la bénéficiaire. **A partir d'un don de 200 francs**, nous vous enverrons par courrier le certificat sur du **papier de qualité** dans un délai de cinq jours ouvrables.

Pour en savoir plus : [tablesuisse.ch/dons-en-cadeau](https://tablesuisse.ch/dons-en-cadeau)

## Entreprises et fondations : parrainez-nous !

Nous sommes toujours touchés de voir à quel point les personnes en situation difficile ne perdent pas espoir et sont reconnaissantes. Table Suisse livre gratuitement des aliments récupérés à **500 institutions sociales** qui s'occupent de ces personnes en marge de la société. **Pour ces institutions, le partenariat avec Table Suisse est fondamental** : sans ces dons d'aliments, beaucoup d'entre elles ne pourraient pas mener à bien leur mission en faveur des personnes touchées par la pauvreté.

Nous livrons gratuitement les denrées à nos bénéficiaires, mais nous devons relever de réels défis pour financer notre mission jour après jour. La logistique autour de la collecte et de la redistribution des dons d'aliments engendre des dépenses importantes – loyer, entretien, rénovation et frais d'énergie des bureaux et des entrepôts, coûts informatiques liés à la logistique et aux systèmes d'exploitation ou encore frais d'exploitation des fourgons frigorifiques.

En tant que parrain ou marraine, vous prenez en charge les frais de livraison de l'un des 500 centres de distribution ou institutions sociales. Vous couvrez ainsi symboliquement les frais annuels de livraison de l'organisation de votre choix. Vous pouvez également décider de parrainer une partie des frais de livraison d'une organisation.

Pour en savoir plus : [tablesuisse.ch/parrainages](https://tablesuisse.ch/parrainages)

## Table Suisse

récupérer – distribuer – nourrir



Merci

# De jolies initiatives, entre engagement, créativité et passion

## « Food for Good »

Un partenariat innovant avec Chair Airlines

Chair Airlines s'implique dans la prévention du gaspillage alimentaire. La compagnie aérienne suisse a déjà réussi à le réduire considérablement en décidant de servir uniquement sur commande des spécialités comme l'« émincé de Zurich » ou les « macaroni des Alpes ». Depuis la fin juillet 2023, Chair Airlines va encore plus loin. Sur le dernier vol de la journée, elle propose à ses passagers les snacks (sandwiches, etc.) préparés quotidiennement au prix unique de 5 francs. Les fonds ainsi récoltés sont intégralement reversés à Table Suisse. Et tout le monde est content : « Les passagers dégustent des snacks délicieux à un bon prix, notre compagnie aérienne a moins d'aliments à jeter et nous soutenons des personnes dans le besoin en aidant Table Suisse », résume Sphend Ibrahim, CEO de Chair Airlines. Nous remercions la compagnie aérienne pour cet engagement et nous nous réjouissons de poursuivre cette belle collaboration !



## Outlet de Bell Suisse SA, Bâle

Une saucisse à rôtir spéciale pour la bonne cause



L'outlet de Bell Suisse SA à Bâle fait régulièrement don à la Fondation Table Suisse de produits carnés invendus d'une qualité irréprochable, pour le plus grand bonheur de nombreux ménages dans le besoin de la région de Bâle. A propos, saviez-vous que si des produits carnés sont congelés le jour de leur date limite de consommation, ils sont encore bons pendant 90 jours ? A présent, l'outlet va encore plus loin pour soutenir Table Suisse : dans le cadre d'une campagne de dons, une saucisse à rôtir spéciale a été lancée. Pour chaque saucisse vendue, 1 franc est reversé à Table Suisse.

Chaque franc permet à la fondation de redistribuer à des personnes touchées par la pauvreté environ cinq repas préparés à base d'aliments récupérés.

## Un tour de Suisse à vélo

Campagne de dons

L'aventure s'annonçait incroyable, entre défis sportifs et paysages magnifiques. A la mi-juillet, Daniel Lüpold a pris la route, en veillant à ne pas trop se charger. Une sage précaution, car il devait faire au moins 150 kilomètres par jour pour finir l'itinéraire prévu dans le temps imparti. Le cycliste a parcouru ces kilomètres (et ce dénivelé) pour la bonne cause : avant le départ, ses supporters avaient pu lui verser un montant par kilomètre ou un forfait. L'objectif ? Soutenir Table Suisse. Après exactement 8 jours, 1215,32 kilomètres, 48h53 sur son vélo et 11 240 mètres de dénivelé, Daniel Lüpold a terminé son périple. Sur son blog, il raconte quantité d'anecdotes passionnantes sur les différentes étapes : [www.velodaenu.wordpress.com](http://www.velodaenu.wordpress.com). Nous saluons sa performance sportive remarquable et le formidable engagement social qui en a découlé, et le remercions de tout cœur pour son don d'un montant total de 3487.15 francs. Cette somme permettra à Table Suisse de récupérer environ 7000 kilos d'aliments, soit près de 20 000 repas pour des personnes touchées par la pauvreté. Une fois encore, un grand merci !



## Du pain recyclé à la confiserie Beschle

Un projet-pilote à Bâle

D'après une étude de l'EPFZ, chaque personne jette plus de 40 kilos de pain et de pâtisseries par an. Véritable institution à Bâle, la confiserie Beschle lutte activement contre le gaspillage alimentaire. Grâce à un procédé innovant, elle transforme le pain dur de la veille en pain frais. Comme par magie ! C'est Table Suisse qui livre le pain dur à la confiserie Beschle. En échange, la fondation, qui collecte chaque jour plus de 4 tonnes de pain, reçoit un don et gagne ainsi sur tous les tableaux. La quantité de produits de boulangerie collectée quotidiennement dépasse la demande.





## La région Suisse du Nord-Ouest fête ses 20 ans

Joyeux anniversaire !

Le 16 juin 2003, la région Suisse du Nord-Ouest effectuait sa toute première tournée. Le 15 juin 2023, le responsable Michele Hostettler et son équipe ont célébré cet anniversaire dans leurs locaux de Pratteln. Une brève présentation a résumé les événements marquants des dernières années aux invités, qui ont pu découvrir de plus près l'entrepôt de la région. Puis tout le monde a échangé ses impressions et a trinqué à cet anniversaire autour d'un délicieux apéritif créé à partir d'aliments récupérés (préparé et servi par le Restaurant du cœur à Bâle – merci !).



## Journée de la bonne action 2023

Un beau bilan

Le 6 mai 2023, Coop a organisé sa quatrième Journée de la bonne action. Dans 18 magasins Coop, la Fondation Table Suisse a pu collecter des denrées non périssables pour les personnes touchées par la pauvreté en Suisse. Cette année encore, la clientèle de Coop a fait preuve d'une belle solidarité en achetant pâtes, riz, polenta, purée, röstis, sauces, épices, vinaigre, huile, café, etc., déposés ensuite dans des caisses à la sortie des magasins. Au total, Table Suisse a ainsi reçu 11,8 tonnes de denrées – et quelques articles d'hygiène. Cela représente environ 33 700 repas. Merci du fond du cœur à Coop ainsi qu'à l'ensemble des partenaires et des donateurs pour cette belle et bonne action !



## Grand Prix de Berne 2023

Charity Partner sur place

Le samedi 13 mai 2023, Table Suisse était pour la deuxième année consécutive Charity Partner du Grand-Prix de Berne. Nous avons mis en avant notre lutte contre le gaspillage alimentaire et la pauvreté, avons eu des discussions intéressantes avec les coureurs et avons distribué des snacks sains. Un concours permettant de remporter des bons d'achat Migros a également été organisé. Au moment de s'inscrire et d'obtenir leur dossard, les coureurs avaient pu faire un don à Table Suisse. Il était aussi possible de faire un don sur place le jour même. Au total, Table Suisse a reçu 8430 francs. Merci de nous aider ainsi à financer notre mission !

Un concours permettant de remporter des bons d'achat Migros a également été organisé. Au moment de s'inscrire et d'obtenir leur dossard, les coureurs avaient pu faire un don à Table Suisse. Il était aussi possible de faire un don sur place le jour même. Au total, Table Suisse a reçu 8430 francs. Merci de nous aider ainsi à financer notre mission !



## La région Mittelland déménage

Pendaison de crémaillère

Fin avril 2023, la région Mittelland a officiellement inauguré ses nouveaux locaux de Kehrsatz (BE) en présence de partenaires, de bénévoles, des co-présidentes de l'Association des donatrices et donateurs de la région Berne ainsi que de collaborateurs de Table Suisse. James Henzi, responsable de la région, a fait visiter aux invités les nouveaux entrepôts et bureaux. Après un exposé passionnant sur la fondation, Carmen Becher, responsable suppléante de la gestion de la qualité à la coopérative Migros Aar, a pris la parole. Elle a évoqué la belle collaboration avec Table Suisse et a offert une photo symbolique à la région. Pour finir, un délicieux apéritif préparé à partir d'aliments récupérés a été servi. Un grand merci à Tabeas Bachstuba, qui a régalé les personnes présentes !



## « Institution soutenue par Table Suisse »

Badges et adhésifs pour fenêtres

« Institution soutenue par Table Suisse ». C'est le message qu'affichent fièrement de nombreuses organisations sociales auxquelles Table Suisse livre gratuitement des denrées. Grâce aux adhésifs pour fenêtres et aux badges que Table Suisse leur a remis, ce partenariat est désormais encore plus visible. Merci pour toutes ces belles collaborations !



Merci à tous les partenaires et à tous les donateurs !

# Une bonne action bien visible

En Suisse, près d'une personne sur onze est touchée par la pauvreté. Qui dit pauvreté dit manque d'argent au quotidien mais aussi, malheureusement, exclusion sociale. Un vrai drame – et souvent le début d'un cercle vicieux. Que ressent-on quand on est « pauvre » ? Une collaboratrice d'un foyer de secours a su trouver les mots : « Etre pauvre coûte énormément d'énergie. Les personnes qui vivent avec ce fléau nous racontent que c'est comme avoir la grippe. Elles se sentent vidées, sans les forces nécessaires pour affronter le quotidien. Elles parlent aussi des soucis. Et de la honte. En permanence ».

## Qui sommes-nous ?

L'Association des donatrices et donateurs de Table Suisse est un partenaire financier important de la fondation. Tous ses membres travaillent bénévolement. Nous collectons de l'argent pour aider la Fondation Table Suisse à réduire la pauvreté et à récupérer des denrées qui peuvent encore être consommées.

## Association des donatrices et donateurs

Saviez-vous qu'en sauvant des aliments de la poubelle, nous diminuons durablement les émissions de CO<sub>2</sub> ? Autrement dit, notre engagement sert également à protéger l'environnement.

## Que faisons-nous ?

Collecter de l'argent pour la bonne cause. Sur le papier, cela semble simple... mais ce n'est pas le cas car évidemment, la population est sollicitée de toutes parts pour d'innombrables causes et bonnes œuvres. L'association est à 100% derrière Table Suisse. Nous nous engageons à collecter année après année un maximum de fonds en faisant preuve de créativité. En 2022, nous avons une nouvelle fois réussi à relever ce défi. Pour preuve, nous avons versé 460 000 francs à la Fondation Table Suisse.



Co-présidentes : Irene Hochuli et Ursula Kurer, responsable des finances : Franziska Siegrist, Argovie/Soleure : 33 000 francs



Présidente : Sandra Locher Dickinson, Bâle : 90 000 francs



Co-présidentes : Anita Brügger (absente sur la photo) et Edith Moser, Berne : 33 000 francs



Présidente : Sonja Rogger, Lucerne : 54 000 francs



Présidente : Flavia Ludin, Suisse orientale : 48 000 francs



Présidente : Sandra Keller, Zurich : 210 000 francs



Novembre 2023, le mois de la soupe

# 20<sup>e</sup> JOURNÉE DE LA SOUPE

 Une initiative de  
**Table Suisse**


Pour célébrer la 20<sup>e</sup> Journée de la Soupe, nous avons décidé d'organiser le « mois de la soupe ». En novembre, vous aurez à plusieurs reprises la possibilité de déguster de la soupe pour faire preuve de solidarité à l'égard des personnes touchées par la pauvreté.

**Rendez-vous à la page [www.suppentag.schweizertafel.ch/fr/](http://www.suppentag.schweizertafel.ch/fr/) pour en savoir plus sur cette manifestation.**

Une grande partie des soupes sera préparée à partir d'aliments récupérés par Table Suisse.

Une autre raison de faire une bonne action !

Nous nous réjouissons de vous accueillir sur l'un de nos stands !

**Pour en savoir plus : [www.suppentag.schweizertafel.ch/fr/](http://www.suppentag.schweizertafel.ch/fr/)**

## Que faisons-nous de l'argent collecté ?

Table Suisse transforme les dons qu'elle reçoit en marchandises pour les personnes dans le besoin. Le montant que nous avons collecté représente plus de 2,6 millions de repas et environ 936 000 kilos d'aliments récupérés. Nous sommes également des ambassadeurs de Table Suisse : en mettant un coup de projecteur sur la fondation et son travail, nous attirons de nouveaux donateurs.

## Association des donatrices et donateurs

Suisse  
orientale

Suisse centrale

Argovie  
Soleure

Berne

Bâle

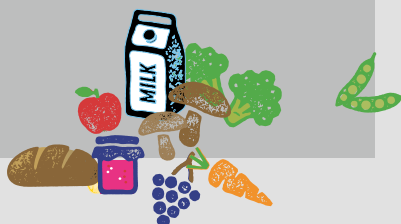
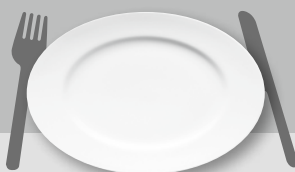
Zurich

Contribution de l'Association des donatrices et donateurs en 2022 :  
468 000 francs

67 000 paniers distribués

2 667 600 repas

936 000 kg d'aliments récupérés



**Chaque franc donné = des marchandises d'une valeur de 16.65 francs**

## Aidez-nous vous aussi !

Rejoignez l'association d'une région proche de chez vous pour élargir le « cercle des donateurs ». Bâle, Berne, Lucerne, Zurich, Suisse orientale ou région d'Argovie/Soleure : choisissez votre région et prenez contact !

Plus de détails à la page :  
[tablesuisse.ch/association-des-donatrices-et-donateurs/](http://tablesuisse.ch/association-des-donatrices-et-donateurs/)

## Et si vous rejoigniez l'aventure ?

- Devenez membre, donatrice ou donateur
- Faites un don
- Faites un legs
- Ou organisez une manifestation en faveur de Table Suisse

Vous souhaitez en savoir plus ?  
Nadja Keller, présidente de l'Association des donatrices et donateurs de Table Suisse, se fera un plaisir de vous renseigner.  
[nadja.keller@schweizertafel.ch](mailto:nadja.keller@schweizertafel.ch)

## Table Suisse au quotidien



**Soutenez-nous — Faites un don maintenant, facilement et sans attendre. Merci !**

Avec un don de **50 francs**, nous redistribuons des aliments qui permettront de préparer **285 repas**. Et dans le même temps, **100 kilos d'aliments** ne terminent pas à la poubelle. Un don à Table Suisse est donc un investissement qui porte ses fruits.

**Notre compte réservé aux dons**  
Fondation Table Suisse  
Credit Suisse SA  
IBAN CH63 0483 5033 2362 3100 2

**Tous les dons sont exonérés d'impôt. Merci du fond du cœur de votre fidélité.**

**Faites un don avec TWINT !**

Scannez le code QR avec l'app TWINT  
Confirmez le montant et le don



# Table Suisse

recupérer – distribuer – nourrir



Fondation Table Suisse  
Bahnhofplatz 20  
3210 Chiètres  
T 058 255 62 00  
info@tablesuisse.ch  
www.tablesuisse.ch

Pour en savoir plus et suivre notre engagement :  
[www.tablesuisse.ch](http://www.tablesuisse.ch)

