

GLANDCITÉ

JOURNAL D'INFORMATIONS LOCALES
DE L'ACG ET DE LA MUNICIPALITÉ DE GLAND
WWW.ACG-GLAND.CH - SEPTEMBRE 2019

#128

GLAND ÇA MARCHE! ›

Samedi 21 septembre 2019
(Lire en page II)



ACG ›

Le nouveau comité
part au front

7

NOTRE VILLE ›

Gros plan sur le futur
quartier de la Combaz I

POLITIQUE ›

Sept Glandois(es)
visent le National

14

CULTURE ›

Gaëtan, la star
des enfants

16



VOUTAT

SANITAIRES • TOITURES • PISCINES
1196 Gland - www.voutat.com

IMPRESSUM

Gland Cité
Journal d'informations locales de l'ACG
et de la Municipalité de Gland.
Parution: 6 fois par an.

Editeur
ACG - Association Commerciale Gland
www.acg-gland.ch

Président
Stéphane Fenner, 078 827 02 01
E-mail: contact@acg-gland.ch

Adresse du journal
Gland Cité - CP 423 - 1196 Gland

Trésorier: Louis de Bourbon Parme

Rubriques, Publicité Gland Cité
BSR Imprimeurs SA - 1196 Gland
022 354 09 90
glandcite@bsrimprimeurs.ch

Ont collaboré à ce numéro
Coordination:
Clémentine Aleixendri
Infos communales: Jennifer Herger
Sociétés locales: Anna Beutler
Culture: Alexandre Caporal
Sport: Denys de Blaiveville
Gens d'ici, Énergies: Léa Pratt
Gastronomie: Sandrine Goettmann
Bien-être: Marie-Hélène Laurent
BSR Imprimeurs SA - Gland
www.bsrprimeurs.ch

Tirage de ce numéro
10'500 exemplaires - Distrib. gratuite
dans tous les ménages de Gland,
Prangins, Duillier, Vich, Coinsins,
Luins, Vinzel, Begnins, Dully.

Avertissement
La rédaction se réserve le droit d'écourter les textes remis par les Sociétés, en fonction de l'espace disponible. Elle n'assume pas les erreurs éventuelles dans les textes intégraux remis par les annonceurs.

Prochaine parution: 31 oct. 2019

Remise des docs rédactionnels:
Délai: 1.10.2019 à C. Aleixendri
079 451 74 64 - redac@gland-cite.ch

Publicités: Olivier Schwab
pub@gland-cite.ch

L'ACG renouvelle son comité et part au front



ÉDITO Après avoir atteint le creux de la vague, l'Association commerciale de Gland (ACG) se pare d'un nouveau comité. Et affiche ses ambitions.

Il fallait frapper fort pour faire réagir. Et sortir de l'impasse. Le 6 juin dernier, le comité de l'Association commerciale de Gland (ACG) démissionne en bloc lors de son Assemblée générale annuelle. La coupe est pleine. 2 ans que le comité se bat, bénévolement, pour rallier dans ses rangs artisans, commerçants, PME et grandes entreprises de la ville. Pour sauvegarder leurs intérêts. Et fédérer. Mais la mayonnaise ne prend pas. Les demandes d'adhésion s'amenuisent, les rendez-vous ne rassemblent plus. Des deux côtés, on s'es-souffle et on se lasse. Pourtant, le potentiel est là. Gland,

ancienne cité-dortoir devenue pôle économique et culturel régional compte quelque 1000 entreprises inscrites au registre du commerce. Un chiffre qui ira en grandissant avec la création du nouveau quartier de La Combaz. Sans oublier le projet de réaménagement du secteur du Gare Sud qui prévoit l'établissement de plusieurs commerces et entreprises. L'économie glandoise se porte plutôt bien, Trop bien peut-être pour inciter les acteurs qui la font vivre à s'unir. Une erreur? Probablement. Certains l'ont compris. Ils sont quatre, entrepreneurs, commerçants ou cadres d'entreprise, à s'être montrés volontaires pour reprendre l'ACG en main, aux côtés de deux autres membres déjà en place (voir notre article en page 7.) Preuve que le cri d'alarme a été entendu. L'heure est maintenant aux remises en question. Et à l'action. Présence à la plage pendant les vacances scolaires et aux festivités du 1er août: le nouveau comité, véritable locomotive, n'a pas tardé à dégainer son plan d'attaque. Sans compter ses heures. Le pari est ambitieux mais réaliste. Réunir les artisans, commerces et entreprises de la ville mais aussi, et c'est inédit, des communes environnantes. Notamment à travers des «afterwork» organisés chez des membres. Les amener à se rencontrer. Créer une grande

famille. Trivial mais efficace. L'économie locale n'a pas (plus?) de frontière. L'Association commerciale de Gland devra donc changer de nom et de statuts, convoquer une assemblée extraordinaire. Même pas peur. Elle devra se faire plus visible aussi. Sur le marché de Gland par exemple et sur les réseaux sociaux. Développer des synergies. En créant, par exemple, des «package» permettant aux membres de profiter de rabais ou d'avantages chez d'autres membres. De quoi attirer, peut-être, de nouvelles entreprises sur sol glandois. Une stratégie gagnant-gagnant. La Ville de Gland l'a bien compris en nommant, en début d'année, un délégué à la Promotion économique. Histoire de tirer tous à la même corde. Et ça marche. Mais pour combien de temps encore? Avec le réaménagement du Vieux-bourg et la possible suppression de places de parc si chères aux vitrines de la Grand-rue, le binôme Commune-commerces risque fort d'être mis à mal. Elle le sait, l'ACG, sera attendue au tournant. Pour défendre, d'une seule voix, les intérêts de ses membres, même les plus isolés. Pour entendre leurs maux, trouver des solutions. Et donner du sens au dévouement des six bénévoles qui la pérennisent.

Clémentine Aleixendri
Coordinatrice
des chargés de rubrique

LE PACK JEUNES

LIBBBERTY

INTERNET 1 GBIT/S* @HOME

+ ABO MOBILE

CHF 78.-

INCLUS TV MOBILE

BLI BLA BLO

net+

Distribué par

seic

seicgland.ch | 022 364 31 31

* offre soumise à conditions

Pour de l'informatique plus «verte»

ÉNERGIES Le digital pollue. On sait même qu'il génère 2 à 4% des gaz à effet de serre. A Gland, une société d'informatique propose de réduire l'empreinte numérique des entreprises. Un créneau encore inexploité dans la région.

Production, utilisation, élimination: d'un bout à l'autre de la chaîne, le numérique pollue. Dans une entreprise de 100 personnes, rien que le flux annuel d'e-mails équivaut à 13 allers-retours Paris - New York en avion. Sans parler du matériel numérique et sa tristement célèbre obsolescence programmée. Un constat qui a poussé Jean-Damien Beaud, 49 ans, ancien manager informatique d'une grande banque, à créer la société e-Durable, à Gland. «Je ne pouvais pas manger bio et continuer à faire de l'informatique classique», confie ce père de famille. Son pari: miser sur le «Green IT», comprenez une informatique plus «responsable». Un créneau balbutiant mais prometteur.

Un «Cloud» 100% recyclé

«Au départ, l'idée était de verdir l'informatique des entreprises», explique-t-il. Mais le concept, trop «hors sol», ne convainc pas. Il décide donc de proposer des services informatiques habituels



A Gland, Jean-Damien Beaud, fondateur d'e-Durable, aide les entreprises à réduire leur pollution numérique, invisible mais bien réelle. DR

dans une version plus durable. Choix des équipements, des partenaires, politique sociale, rien n'est laissé au hasard. Dernier projet en date: la mise en place d'un «Cloud» composé à 100% de machines recyclées dont la production de chaleur sert à chauffer les locaux qui les hébergent sur l'arc lémanique. Ingénieurs.

Côté transport aussi, un effort est fait. Les employés bénéficient d'un abonnement CFF gratuit. Et le matériel est livré en «car sharing» (Mobility). Mais faire de l'informatique «verte», n'est-ce pas illusoire? «Le numérique aura toujours une empreinte écologique. Mais nous essayons de convaincre nos clients qu'il est possible de limiter les dégâts en adoptant déjà certains gestes simples comme imprimer recto/verso, allonger la durée de vie des appareils ou opter pour des supports moins lourds pour la planète...». Et ça marche.

Des sceptiques à convaincre

Quatre ans après sa création, e-Durable compte déjà une vingtaine de clients sur sol romand. Des associations, ONG et collectivités sensibles aux questions écologiques mais aussi des entreprises et PME «classiques» qui «voulait d'abord de la qualité et ont finalement adhéré à des solutions plus green». L'expérience de Jean-Damien Beaud lui a d'ailleurs valu d'être choisi comme mentor pour le Prix du développement durable de Genève. Preuve que la démarche séduit.

Clémentine Aleixendri
redac@gland-cite.ch

Un lieu de découverte et de ressourcement spirituels... seul, à deux, en famille

PUBLIREPORTAGE L'Eglise Arc-en-Ciel, qui accueille dans ses locaux la garderie Le Colibri, vient de faire peau neuve – l'occasion d'ouvrir ses portes à la population de Gland et environs.

Notre communauté multiculturelle est composée de personnes de 1 à 93 ans. Les cultes, qui ont pour but de rencontrer Dieu ensemble et dont les messages sont traduits en anglais, sont célébrés les dimanche à 10h, avec garderie et culte de l'enfance en parallèle. Groupes d'ados et de jeunes, groupes de maison et divers groupes de prière se réunissent en semaine. Des accompagnements personnalisés visent le développement spirituel individuel, en couple ou en famille. Nous avons le privilège de collaborer avec les autres communautés chrétiennes glandoises.

Journées portes ouvertes
les 28 et 29 septembre prochains

Programme:
One man show «Si tu savais...» avec Gilles Geiser;
Concert de louange avec le groupe Prisme
Célébration festive...

Thomas Salamoni, pasteur



Charles Daniel Tcheley GBAMELE, pasteur jeunesse, et Thomas SALAMONI, pasteur



DÉCOUVREZ
UNE EGLISE DE L'INTÉRIEUR!
UN LIEU POUR RENCONTRER DIEU!

CONTACT
Thomas Salamoni, pasteur,
Téléphone 074 421 97 89,
E-mail: pasteur@eglise-aec.ch

business! de net+ des solutions multimédia adaptées aux spécificités de votre entreprise

Les solutions pros qui boostent votre entreprise!



Téléphonie Internet Mobile



net+

PUBLIREPORTAGE › Accès internet, téléphonie, vos activités professionnelles exigent des services fiables et performants? **Que vous soyez un indépendant ou une PME, SEIC vous propose des solutions multimédia adaptées à la taille et aux besoins de votre entreprise. Ses spécialistes vous écoutent, vous conseillent et mettent à disposition leurs compétences pour réaliser votre projet. Vous pourrez dès lors vous concentrer sur ce qui vous importe vraiment: le développement de vos affaires.**

Packs SOHO (Small Office, Home Office) pour les indépendants:

- Jusqu'à 5 numéros et 3 appels simultanés
- Internet à très haut débit et adresse IP fixe

Produits Business PME:

- Téléphonie avancée (IP Centrex, SIP Trunk)
- Internet à très haut débit
- Fonctions Internet avancées (Bridge et IP fixes publiques)

La téléphonie mobile adaptée à vos besoins:

business! de net+ vous propose également des abonnements mobiles qui répondent à chaque utilisation professionnelle et ce dès CHF 10.- par mois. Découvrez les packs «Economy» pour avoir l'essentiel à moindre frais ou «First» qui incluent des données mobiles allant de 2 GB à l'accès illimité, ainsi que du roaming.

Un café avec du Wi-Fi, s'il vous plaît!

Vous voulez offrir à vos clients une connexion Wi-Fi qui soit facile à utiliser et sécurisée? Performante et gratuite, net+ Fon 4 business! est la solution qui répond à leur demande. Ainsi, ils restent plus longtemps dans votre établissement et consomment plus. Vous augmentez vos revenus, fidélisez votre clientèle et privilégiez la simplicité car installer net+ Fon 4 business! ne nécessite pas d'être spécialiste en informatique.

SEIC, votre expert multimédia et télécom

En marge de son offre multimédia, SEIC vous conseille, installe, fait évoluer ou développe votre infrastructure télécom et vos équipements en fonction de vos besoins. Partenaire de proximité établie à Gland, la société vous accompagne sur la durée.

Pour plus d'informations, le Service clients SEIC est à votre disposition au 022 364 31 31, à info@seicgland.ch ou à l'Avenue du Mont-Blanc 24 à Gland. Voir également: seicgland.ch/offres-business



SEIC

Energies - Multimédia - Installations
Av. du Mont-Blanc 24 - 1196 Gland
T. 022 364 31 31 - seicgland.ch



PARO OPTIC
Gland - Nyon

Votre 2^{ème} paire **OFFERTE**

A l'achat d'un équipement complet (monture + verres)
nous vous offrons une 2^{ème} paire à votre vue*

PROMA
A votre service depuis 1976
STORES

Tél. 022 364 42 10 • Fax 022 364 38 33
Gland/Nyon • www.proma.ch

INFOS-MINUTE ▶

Grand-Champ, confluents des arts

L'Association des peintres et sculpteurs de La Côte organise son exposition collective du 17 au 27 octobre à l'Espace culturel de Grand-Champ, à Gland. L'occasion de découvrir (et pourquoi pas acquérir) les œuvres originales d'une vingtaine de peintres (figuratifs et abstraits) et sculpteurs (bronze, terre, fer et pierre) de la région et au-delà. Au programme également: un quiz pictural, des démonstrations-performances d'artistes ou encore la traditionnelle spaghettis-party qui clôturera cette 26^e édition. A noter qu'une partie de la commission perçue sur les ventes sera reversée à une œuvre caritative. Espace culturel de Grand-Champ, Chemin de la Serine 2. Vernissage le jeudi 17 octobre dès 18h. Horaires de l'exposition: tous les jours de 14h à 18h, nocturnes le vendredi 18 et jeudi 24 octobre jusqu'à 21h. Rens.: 079 620 05 30, www.artgland.ch

Les champignonneurs sont jubilaires

La Société mycologique de la Côte (SMLC) fête ses 50 ans. Pour marquer le coup, elle convie la population à partager le verre de l'amitié autour d'une mini-exposition sur les champignons de la région. Ce sera le samedi 19 octobre au Refuge de Gland. Formée d'une soixantaine de mycologues amateurs, la société a notamment pour but de faire connaître les champignons dans leurs milieux naturels. Depuis sa création, elle a ainsi constitué une importante bibliothèque apportant aux mordus de champignons le support scientifique et iconographique adéquat. La SMLC se réunit tous les lundis soir, au printemps et en automne, au Collège des Perrereys, à Gland, pour étudier et déterminer les espèces prélevées par ses membres lors de sorties en forêt. Refuge de Gland, Route du Domaine Impérial 1. Samedi 19 octobre dès 11h. Rens.: 022 364 34 53, www.mycolog-cote.ch CA

Tiffany Frossard, une Glandoise aux championnats suisses



Tiffany Frossard, 26 ans, participera aux championnats suisses de gymnastique aux agrès les 16 et 17 novembre à Gland. DR

SPORT ▶ Tiffany débute la gymnastique aux agrès à l'âge de 7 ans. Elle participe aux compétitions catégories 1 à 3 entre 7 et 10 ans. A 11 ans, elle passe directement en catégorie 5. Elle prend part à 18 championnats suisses depuis l'âge de 12 ans. Rencontre

La compétition est très exigeante, les Alémaniques ont un niveau très élevé et sont, de ce fait, sont extrêmement difficiles à battre. Il aura fallu beaucoup d'engagement, de détermination, d'ambition et d'entraînements à Tiffany Frossard, 26 ans cette année, pour se hisser à leur niveau. Mais elle peut se targuer de présenter aujourd'hui un beau palmarès. La jeune gymnaste, titulaire d'un master en pharmacie, fait une pause en 2018 et reprend la compétition cette année pour pouvoir participer aux championnats suisses qui se dérouleront

les 16 et 17 novembre à Gland. Déjà qualifiée grâce à des résultats encourageants, son objectif est aujourd'hui de terminer dans le top 10 en individuel et de se qualifier pour une finale (saut et anneaux).

Sortir des frontières

«La gymnastique est ma passion depuis toujours, même s'il ne s'agit «que» d'un sport de masse qui permet de se dépasser et d'apprendre à gérer ses émotions, confie Tiffany Frossard. Il m'a aussi permis de sortir de nos «frontières» romandes, en allant concourir dans toute la Suisse.»

En compétition les filles ont quatre agrès: le sol, la barre fixe, le saut et les anneaux balançant. Les hommes ont un agrès supplémentaire: les barres parallèles.

Venez nombreux encourager Tiffany Frossard les 16 et 17 novembre prochains pour qu'elle puisse se sublimer et réussir son challenge. Plus d'informations sur les championnats suisses: www.fsg-gland.com/championnats-suisse

Denys de Blaireville
denys@gland-cite.ch

Un palmarès impressionnant

- **2014** Championnats suisses par équipe: vice-championne suisse avec le Team Vaud en catégorie 7 (catégorie reine).
- **2015** Championnats suisses par équipe: championne suisse avec le Team Vaud en catégorie 7.
- **2016** Championnats suisses par équipe: vice-championne suisse avec le Team Vaud en catégorie 7.
- **2016** Championnats suisses individuel: finale aux anneaux où elle termine à la 5^e place.
- **2016** Participation au World Gym For Life à Oslo (Norvège) avec le groupe Welsch Master Team.
- **2017** Championnats suisses par équipe: troisième suisse avec le Team Vaud en catégorie 7.
- **2017** Championnats suisses individuel: finale aux barres fixes où elle termine à la 5^e place.



SANTOS
ASSURANCES & CRÉDITS

Gestion sans frais
de
vos Assurances et Crédits

022 354 08 00 Av. du Mont-Blanc 8 www.credits-assurances.ch



30 ANS
DEPUIS 1987



F. Antille

Sébastien Antille
079 449 34 42
www.antille-peinture.ch

Rue de l'Abbaye 17 Tél. 022 364 23 22
1196 Gland Fax. 022 364 12 91

Concours jeunesse 2019

Félicitations à notre grande gagnante !



Nous avons eu le grand plaisir de remettre le **premier prix du « Concours Jeunesse 2019 »** de la Fédération Vaudoise des Banques Raiffeisen à Madame Kate Hochreutener, habitante de Gland. Elle pourra ainsi profiter **d'un voyage en famille ou entre amis à Barcelone d'une valeur de CHF 6'000.-**.

La remise du prix a eu lieu dans notre agence de Gland le mercredi 3 juillet 2019.



Mme Kate Hochreutener avec M. Evan Metternich, conseiller clientèle (à gauche) et M. Louis de Bourbon Parme, responsable d'agence (à droite)



Banque Raiffeisen de Gimel
Tél. 021 821 88 88
www.raiffeisen.ch/gimel

Vous avez entre 12 et 26 ans ?

Profitez, vous aussi, d'avantages exclusifs grâce à l'offre YoungMemberPlus : **ton épargne te rapporte plus** et tu **gardes le contrôle de tes finances !**

Compte jeunesse

Le compte jeunesse est idéal pour déposer ton argent de poche ou ton salaire. Tu bénéficies **d'une tenue de compte sans frais** et d'un **taux d'intérêt préférentiel**.

Compte épargne jeunesse

Épargner devient particulièrement intéressant, grâce au **taux d'intérêt spécialement élevé**. Ton argent fructifie plus rapidement que sur d'autres comptes !

Cartes de débit V PAY et de crédit MASTERCARD ou VISA gratuites

Valables dans le monde entier, tu profites des avantages d'une carte de débit et d'une carte de crédit.

E-banking gratuit

Tes opérations bancaires sont effectuées quand tu as le temps et l'envie. Tu bénéficies d'une **vue d'ensemble** sur tes comptes et tu **contrôles** toutes tes recettes et tes dépenses.

App Raiffeisen TWINT

Le cash numérique te permet de payer **rapidement en ligne**, de faire des achats facilement et de diviser en quelques secondes les factures communes avec tes amis.

Et bien d'autres offres de loisirs pour un plaisir sans limites :

App Raiffeisen Music gratuite, jusqu'à **50% de réduction** sur des **billets** de la Raiffeisen Super League ou des concerts et événements, **entrée gratuite** à plus de 500 musées suisses, ainsi que des **rabais attractifs** sur les **cartes journalières de ski**.

raiffeisen.ch/youngmemberplus

Agence de Gland
Avenue du Mont-Blanc 4
1196 Gland

RAIFFEISEN

INTERMEZZO

4-6 OCTOBRE 2019

Le GÉANT égoïste

Conte musical d'Oscar Wilde pour acteurs, chœurs et orchestre

GÉRARD DEMIERRE | RÉALISATION SCÉNIQUE
BLAISE METTRAUX | MUSIQUE
PIERRE PANTILLON | BARYTON (LE GÉANT)
MAURICIO LOZANO | DIRECTION
INSTITUT JAKUES DALCROZE GENÈVE | CHOEURS
LES VENTS BLANCS | ORCHESTRE
CONSERVATOIRE DE L'OUEST VAUDOIS

CONCERTS, CONCOURS ET ATELIER

LIEUX

THÉÂTRE DE GRAND-CHAMP | GLAND, SUISSE
CONSERVATOIRE | NYON, SUISSE

flûte
FESTIVAL
LA CÔTE FLÛTE FESTIVAL

RÉSERVATION

BILLETTERIE EN LIGNE
INFO@FLUTEFESTIVAL.CH
+41 78 888 71 70
WWW.FLUTEFESTIVAL.CH

© Pierre-Alain Büner, photographie | Dellacreative, Agence de communication



Simili

Accessoires auto - Quincaillerie de la Côte

DÉSTOCKAGE ET LIQUIDATION
sur de nombreux produits signalés
en magasin*

* jusqu'à épuisement du stock

NOUVEAUX LOCAUX
Chemin de Fontenailles 3
1196 Gland - 022 364 32 64

- Appareils ménagers
- Outillages
- Grills

contact@simili-acc-auto.com
www.simili-acc-auto.com



GLANDCITÉ

Toujours vue, la publicité
dans Gland Cité

www.acg-gland.ch

INFOS-MINUTE ▶**Un nouveau courtier en publicité pour le Gland Cité**

Le Gland Cité a un nouveau courtier en publicité. **Olivier Schwab**, 60 ans, a pris ses fonctions le 1^{er} août dernier. Apprécié pour son entregent, sa capacité d'écoute et sa connaissance du tissu économique local, il est l'intermédiaire de référence entre le journal et les annonceurs. Issu du sérail de l'industrie graphique, titulaire d'un diplôme d'ingénieur dans ce même secteur et fort d'une expérience commerciale en Suisse romande de plus de 24 ans, Olivier Schwab, a connu toutes les révolutions technologiques depuis les années 1980.

Après une expérience professionnelle de trois ans outre-Sarine, ce Pulliérans d'origine s'est installé avec sa famille à Begnins en 1996. Engagé dans une imprimerie genevoise durant 20 ans, il est aujourd'hui responsable commercial pour la Suisse romande au sein du groupe Média Jordi AG, à Berne. En 2016, il déménage à Gland avec sa femme et leurs trois enfants. Passionné de lecture, d'histoire et de nature, il partage également avec sa famille un goût commun pour la musique.

Pour le contacter: 076 380 86 62 - pub@gland-cite.ch

La rédaction

Du sang neuf au comité de l'ACG

SOCIÉTÉS LOCALES ▶ Après les hauts et les bas des dernières années, l'Association commerciale de Gland (ACG) s'est dotée d'un nouveau comité en juin dernier. Son président dévoile sa stratégie.

L'Association commerciale de Gland (ACG) a un nouveau président. Stéphane Fenner, jeune quinquagénaire à la tête de sa propre société One Networking Environment Sàrl, Glandois depuis une quinzaine d'années, succède à Frédéric Lehmann (fiduciaire Go-Services Sàrl), désormais vice-président. Raphaël Baillod, (BSR Imprimeurs), reste également membre du comité aux côtés de trois nouveaux membres: Louis de Bourbon Parme (Banque Raiffeisen), trésorier de l'association, Julien Roch et Lucas Bertinotti (Cakktus SNC) qui se chargeront de la communication de l'ACG.

L'ACG, qui existe depuis 1983 et représente les intérêts des PME, artisans, commerces et grandes entreprises de Gland, a pour but de promouvoir et coordonner les efforts de ses membres – ils sont 128 aujourd'hui, un chiffre en augmentation – pour pérenniser une économie locale forte. Avec la constitution d'un nouveau comité, la vocation de l'association ne changera pas. Seuls les moyens pour y parvenir seront repensés.

Stéphane Fenner, actif dans le marketing et l'événementiel, qui a travaillé dans plusieurs pays dont sa terre natale, le Brésil, pense pouvoir initier un nouvel élan chez les adhérents de l'ACG en comptant notamment sur ses expériences de vie et sa motivation à toute épreuve.



Stéphane Fenner (à dr.) a repris les rennes de l'Association commerciale de Gland (ACG), jusque-là présidée par Frédéric Lehmann (à g.). DR

Des facilitateurs bienvenus

Stéphane Fenner et son équipe ont déjà lancé des actions pour créer des points de rencontre entre les membres de l'ACG et la population, soutenus dans leur démarche par la Ville, son délégué à la Promotion économique et son Service de la culture. Avec succès. Des bénévoles ont animé une «Buvette d'été à la Falaise by ACG» durant les activités estivales de la plage de Gland. Représentée par plusieurs membres, l'association était aussi présente à Grand-Champ lors de la fête du 1^{er} août. Dans un futur proche, l'ACG organisera également des

«stamms» chez plusieurs de ses membres dans un esprit de rencontre. Après les hauts et les bas des dernières années, le nouveau président de l'ACG veut aujourd'hui «voir le verre à moitié plein». Selon lui, l'économie glandoise est sur une pente ascendante. Bien sûr, il est encore possible d'améliorer les interactions entre les différents acteurs économiques de la ville. Le comité, avec l'implication de ses membres, agira en ce sens. Contacter l'ACG: 078 827 02 01 ou contact@acg-gland.ch

Anna Beutler
anna@gland-cite.ch



IMMO PERFORMANCE Sàrl
Votre agent immobilier de confiance

Achat - Vente - Gérance - Location
Estimation gratuite

Avenue du Mont-Blanc 16 - 1196 Gland
022/366 55 44 - www.immoperformance.ch





CTA SERVICES SA

La référence pour l'entretien & les services en Suisse Romande

www.cta-services.ch - ☎ 0800 000 810




4 raisons de préférer le miel local

GASTRONOMIE Entre un printemps humide et un été caniculaire, la production 2019 de miel sur sol glandois est faible voire sinistrée et ferait maigre sur les tartines si on voulait satisfaire tout le bassin de population correspondant. Voici cependant quelques bonnes raisons de s'en régaler.

1. Le goût

Une abeille butine en général dans un rayon de 3km autour de sa ruche. A Gland, celles dont s'occupe Carine Chollet, de La Petite Lignière, récoltent le nectar de fleurs de colza, de pissenlit et d'arbres fruitiers. Le résultat: un miel doux et peu corsé qui plait particulièrement aux enfants. La référence du rucher est consignée et les miellées ne sont pas mélangées. La garantie d'un goût authentique, de terroir, recherché par les restaurateurs, fins gourmets et apiculteurs.

2. Les labels de qualité

François Schilliger, actuel président de la Société d'apiculture de Nyon, l'affirme: «La Suisse applique des directives contraignantes et se conforme à plusieurs labels: Qualité du pays de Vaud, Or d'Apisuisse, Bio Suisse, Suisse Garantie, qui garantissent la traçabilité du miel, les principes de base de production et l'absence d'agents chimiques interdits. Ce qui n'est de loin pas le cas des miels étrangers».

3. Un cheptel soigné

Une abeille est moins visible qu'une vache, mais doit tout autant être bien soignée. Un apiculteur est à la tête d'un cheptel fragile qu'il faut parfois nourrir au dépend de la récolte de miel. Prévenir les maladies, élever de jeunes colonies pour sélectionner de nouvelles reines sont des tâches cruciales à la charge de l'apiculteur, indispensables à la production de miel et à la préservation des abeilles.

4. La transmission intergénérationnelle

Les apiculteurs glandois sont des amateurs éclairés qui aiment partager leur passion. Jacky Mounir, concierge de l'établissement primaire des Perrerets, a installé des ruches sur les toits de l'école avec l'autorisation de la Commune. Qui sait si l'une de ses démonstrations n'a pas déjà éveillé de nouvelles vocations?

Sandrine Goettmann - sandrine@gland-cite.ch



A la tête de cinq ruches aux Avouillons et dix à la Petite Lignière, Carine Chollet, compte parmi la petite poignée d'apiculteurs glandois. DR

Quelques spécialités glandoises avec du miel

La glace au miel «0 km» de Patrick Berthet, Glaces Bougainvillier, chemin de la Plannaz 11: Une glace 100% locale au goût incomparable, réalisée avec le lait de la ferme des Avouillons et le miel de son voisin glandois Bernard Holzer.

Les yogourts au miel des Avouillons:

Disponibles surtout en hiver, leurs yogourts onctueux sont faits maison avec le lait de leurs vaches et le miel produit sur les terres familiales.

La barre miel et céréales de La Feuillantine, Grand-Rue 47:

Réalisée avec des pétales de maïs séchées et le combo très nutritif miel (de Begnins)-beurre-sucre-crème, puis couvert de chocolat, c'est le booster gourmand du matin ou des quatre heures.

L'entrecôte de cerf aux épices et au miel du restaurant le Balthasar, Rue Mauverney 25: un vrai délice pendant la période de chasse, la viande de gibier est servie avec une sauce mijotée de cognac, de miel et d'épices.



La Puce à l'Oreille

Toilettage pour chiens et chats-Self toilettage
www.lapucealoreille.ch

Valérie Bollhalder
ZA En Plannaz 4-1196 GLAND
Tél. 022 364 85 85

Carrelage-Revêtement
Transformation-Rénovation



Ch. du Molard 7 • 1196 GLAND

Tél. 022 364 14 66

Natel 079 436 71 17

info@gigandetcarrelage.ch



Hôtel
Restaurant de la Plage

Famille H. Mojon

Filets de perches, poissons du lac, terrasse,
vue sur le lac, fermé le lundi

Ch. de la Falaise, Gland, 022 364 10 35



Création - Rénovation - Entretien
Service de dépannage
Chauffages en tous genres

Rue de la Paix 7 • 1196 GLAND
Tél. 022 364 12 61 • Fax 022 364 52 74
E-mail: bergersanit@bluewin.ch
www.bergersanitaire.ch

Edito

THIERRY GENOUD »

Le défi d'une croissance maîtrisée



Gland se situe dans un pôle de développement identifié par le canton. Le futur quartier de la Combaz – attenant à la gare CFF au nord-ouest de celle-ci – s'inscrit dans cette dynamique. Ce dossier a soulevé un certain nombre de craintes auprès de la population. Nonobstant, la Municipalité de Gland a jusqu'ici toujours relevé le défi d'une croissance maîtrisée et d'une expansion harmonieuse. Elle n'est pas prête à s'en dédire. Ce n'est pas un hasard s'il ne s'est rien fait d'important depuis la création d'Eikenott. Ces cinq dernières années ont été consacrées à l'étude de la planification à l'échelle de la Ville. La démarche a permis de recenser les besoins. C'est ainsi que verront le jour une crèche, un local polyvalent et une place publique. Mobilité oblige, les travaux de requalification de la Vy-creuse en cours d'étude, le passage inférieur sous les voies CFF et la zone 30 du sud de la Ville font partie de ce concept. Le nouveau carrefour à feux qui verra le jour sur l'Avenue du Mt-Blanc sera entièrement financé par les promoteurs comme nombre d'équipements communautaires pour un montant supplémentaire de l'ordre de 4 millions! Si on y ajoute les négociations ayant abouti à la création de 20% de logements à loyers abordables, l'honnêteté consiste à admettre que ce dossier a parfaitement été géré par vos Autorités. De plus, «La Combaz», sera riche en commerces et activités économiques. De nombreuses places de travail seront créées. Qui oserait s'en plaindre?

Développement doit être synonyme d'enrichissement et d'embellissement. La liste des bienfaits de l'essor de notre Ville est longue. Je n'en citerai que trois, dans des domaines très différents: un théâtre dont l'offre culturelle est exceptionnelle, des infrastructures sportives que l'on nous envie, une cadence CFF à la hauteur de la demande. C'est bien parce qu'il fait bon vivre à Gland que la population craint l'arrivée de nouveaux habitants. Vu sous cet angle, on peut presque s'en réjouir. (Lire aussi ci-contre). I

Thierry Genoud, Municipal

GLAND ÇA MARCHE :

Nouveau parcours, nouveau départ le samedi 21 septembre prochain

» II

LA NOUVELLE SAISON CULTURELLE:

pour tout savoir et pour tous les goûts

» III

Le quartier de La Combaz sera emblématique de la politique glandoise



Photo: Yomira studio

FUTUR » Le nord-ouest de la gare de Gland sera prochainement témoin de l'ouverture d'un vaste chantier qui devrait, dans les deux ans, donner naissance à un nouveau quartier: La Combaz

En préambule, il convient de rappeler que la Ville de Gland est considérée comme un centre régional dans le plan directeur cantonal vaudois. Dans ce contexte, la Municipalité a opté pour une stratégie de développement de la Ville se concentrant prioritairement autour du pôle de mobilité que constitue la gare CFF.

Le projet La Combaz s'inscrit parfaitement dans cette logique. D'autres espaces visant au même objectif ont d'ores et déjà été identifiés: Gare sud, les Avouillons et la zone située à proximité directe de Swissquote. La situation du secteur dit "La Combaz" comprend plusieurs parcelles se trouvant entre les rues de la Combe, de la Paix et la route de Nyon, ainsi que du site de la Ballastière. L'opportunité de construire des logements et des activités proches de la gare a incité, dès 2008, votre Exécutif à étudier, en coordination avec les propriétaires, un projet d'aménagement dans l'optique de classer ce secteur industriel en zone mixte de forte densité et zone d'activités. Ce dernier point est important du fait que la Municipalité a dès le début estimé qu'une nouvelle offre de logements devait impérativement être accompagnée de la création de places de travail. Ainsi, plusieurs

centaines d'emplois seront créés, de nombreuses et futures activités commerciales et de service y prendront donc leurs quartiers. Les négociations ont permis d'obtenir que le 20% des logements seraient proposés en loyers abordables. Ce sera, en plus, le cas du bâtiment A10, situé sur la place publique, lequel le sera intégralement. La mobilité en Ville a également été abordée dans les détails. Des mesures ont d'ores et déjà été prises par les Autorités comme les travaux de requalification de la Vy-creuse en cours d'étude, le passage inférieur sous les voies CFF et la zone 30 du sud de la Ville. La création d'un nouveau carrefour sur l'Avenue du Mont-Blanc devenait impérative. Il sera réalisé entièrement aux frais des promoteurs. Autre aspect: une politique des plus strictes a été appliquée à la mise à disposition de places de parc. Celles-ci se situeront dans la fourchette basse des normes en vigueur. N'oublions pas que le quartier sera implanté à quelques encablures de la gare. On ne peut cependant nier l'évidence; ce nouveau quartier aura un impact à la hausse sur la densité de la circulation sur l'Avenue du Mont-Blanc, mais dans des limites acceptables. De plus, ce constat ne concerne pas le reste du réseau routier glandois. Un point important de ce dossier est l'apport de La Combaz à la population: la taxe d'équipements communautaires, à charge des promoteurs, permettra le financement de ceux-ci dans le quartier et également à l'extérieur pour un montant de 4 millions.

Enfin, une place et des cheminements publics seront réalisés à charge du quartier. L'accès à la gare depuis l'axe principal de notre Ville en sera largement bonifié avec un développement d'une pénétrante mobilité douce adaptée. Pour ce qui est du bâti proprement dit, le nord et le centre du périmètre seront dédiés à une zone mixte de forte densité et la partie sud aux activités économiques. La zone naturelle protégée du site de reproduction de batraciens d'importance nationale sera préservée et restera évidemment inconstructible. Des aménagements spécifiques et une aire de transition seront réalisés et aménagés. La partie centrale comprendra quatre immeubles de six étages plus attiques dont un sera en PPE, les trois autres en location. Quatre bâtiments plus petits seront disponibles en particulier pour des commerces, cafés, restaurants et autres lieux de vie. La Commune a fait savoir sa volonté d'acquérir un de ces bâtiments afin, entre autres, d'y installer une crèche et d'y louer des appartements. Quant au local polyvalent attendu, il verra sa position définie autour de la place publique à venir. (Voir aussi édito en page I) ■

Frais scolaires, participation des parents

FRAIS SCOLAIRES » Participation des parents aux coûts des camps, voyages scolaires et activités culturelles

La nouvelle jurisprudence fédérale précise le principe et l'étendue de la gratuité de l'enseignement public obligatoire. En conséquence, le Conseil d'Etat vaudois a décidé que les parents des élèves du canton n'auront plus à payer pour les fournitures scolaires, livres ou matériel de bricolage, et ce dès la rentrée scolaire d'août 2019.

Par ailleurs, les courses d'école, camps, activités culturelles, sorties, autres excursions ou voyages d'études organisés par les établissements scolaires conservent un caractère obligatoire. De cette obligation découle que seuls les frais économisés par la famille en l'absence de l'enfant leur seront facturés, soit essentiellement les frais de repas. La participation des parents aux coûts des camps et voyages scolaires sera de CHF 13.- par jour et par élève du primaire et de respectivement CHF 16.- par jour et par élève pour le secondaire. Pour un camp de cinq jours, seuls quatre jours seront facturés, soit CHF 52.- au total pour les élèves du primaire et de CHF 64.- pour les élèves du secondaire.

Un paiement échelonné ou une aide financière peuvent être accordés aux familles sur demande et sous conditions selon un barème défini par la Municipalité. Le formulaire de demande ainsi que le barème pour l'octroi d'un subside sont disponibles sur le site internet de l'Administration (www.gland.ch/fr/guichet-virtuel/demandes-de-subvention.html).

Les courses d'école, activités culturelles, sorties et autres excursions organisés par les établissements scolaires sont totalement gratuites. ■

Connaissez-vous votre Ville ?

VILLE » La 5^e édition de Gland ça marche, c'est pour le Samedi 21 septembre 2019

Tous les deux ans un nouveau secteur de la Ville ouvre ses portes aux Glandoises et Glandois. Cette année, la Cité-Ouest sera à l'honneur et le départ du parcours à pied y sera donné. Au programme, la découverte des diverses associations, entreprises et bâtiments historiques. Un DJ animera les lieux. La buvette et les stands de nourritures vous accueilleront dès 11h30.

Découvrez Gland autrement

A Grand-Champ, le théâtre vous réservera de belles surprises, vous découvrirez entre autres les loges réservées aux artistes. La bibliothèque scolaire et communale vous présentera un vaste choix de livres dans toutes les langues pour adultes et enfants. En route, vous découvrirez le Fort Fontana et son histoire grâce à l'association GSAC, ainsi que les entreprises Ronchi SA et Sadec SA qui ont concocté un intéressant parcours. Au pont Farbel, allez à la rencontre du sculpteur Manuel Pascual à qui on doit la magnifique œuvre sur un giratoire, Héron et Grenouille, ou à Antoine Vaccaro, qui loue et répare toutes sortes de guitares et qui a une collection de guitares électriques vintage! L'Association des parents d'élèves de Gland ainsi que le Centre de rencontres et loisirs seront aussi de la Fête.

Pas besoin d'inscription

La fête aura lieu de 11h30 à 20h00. Le départ du parcours sera donné aux Tuilières. Au stand d'information, nous vous remettrons un plan

avec une photo de chaque étape. Le parcours sera ouvert de 12h30 à 17h30. Le parcours complet, visites comprises, dure environ deux heures. La partie officielle suivra à 18h00 avec l'accueil des nouveaux habitants et le hissage du drapeau des Jeux olympiques de la jeunesse, tout ceci en présence des élèves qui seront allés à Lausanne pour la partie officielle des Jeux et qui auront le plaisir de présenter leur chorégraphie!

On a gagné?

A chaque étape, répondez au Quiz qui vous sera remis au départ du parcours. Pour finir la journée en beauté, tous les participants au Quiz prendront automatiquement part au tirage au sort lors de la partie officielle et pourront gagner un prix!

Une journée sous les signes de la santé, de la rencontre et de la découverte! Venez nombreux! ■



Plus d'infos sur www.gland.ch
ou au 022 354 04 44



Gland

Ça marche !

Samedi 21 septembre 2019
5^e édition de Gland ça marche !

La Ville de Gland invite tous les habitants de la Commune à un rallye pédestre pour découvrir ce qui se cache derrière ses enseignes d'entreprises et institutions. Partez à la découverte de ce parcours et participez au quiz y relatif.

La fête a lieu de 11h30 à 20h00. Le départ du parcours est donné aux Tuilières où un plan avec une photo de chaque étape vous sera remis. Le parcours est ouvert de 12h30 à 17h30, un DJ animera les lieux !

11h30	Ouverture des stands d'information Buvette et restauration au bâtiment scolaire des Tuilières
12h30-17h30	Rallye pédestre
18h00-19h00	Partie officielle aux Tuilières Accueil des nouveaux habitants Jeux Olympique de la Jeunesse : Hissage du drapeau et chorégraphie par les élèves de l'Etablissement primaire Quiz - Tirage au sort : chaque participant au parcours a sa chance
19h00-20h00	Partie récréative aux Tuilières

Les stands sont tenus par Anime ta ville, le Volleyball Club, La Côte et le comité Gland ça marche !

Les conseillères école-famille à votre écoute



ÉCOLES » L'une s'appelle Barbara Konrad (à gauche), entrée en fonctions en octobre 2015, l'autre c'est Charlotte Dufour (à droite), récemment arrivée. Toutes deux sont éducatrices sociales avec une solide expérience. Barbara travaille pour les Etablissements primaire et secondaire de Gland et Charlotte pour Begnins et Genolier

La question n'est pas très originale, mais elle nous paraît incontournable: une conseillère école-famille, ça sert à quoi ?

Barbara: Principalement à rétablir le lien avec les familles et à re mobiliser les ressources des personnes, de la famille tout en les accompagnant si nécessaire vers d'autres institutions plus spécialisées. Nous sommes des généralistes. Elle tente aussi de faire entendre la parole et les besoins des parents et de leurs enfants au sein de l'école.

Charlotte: Nous sommes une des ressources proposées par les Etablissements scolaires. Notre particularité est que nous faisons partie du Service Enfance et Jeunesse de la ville de Gland ce qui permet une confidentialité pour les parents tout en collaborant avec les Etablissements scolaires.

C'est donc bel et bien la famille qui est au centre de vos préoccupations.

Charlotte: Oui. La plupart du temps, les difficultés scolaires sont révélatrices de situations familiales complexes.

Pensez-vous qu'il y a déficit d'information sur vos prestations ?

Barbara: Je pense effectivement qu'il faut encore améliorer l'information auprès des parents et profiter de toutes les occasions pour se faire connaître tant par nos collègues de la Commune que par les partenaires sociaux externes ou encore par les enseignant-e-s et les directions.

Notre bureau est situé dans le bâtiment de l'Etablissement scolaire de Grand-Champ pour l'une et à Genolier et Begnins pour l'autre. Nos prestations sont gratuites.

Ces deux éléments permettent à toutes et tous de prendre facilement rendez-vous avec la conseillère école-famille.

Quelles sont les qualités principales que demande votre métier ?

Charlotte: Il faut tout d'abord se rappeler qu'il s'agit d'un travail de proximité qui oblige d'entrer dans l'intimité des gens. Au-delà des qualités humaines, capacité d'écoute par exemple, il est essentiel de bien connaître le réseau des institutions sociales susceptibles d'intervenir. Une conseillère école-famille est concrètement une coordinatrice entre toutes les pièces du puzzle. En toute modestie, elle est la plaque tournante entre l'école, la famille, l'élève et les diverses institutions d'aides sociales.

Barbara: Le regard sur les ressources des personnes même quand elles sont dans une situation difficile. Poser un regard sur la complexité personnelle, sociale et économique et la prendre en compte dans l'accompagnement.

Accueil, écoute, conseils, soutien parental...

La conseillère école-famille est une travailleuse sociale qui a pour missions :

- Accueillir, écouter, soutenir et conseiller les familles dans la confidentialité et le respect de l'individu;
- Effectuer des démarches administratives et financières pour permettre aux élèves de condition modeste de pratiquer une activité extrascolaire, participer à un camp, recevoir le soutien d'un répétiteur, etc.;
- Chercher des solutions avec les parents, les élèves et l'école pour proposer un soutien adéquat à l'élève en difficulté ou à ses parents;
- Faciliter le lien entre les parents et les enseignants lorsque la communication est difficile;
- Informer, servir de relais auprès des différents partenaires internes et externes à l'école.

Les contacter :

Etablissements scolaires primaires et secondaires de Gland : Barbara Konrad - Bureau 93, Collège de Grand Champs au deuxième étage,
Tél : 079 400 81 33

Etablissements scolaires primaires et secondaires de Begnins et Genolier: Charlotte Dufour - Bureaux à Begnins et Genolier,
Tél : 079 508 30 46

Cafés contact



SOCIAL » Dès l'automne 2019, La Ville de Gland proposera aux femmes allophones de se rencontrer une fois par mois lors d'un café-contact.

L'objectif de cette mesure est de faciliter l'intégration sociale des personnes non-francophones domiciliées dans notre Commune depuis peu en leur permettant d'élargir leur réseau social et de renforcer leurs compétences linguistiques en français. Ce projet est conçu pour les personnes – des femmes la plupart du temps – qui ne travaillent pas ou qui travaillent à temps partiel. Le but est, à moyen terme, de faciliter leur réinsertion professionnelle.

Le café-contact se tiendra chaque mois le mardi matin, pendant que les enfants sont à l'école de 8h30 à 10h. Cette prestation est gratuite et libre d'accès (pas besoin de s'inscrire). Ce sera également l'occasion de renforcer les liens qui existent entre l'Administration communale et ces habitantes, d'informer sur les prestations de la Commune ou des associations spécialisées et de mieux connaître les besoins des personnes migrantes.

N'hésitez pas à diffuser largement cette information autour de vous aux personnes qui pourraient être intéressées !

Dates des Cafés-Contact

(tous les premiers mardis du mois) de 8 heures 30 à 10 heures à la Buvette de la salle communale.

2019: 3 septembre, 1^{er} octobre, 5 novembre et le 3 décembre

2020: 7 janvier, 4 février, 3 mars, 5 mai, 2 juin

Renseignements:

social@gland.ch ou 022 354 55 40



Découvrez toutes les infos sur:
www.gland.ch

La nouvelle saison culturelle

ANIMATION » A l'image des saisons précédentes, la variété et la gourmandise seront à l'honneur avec des histoires racontées sous toutes les formes, sur tous les tons et avec des univers artistiques forts :

Cinéma, musiques actuelles, théâtre classique, contemporain, acrobatique, musical, spectacles jeune public et pluridisciplinaires, humour, comédies, nouveau cirque permettront de plonger dans mille et une histoires (ou presque). Une nouvelle saison pleine de joie, de dynamisme et d'audace, avec comme mot d'ordre : l'immersion. Une immersion dans l'univers d'un artiste, vous pourrez découvrir Pierre Aucaigne dans différents spectacles. Une immersion dans le travail de compagnies qui vont présenter plusieurs spectacles comme La Fabrique imaginaire, la Cie du Lion ou encore la Cie Rupille 7. Et finalement une plongée au cœur de séries théâtrales avec Les conquêtes de Norman d'Alan Ayckbourn, et pour les plus petits Les aventures de Petchi et Voilà-Voilà. Une saison qui va nourrir votre soif d'imagination, de découverte et de plaisir !



Informations sur
sur www.grand-champ.ch

Abonnez-vous au Théâtre de Grand-Champ

BONS PLANS » Des nouvelles formules d'abonnement vous sont proposées pour la prochaine saison 2019-2020 au Théâtre de Grand-Champ, classique ou à la carte, trouvez l'abonnement qui vous convient : Comme d'habitude, Découverte, Pass'famille.

Infos auprès du Service de la culture
022 354 04 70 ou culture@gland.ch
Toute la programmation en détail sur www.grand-champ.ch

**Faites-vous plaisir!
Rendez-vous à Grand-Champ!**

Agenda Culturel

Mardi 3 septembre à 14h30 :
Ciné-séniors - La couleur de la victoire

Mardi 3 septembre à 19h00 :
Projection Fête multiculturelle - La marche

Mercredi 4 septembre à 14h00 :
Ciné-familles - Le château des singes

Samedi 12 octobre à 17h00 :
Jeune public - Gaëtan

Dimanche 13 octobre à 18h00 :
Humour - Cessez ! de Pierre Aucaigne

Mardi 15 octobre à 14h30 :
Ciné-séniors + familles - Mia et le lion blanc

Mardi 15 octobre à 20h00 :
Gland'écran - Une sélection de Moritz de Hadeln - Girl



Mercredi 16 octobre à 14h30 :
Ciné-séniors + familles - Bienvenue en Ailevétie

Mercredi 16 octobre à 20h00 :
Gland'écran - Une sélection de Moritz de Hadeln - L'inconnu du lac

Jeudi 17 octobre à 18h30 :
Afterwork - à consulter sur www.grand-champ.ch

Vendredi 1^{er} novembre à 17h00 :
Jeune public - La belle et la bête. !



Programme complet et détaillé
sur www.grand-champ.ch

Les brèves

Gland - Forum Economique

Le 1^{er} forum économique de la Ville de Gland se déroulera le jeudi 10 Octobre 2019 au Théâtre de Grand-Champ de 16h45 à 21h00. Cet événement gratuit a pour objectif de réunir les entreprises, commerçants et acteurs économiques de la Commune. Ils pourront échanger et débattre autour des thèmes que sont les nouveaux emplois de l'économie circulaire et les opportunités de la digitalisation pour les commerces locaux.

Subventions pour les études musicales

Vos enfants apprennent la musique ? Peut-être pouvez-vous bénéficier de subventions individuelles ! La Ville de Gland a mis en place des aides destinées à rendre accessible l'apprentissage de la musique. Elles s'adressent aux Glandois jusqu'à 20 ans révolus et, à titre exceptionnel, jusqu'à 25 ans s'ils suivent une formation professionnelle ou des études et qu'ils suivent le cursus d'études musicales menant au certificat de fin d'études non professionnelles de la musique. Seuls les élèves suivant des cours dans les écoles reconnues par la Fondation pour l'enseignement de la musique - garantissant la qualité de l'enseignement - pourront bénéficier de ce subventionnement.

Consultez les critères et le barème sur notre site www.gland.ch > Guichet virtuel > Demande de subvention > Etudes musicales. N'hésitez pas à contacter le Service de la culture pour tout renseignement (022 354 04 70)

La Marché hebdomadaire est de retour

Pour tout savoir sur les commerçants-exposants et pour vous tenir informés des nombreuses animations, rendez-vous sur le site Internet de la Ville de Gland : www.gland.ch/lemarchedegland



Nouvel arrêt de bus devant l'UICN

Dès le 26 septembre prochain, la ligne du TUG 831 proposera un nouvel arrêt à hauteur du bâtiment de l'UICN.



Retrouvez tous les thèmes
abordés sur : www.gland.ch

Il n'est pas commun à 18 ans de créer sa propre entreprise

ACTIVITÉ » Focus sur David Lucena un jeune tatoueur à la renommée grandissante, qui vient d'élire domicile au sein de la Cité glandoise. Entre rêve, responsabilités et rigueur il nous explique son parcours.

Bonjour, pourrais-tu nous expliquer ton parcours notamment scolaire et les étapes qui t'ont amené aujourd'hui à 18 ans à créer ton entreprise?

Mon parcours scolaire a commencé à l'école secondaire de Begnins. J'ai fait un an de gymnase et c'est à ce moment-là que je me suis rendu compte que je n'avais pas choisi la bonne filière car je ne me sentais pas à ma place. J'ai fait un an d'apprentissage en tant que réalisateur publicitaire. Ce qui m'a beaucoup plu, mais j'ai quand même choisi d'arrêter et d'intégrer LERACOM, une école d'art à Lausanne. Je suis passionné par le dessin, la création tout ce qui est artistique... Cette école a été une expérience importante pour moi.

Tu peux nous décrire un peu plus ton expérience au sein de cet établissement?

Il y avait des cours différents: de la photo, de la vidéo, de la couture, du dessin d'observation etc... Ces cours m'apportent encore énormément aujourd'hui dans mon métier de tatoueur pour aider les clients à définir leurs projets, ou réaliser le tatouage de leur rêve.

J'avais un prof un peu spécial en dessin d'observation, un peu perché... (Rire) je kiffais bien.

Il nous emmenait faire du dessin dans la forêt, nous devions y vivre l'instant, nous imaginer en feuille... L'expérience était sympa mais encore aujourd'hui j'ai un peu de mal à m'imaginer en insecte... Réussir dans cette matière me tenait pas mal à cœur, il était vraiment cool, il ne faisait pas juste son cours, il s'impliquait vraiment. C'est lui qui m'a vraiment permis de me perfectionner en dessin.

Le dessin est donc ta première passion, comment en es-tu venu au tatouage?

Cela ne s'est pas fait tout seul effectivement... c'est une suite d'événements qui a fait que je suis tombé dans le tatouage. J'ai un grand frère tatoué, cela m'a toujours interpellé. Je me suis toujours dit que je me ferais tatouer plus tard. Mais de là à devenir tatoueur... ce n'était pas l'idée de base. Je dirais que tout a commencé à l'adolescence par le graffiti, parce que j'ai beaucoup de connaissances graphes. C'est un milieu créatif, du dessin en fait, une recherche créative.

Un jour, un pote m'a proposé d'acheter une machine à tatouer d'occasion. J'étais à l'école je n'avais pas beaucoup de moyens mais j'ai économisé et finalement j'ai réussi à l'acheter. Mon entourage me trouvant très doué en dessin... ils ont accepté d'être mes cobayes...

J'ai commencé à tatouer mon grand frère et des connaissances. J'ai vraiment croché. Je me suis dit que c'était ça que je voulais faire dans la vie: un mélange de passion et de travail. Ma passion est devenue mon travail, c'est ça que je kiffe vraiment. Dans ce milieu, nous sommes des passionnés.



Donc tu t'es retrouvé potentiellement avec des clients, du matériel et comment tu t'es débrouillé dans un premier temps et comment tu en es venu à t'installer à Gland?

A m'installer à Gland? Alors au début je tatouais au domicile des clients, tout se faisait par le bouche à oreille. Je n'étais pas très à l'aise, et la demande était de plus en plus forte... Je ne sais pas si j'aurais pu continuer comme ça longtemps...

Un jour Noria et Isabelle Demonte propriétaires du salon DN coiffure rue de Mauverney à Gland ont vu certains des tatouages que j'avais réalisés. Elles ont cru en moi et m'ont proposé de m'installer dans un local attenant au salon. Je ne m'y attendais pas trop, mais c'était une opportunité en or! J'ai eu le déclic, il fallait que je me lance... Je suis mon propre patron depuis bientôt 1 an et je ne regrette pas du tout mon choix.

Comment tu vis cette expérience d'être ton propre patron?

Déjà, il faut s'autodiscipliner, c'est des fois dur de se motiver tout seul, d'être assidu. Quand tu n'as pas quelqu'un derrière toi qui te dit ce que tu dois faire c'est plus compliqué, il faut se le dire soi-même, là il faut que je fasse le ménage, là il faut que je tienne les comptes...

Tu as toujours des aspects pénibles dans un métier et là, c'est à moi de m'y mettre. Au début c'était un peu compliqué parce que je n'étais pas habitué, ça m'est arrivé de faire quelques erreurs, j'étais tête en l'air, mais avec le temps je me suis rendu compte que si on ne fait pas son administration, ça ne marche pas. J'arrive à faire ce qu'il y a à faire: le ménage, la gestion, les comptes. Ça se passe bien pour l'instant et je travaille pour moi.

Quel genre de tatouage aimes-tu réaliser? Quel seraient tes points forts et tes points faibles?

Ce que j'aime tatouer, un style ce serait les tatouages latinos. Des gros lettrages avec beaucoup de détails dedans. C'est issu du milieu du graffiti et j'ai toujours kiffé ça. Je suis ouvert à beaucoup de styles. J'aime bien aussi les tatouages réalistes, je me perfectionne là-dedans. Les ombrages me plaisent beaucoup. Ce que je préfère ça reste les lettrages complexes. Mes points



forts et mes points faibles au niveau technique seraient que je m'améliore dans mes tracés, ils sont de plus en plus propres, les ombrages aussi, je commence à bien capter ça.

Comment tu vis ton statut d'entrepreneur à 18 ans?

Je vis ça comme une chance, qui n'est pas donnée à tout le monde. Je vois mon entourage, mes potes qui sont en difficultés. Je suis très reconnaissant, je suis reconnaissant envers les personnes qui me soutiennent et qui croient en moi. Je veux vraiment faire les choses bien et faire en sorte qu'ils soient fiers de moi.

Quel est le message que tu voudrais faire passer?

Tout le monde a des passions ou des facilités dans certains domaines. Chacun a quelque chose à apporter à la société. Certaines personnes ont des facilités pour le dessin ou pour la photo, qu'ils tentent les métiers de graphistes ou photographes. En tout cas quelque chose qui te plaise. Il faut que tous les matins tu te réveilles et que tu aies plaisir à aller au travail. Il faut vraiment lier passion et métier. C'est ça qui, pour moi, épanouit dans la vie. ■



Page offerte par:

VILLE DE
Gland

SEPTEMBRE 2019

Sept Glandois visent le National

GENS D'ICI ▶ Trois PLR, un PDC, deux Verts/libéraux et un PEV briguent un siège à Berne cet automne. Qui sont-ils? Notre journaliste a rencontré ces femmes et ces hommes de notre commune qui feront, peut-être, la politique de demain. Portraits.



Photo: Le Temps Blog



Christine Girod-Baumgartner, 52 ans, PLR

La municipale de la Jeunesse a une passion: la Fanfare de Gland où elle joue du cornet. La fanfare, c'est aussi une affaire de famille: ils sont huit, dont ses trois enfants, à s'y exprimer. Depuis 25 ans, Christine Girod est très impliquée dans cette société. C'est elle qui a présidé le comité d'organisation du Giron de la Côte Ouest qui a eu lieu à Gland en mai dernier.

Depuis plus de vingt ans, la Glandoise, très attachée à la ferme familiale des Avouillons, est membre des Paysannes vaudoises. Aujourd'hui, faute de temps, son costume et ses activités de paysanne sont en sommeil.

Pour cette enfant de Gland, «les sociétés locales - Gland en compte une cinquantaine - sont le ciment d'une commune, un moyen d'intégration extraordinaire». Elle estime que sa ville «a un potentiel de développement magnifique». Les enjeux y sont nombreux: «préservier les relations sociales, s'adapter aux habitants, conserver des vies culturelle et associative fortes».

Christine Girod aime marcher dans la forêt et cuisiner - des mets simples - pour de grandes tablées. En 2013, elle fondait sa société, CG Communication. Elle organise des événements - anniversaires, dossiers et conférences de presse, etc - crée des logos pour des PME, initie des entreprises locales aux réseaux sociaux. «J'ai de la chance, mes enfants sont de bonnes sources d'information», se réjouit-elle tout en reconnaissant qu'une formation continue est nécessaire dans ce domaine.



Patrick Vallat, 55 ans, Vert/libéral

Sport, conseils aux collectivités publiques et travail humanitaire, Patrick Vallat court et vole sans répit d'une activité à l'autre. Dès ses 5 ans, il s'éclate en gymnastique artistique; parallèlement, il s'initie à l'aviron. Après s'être illustré dans des compétitions nationales et internationales dans ces deux disciplines, il passe, en 1992, au triathlon et au parapente.

Architecte qui ne dessine plus, le Glandois gère des projets - de bâtiments et d'ouvrages publics, y compris pour la DDC (Direction du développement et de la coopération), l'ONU et la Croix-Rouge notamment. Il a été chef de projet de reconstruction de logements, d'écoles et de dispensaires au Sri Lanka après le tsunami de 2004.

Ce père de famille travaille dix à onze heures par jour, s'entraîne quatre à cinq fois par semaine, deux à quatre heures à chaque fois. Il a été membre du comité d'organisation du Triathlon de Nyon. Il aime participer aux 20 km de Lausanne et aux semi-Ironman internationaux de triathlon, entre autres.

Le parapente, il le pratique à Charmey (FR). C'est sa «région de cœur» - il aime «tout ce qui est Poya» - l'endroit où il s'évade et se relaxe.

Actuellement, il a des mandats au Liban et en Ingouchie (RU). Pour cela, il se fait caméléon, prépare pour chaque mission un «book» recensant langue, coutumes, histoire et politique du pays. Il aime les défis, avoue en souriant: «Enfant déjà, j'adorais les problèmes de baignoires qui se vident!»



Noémie Villos, 25 ans, PLR

Master de droit en poche, Noémie Villos a «marqué le changement» en effectuant un voyage de deux semaines en Amazonie. Avec un groupe d'amis, elle est partie à la rencontre de communautés isolées. But: apporter une présence, une écoute, quelques médicaments courants, animer le quotidien des enfants. «Sur place, nous avons souvent dû improviser, entre football, volley-ball, coloriages et saynettes. Nous avons beaucoup parlé, avec les jeunes notamment. Nous avons aussi rencontré une femme qui, depuis neuf mois, espérait une visite. Nous confier ses problèmes l'a soulagée. Pour elle, nous avons été une oreille, c'est déjà beaucoup!»

Ce mois de septembre marque l'entrée de Noémie Villos dans la vie active: elle a commencé un stage de six mois dans une banque de Genève. Ce premier contact pourrait déboucher sur un poste fixe.

La Glandoise danse, nage et court. Elle s'est lancée avec passion dans la danse classique à l'âge de 8 ans, y a ensuite ajouté la danse contemporaine. Dès qu'elle sera installée dans sa vie professionnelle, elle va chercher une école où s'inscrire: «La danse fait partie de mon équilibre. Sa rigueur, son côté exigeant correspondent très bien à mon caractère.»

A Pâques, elle a passé un brevet de plongée dans le sud de la France. Ici, elle nage, deux à trois fois par semaine. En piscine où elle aime faire des longueurs, cherche à améliorer sa technique et ses chronos.



Gérald Creteigny 64 ans, GDG, PDC

La Région de Nyon le séduit, le Grand Genève le titille: le syndic de Gland aime les grands espaces! Gérald Creteigny préside le comité de direction de la première depuis 2011; il est l'un des sept vice-présidents du second. Mobilité, environnement et aménagement du territoire le passionnent.

Gérald Creteigny, qui a étudié la psycho-pédagogie à Lausanne, est encore le président du Conseil de fondation de la FAJE, la Fondation pour l'accueil de jour des enfants, depuis 2015. Quand il ne travaille pas, le syndic chante. Au chœur mixte Le Chêne. Celui-ci alterne répertoires classique et populaire. En janvier 2020, l'ensemble glandois consacrera trois soirées musicales à «L'amour, toujours!». Pour la 50^e Fête cantonale des chanteurs vaudois qui se déroulera en 2021 dans sa ville, Gérald Creteigny préside le comité d'organisation. Le syndic de Gland aime marcher. Notamment à Gryon, où il possède un chalet; il y apprécie «un centre de balades extraordinaire». S'il n'a pas de rapports à étudier, il se plonge volontiers dans des polars nordiques, entre autres. En ce moment, il lit aussi l'ouvrage de deux membres du CICR partis dans un camp au Liban dans les années 1980.

On dit Gérald Creteigny très accessible: «Je m'arrête volontiers dans la rue pour discuter avec les passants. D'autre part, se réjouit-il, la politique m'a appris une infinie patience.» Et il ne résiste pas au chocolat; à tous les chocolats...



Photo: Luc Morisod

Léonie Wahlen, 22 ans, PLR

Elle pétille, saute d'une compétition hip-pique à la politique en passant par les activités humanitaires et des études de droit. Léonie Wahlen s'est aussi illustrée

comme porte-drapeau de Gland à la Fête des Vignerons. Elle vit dans la ferme familiale, un petit paradis où elle se ressource au quotidien.

L'équitation, le saut en particulier, lui a permis de remporter plusieurs titres: «Les chevaux sont mon équilibre: chaque jour, je travaille au moins deux heures aux écuries et je monte deux heures au minimum.»

La jeune Glandoise, qui rêve d'aider les gens, s'est rendue dans un camp de migrants à Côme, en Italie: «J'ai été très touchée par ce que j'y ai vu.» A l'Université de Lausanne, elle est trésorière de l'Association d'étudiants soutenant la cause humanitaire (AEH). «On peut aider les autres chez nous aussi. Par exemple par le biais de la Fondation lausannoise Point d'eau qui offre des services aux plus démunis.» Léonie Wahlen travaille encore à la création d'une application listant les endroits où dormir, manger, se laver... dans la région.

Après ses études, elle envisage de partir quelques mois sur un navire-hôpital. Toutes ces activités demandent une solide organisation: «Heureusement, je suis très entourée par ma famille.»

Léonie Wahlen aime les campagnes électorales, le contact avec les gens, dans la rue, le train. Elle avoue en riant manquer parfois de patience: «J'oublie que les gens ne sont pas comme les chevaux!»



Arnaud Durand, 26 ans, Vert'libéral

Comme un poisson dans l'eau, Arnaud Durand vogue entre son travail de paysagiste indépendant et ses activités au sein de l'association nautique Surfbike dont il est le président et co-fondateur.

Non seulement celle-ci assure la promotion de tous les sports nautiques non-motorisés, mais en plus elle en invente ou en perfectionne. Au menu, du vélo sur l'eau bien sûr, mais aussi du kayak, du mayak – un kayak qui se pratique à genoux, inventé par l'associé d'Arnaud – du cataski (une espèce de ski de fond sur l'eau imaginé par un Marseillais) ou encore du paddle. Surfbike a même lancé le mayakpolo et ses buts dans l'eau. Elle espère obtenir l'autorisation d'installer quelques engins dès 2020 à la plage de Gland.

Arnaud Durand, qui vit en couple, est bien connu dans la région. Il a fait trois fois le tour du Léman: en surfbike (2014, en quatre jours

et demi), en mayak (2016, en cinq jours) et en paddle (en trois jours). Après avoir fait le tour du lac de Joux en surfbike en 2014 (en quatre heures), il a décidé de s'offrir les vingt plus grands lacs de Suisse. Déjà à son palmarès, les lacs de Neuchâtel, Morat, Bienne et Gruyère, toujours en surfbike. Ces prochains jours, il s'attaquera, sur son drôle de vélo, au lac des Quatre-Cantons.

Arnaud Durand a aussi quatre brevets de sauvetage, effectué une formation d'assistant socio-éducatif. Il il s'est illustré pendant trois saisons comme prof de ski, et j'en passe... «Enfant, rigole-t-il, j'allais ramasser les balles perdues au golf du Domaine Impérial pour les revendre, 2 francs la balle!»



Philippe Moret, 36 ans, Parti évangélique

Quand il n'a pas les yeux rivés sur un écran, Philippe Moret, ingénieur en informatique, goûte la randonnée en moyenne et haute montagne. Il s'y livre à l'une de ses activités favorites, la photo; de fleurs, de papillons, de paysages.

A l'époque où il rédigeait sa thèse - il a vécu quatre ans à Lugano - il a exploré moult sentiers tessinois, photographié flore et faune avec talent. Mais, depuis qu'il est l'heureux père de deux petites filles âgées aujourd'hui de 6 mois et deux ans et demi, les randonnées se sont généralement muées en balades. Cet été, la famille a passé une semaine de vacances dans un chalet aux Diablerets.

Lors de ses promenades, Philippe Moret aime cueillir des champignons, «des morilles, des bolets, des pieds de moutons ou des cornes d'abondance que nous dégustons le soir en rentrant à la maison». Il récolte aussi des petits fruits et, au printemps, de l'ail des ours. D'ailleurs, il ne lui déplaît pas de se mettre aux fourneaux, quand il en a le temps. Il mitonne de petits plats, ses préférences allant aux ragoûts et aux gratins, aux plats mijotés en particulier.

Le Glandois fait aussi partie d'une équipe de volley-détente qui s'entraîne une fois par semaine à Gilly. Enfin, Philippe Moret travaille dans une start-up lausannoise en plein essor. Bestmile est l'éditrice d'une plate-forme de gestion de flotte de véhicules autonomes et avec chauffeurs. A Sion, par exemple, elle gère des navettes CarPostal sans chauffeur.

Léa Pratt (textes et photos)
lea@gland-cite.ch

Gaëtan nous met tous la banane

CULTURE Le chanteur pour enfants morgien joue son dernier spectacle, «Chope la banane», à Grand-Champ le 12 octobre. Un concert à la fois tendre et déjanté.

Il était totalement «Zingoin», le voilà maintenant roi des bananes! Gaëtan, le chanteur préféré des bambins, est de retour. Armé de son ukulélé jaune et de sa folie douce, il (re)fait chanter et danser les familles romandes sur des airs déjantés grâce à son dernier spectacle, «Chope la banane», le parfait remède à la morosité d'automne. Après une incursion - à succès - sur les scènes parisiennes cet été, le Morgien est de retour sur La Côte. Il est en concert à Grand-Champ le 12 octobre à 17h.

«Souris, ça fait la vie jolie», l'entend-on chanter sur cette nouvelle galette qui donne son nom au spectacle. Annonceur du ton joyeux et optimiste à venir. Auteur-compositeur-interprète, avec déjà six albums à son actif, dont trois disques d'or, Gaëtan a séduit plus de 50 000 petits fans en francophonie. Et s'est attiré les compliments d'Henri Dès, ou même les services du musicien français Sanseverino, avec qui il a signé plusieurs morceaux aux sonorités jazz manouche sur son dernier disque «Zingoin».

Une énergie qui décoiffe

Accompagné de musiciens explosifs, le chanteur ne fait pas dans la comptine pour berceaux. Gaëtan sur scène, ça décoiffe! Et c'est avant tout un concert pour petits (dès 4 ans) et grands qui oscille entre chansons pop, blues-rock ou funk avec un swing digne d'un bananier sous vitamine.

Dansons sur
«Jimmy Mastic» et «Disco Fraise»

Impossible de ne pas remuer son popotin sur le groove de «Jimmy Mastic» et «Disco Fraise», de ne pas chanter à tue-tête «Chez les barbouille-bouille-bouille, ils sont complètement nouilles» ou de ne pas se retrouver à répéter sans cesse les refrains de «Megadoo» et «Scrounch». Dans la salle de bain, on peut même se brosser les dents en musique grâce à «Frotte tes quenottes». Au delà des tubes malicieux à l'énergie pétillante, l'amuseur de 44 ans, devenu papa deux fois depuis 2015, se révèle aussi touchant lorsqu'il aborde la mort dans «Grand-Père», toujours avec délicatesse... et avec le sourire!

Alexandre Caporal
alexandre@gland-cite.ch



Gaëtan sera sur la scène du théâtre de Grand-Champ pour présenter son dernier spectacle «Chope la banane». DR

Institut Jyoti: Rétablir l'équilibre des énergies

PUBLIREPORTAGE Prendre soin de sa santé est essentiel à une vie épanouie. L'Institut Jyoti, spécialisé dans l'aromathérapie, offre également une large palette de massages ayurvédiques visant à rétablir l'équilibre des énergies.

Nous sommes tous une combinaison unique des 5 éléments fondamentaux: Terre, Eau, Feu, Air et Éther. L'Ayurveda, médecine traditionnelle indienne, prône depuis des milliers d'années l'équilibre des énergies. Ainsi, la santé peut se manifester par une grande vitalité, un bien-être moral et une joie permanente.

Massages particulièrement efficaces

Les massages ayurvédiques sont particulièrement efficaces pour soulager les douleurs, réduire le stress, améliorer la digestion, retrouver un bon sommeil et détoxifier l'organisme. Chaque massage permet d'atténuer les symptômes de manière spécifique. Pour un effet durable, une série de massages est indispensable.

L'aromathérapie vient compléter chaque soin pour le rendre unique et adapté au besoin du moment. Les huiles essentielles sont de purs concentrés de principes actifs qui agissent à tous les niveaux: physique, psychique et humeur. De quoi retrouver le moral.

Promouvoir la santé

La fondatrice, Alexandra Missirlian à cœur de transmettre la connaissance. Afin que vous puissiez devenir pleinement acteur de votre santé, elle vous propose un enseignement de qualité, sous l'égide de son école Prema Veda.

Vous apprendrez les bases de l'aromathérapie pour vous soigner au quotidien avec les huiles essentielles... Prochain cours: Aromathérapie de base 28-29 septembre.

Info et inscription:

www.prema-veda.com

Texte intégral remis par l'annonceur



Alexandra Missirlian, fondatrice de l'Institut Jyoti et de l'école Prema Veda

Institut Jyoti & Prema Veda

Agréée ASCA - Alexandra Missirlian
Grand-Rue 30 - 1196 Gland
Sur RDV Tél. 076 324 17 83
alexandra@ayurveda-therapies.ch
www.ayurveda-therapies.ch

CrossFit Léman remboursé par les assurances maladies



Photo: Nicolas Férét

Le CrossFit se pratique en petit groupe lors de cours qui durent généralement une heure. Ces classes sont toujours dirigées par un coach certifié.

PUBLIREPORTAGE · CrossFit Léman a récemment obtenu la certification QualiCert. Nous sommes le premier CrossFit sur les cantons de Vaud et Genève à pouvoir vous proposer ce certificat.

Dans le cadre de la promotion de la santé, vous pouvez dès maintenant vous faire rembourser une partie de votre abonnement à CrossFit Léman par une des nombreuses assurances suisses qui cautionnent QualiCert. Rendez vous sur notre site pour voir quelles assurances prennent en charge ce type de prestations.

Portes ouvertes les 21 et 22 septembre

Nous vous invitons durant tout un weekend à venir découvrir le CrossFit dans notre salle de Vich. Vous pourrez juste passer pour un premier contact ou, encore mieux, prendre vos affaires de sport et participer à une séance d'essai. Une consultation BodyScan d'une valeur de 60.- sera offerte à chaque visiteur désireux de connaître sa composition corporelle (voir ci-joint).

Un tirage au sort sera organisé et vous aurez la possibilité de gagner 3 x 1 mois d'abonnement. Toutes les personnes qui souscriront un abonnement de 6 ou 12 mois durant ces deux jours, recevront une consultation (coaching nutritionnel) d'une ou deux heures valant respectivement Fr 100.- et Fr 200.-

Découvrez le programme du weekend sur: www.crossfitleman.ch

Testez gratuitement votre masse corporelle

Nous avons récemment fait l'acquisition d'un outil professionnel pour mesurer la composition corporelle. Cette dernière est en soit bien plus importante qu'un simple relevé de poids. BodyScan nous permet de savoir précisément quel est le ratio entre la masse musculaire, la masse grasseuse, les minéraux et l'eau. L'analyse segmentaire du corps en 5 zones (4 membres et le tronc) facilite, par l'observation précise des zones ciblées (abdominaux, cuisses, bras...), l'adaptation des programmes sportifs et nutritionnels. Offert selon les disponibilités les 21 et 22 septembre.

Mais qu'est ce que le CrossFit?

Le CrossFit est un programme de fitness conçu autour de mouvements que nous faisons dans la vie de tous les jours. C'est-à-dire des mouvements produits naturellement par le corps, tels qu'un squat ou simplement sauter, courir, tirer, pousser, porter. Tous les jours, vous vous baissez et ramassez des objets, soulevez des choses au dessus de votre tête, vous vous asseyez, vous vous levez ou courez après vos enfants. Le CrossFit vous permettra d'améliorer les 10 aspects déterminants de la forme physique: cardio, souplesse, force, puissance, vitesse, endurance musculaire, coordination, agilité, équilibre et précision.

Un abonnement: 4 salles à votre disposition!

Pour votre confort, profitez de nos deux salles à Vich, notre salle à Nyon ou encore

celle de Genève; le tout pour le prix d'un seul abonnement. Nous vous proposons chaque semaine près de 100 heures de cours. Si vous ne pouvez pas vous joindre à un cours collectif, il y a la possibilité d'organiser des séances avec un coach privé à un prix préférentiel pour les membres. Une palette variée d'abonnements vous permettra de choisir celui qui vous correspond le mieux.

Les principaux avantages de CrossFit Léman.

- Un coach vous encadre lors de chaque entraînement.
- Différents niveaux de cours pour satisfaire les envies et capacités de chacun.
- Des cours pour tous les âges et niveaux. Les plus jeunes ont 5 ans et les moins jeunes 80 ans.
- Accès illimités aux 4 salles d'entraînements
- Possibilité de mettre en pause votre abonnement lors de vacances ou arrêt médical.

Crossfit Léman

Route de l'Etraz 8 - 1267 Vich
Route de Divonne 44 - 1260 Nyon
Rue des Eaux-Vives 112 - 1207 Genève

Informations et séance d'essai
T 022 364 75 44 / M 079 301 42 14
train@crossfitleman.ch
www.crossfitleman.ch



Une seconde vie au troc



Les quatre membres du comité se démènent pour permettre aux parents d'acquérir des vêtements et accessoires pour enfants à petits prix. DR

SOCIÉTÉS LOCALES Confronté à la concurrence d'Internet et des discounters, le Troc amical de Gland doit s'adapter pour survivre. Ses deux rendez-vous annuels sont l'occasion de dénicher, en un seul et même lieu, des vêtements et accessoires pour enfants en bon état et à petits prix.

Internet et ses petites annonces, les grandes surfaces et leurs actions, les vide-dressings à ciel ouvert... Pas facile pour le Troc amical de Gland de tirer son épingle dans la jungle du vêtement bon marché. L'association, qui propose deux rendez-vous par année de vente et achat de vêtements et accessoires pour enfants jusqu'à 16 ans, doit se faire toujours plus visible pour exister.

L'aventure a commencé en 1972 à la salle communale, mise à disposition par la Ville de Gland. Depuis une dizaine d'années, les deux trocs ont lieu au complexe de Montoly. La Voirie, juste à côté, accepte de stocker le matériel (cabines d'essayage, articles non retirés, etc.) en attendant la

vente. Corinne, Christel, Liliana et Patrizia, du comité, encadrent aujourd'hui une vingtaine de bénévoles réguliers. Tous sont conscients de contribuer, par leur investissement, à prolonger la durée de vie des habits et accessoires et participer ainsi à réduire notre empreinte écologique.

Petits prix et matériel de qualité

Les bénévoles sont tributaires de ce que les futurs vendeurs apportent. Les objets passent plusieurs contrôles de qualité avant d'être vendus propres et en bon état. Une plus-value évidente par rapport aux articles de seconde main achetés sur Internet. Outre du matériel de puériculture (aussi pour jumeaux), le Troc amical propose également des habits pour la tranche d'âge 0-1 an, alors que d'autres trocs pour enfants n'acceptent plus ces petits vêtements.

On peut aussi dénicher (et essayer) du matériel neuf ou de marque à petits prix. Des prix majorés de 10% lors du passage

en caisse pour couvrir les frais. Le surplus est versé à une association touchant les enfants en Suisse. Après le jour de dépôt, les accessoires volumineux comme les poussettes ou lits d'enfants sont annoncés sur les réseaux sociaux pour inciter les futurs acheteurs à se rendre à Montoly. Il n'est en effet pas possible de réserver le matériel dédié à la vente.

L'association peut compter sur une équipe fidèle. Elle accueillerait volontiers de nouvelles personnes pour agrandir le nombre de bénévoles. Le prochain troc d'automne (dépôt le 30 septembre et vente les 1ers et 2 octobre à 19h) se prépare. Un rendez-vous qui offrira l'occasion aux futurs vendeurs et acheteurs de se rencontrer. Un autre petit plus que n'offrent ni les sites de petites annonces ni les grands discounters, et qui n'a pas de prix. Plus d'infos: trocglad@gmail.com - 077 494 93 38

Anna Beutler
anna@gland-cite.ch

JL DAMES
MESSIEURS
ENFANTS

Coiffure

JEANNETTE ET LUCIE

lors de votre premier rendez-vous

GRAND-RUE 4 - 1196 GLAND - TÉL 022 364 41 21

Sur
présentation
de ce BON:

**Profitez
d'une remise
de Fr 10.-**

YOUHR Horlogerie

Réparation Montres Pendules

Projets YOUHR Sàrl
Rte des Avouillons 4
1196 Gland
022 995 08 80
youhr@projets-youhr.ch

GLANDCITÉ

Toujours vue,
la publicité
dans Gland Cité

www.acg-gland.ch

S'accepter comme on naît, un gage de sérénité?

BIEN-ÊTRE Lorsque l'on se regarde dans le miroir, a-t-on l'habitude de se complimenter, de sourire à son reflet? C'est assez rare. Et si, au lieu de regarder nos défauts et nos faiblesses, on se focalisait plutôt sur nos qualités et nos forces?

Imaginons que notre meilleur(e) ami(e) nous dise un jour: « Je suis trop petit, trop gros, trop nul... ». Que lui répondrions-nous pour lui donner confiance? Nous lui montrerions toutes les qualités qu'il possède. Or, nous sommes notre meilleur(e) ami(e). Ou plutôt, nous devrions l'être. Au lieu de nous lamenter sur nos différences ou nos imperfections, mettons en avant nos points positifs et regardons-nous avec tendresse. Car, comme le disait si bien l'écrivaine américaine Louise Hay: « Lorsqu'on s'aime réellement, qu'on s'approuve et qu'on s'accepte tel qu'on est, tout fonctionne dans la vie. C'est comme de petits miracles surgissant de partout. »

Quelques trucs et astuces
bien utiles à observer

Adopter un regard bienveillant

Lors de nos monologues intérieurs, oublions les jugements négatifs ou excessifs (trop ci, trop ça...).

Oser se récompenser

Faisons-nous régulièrement plaisir, nous le méritons. Que ce soit par un moment à nous, une sortie, une heure de lecture sans être dérangé ou un petit cadeau.

Ne pas se comparer aux autres

En toute objectivité... sont-ils donc si parfaits? Ne cherchons plus à être une personne différente. S'aimer tel que l'on est, s'assumer, s'accepter sans peur du regard de l'autre, voilà la garantie d'une vie meilleure. Pour nous d'abord. Dans notre relation aux autres ensuite.

Un centre pour se réconcilier avec son corps

Renouer avec son corps. C'est le créneau du centre « En forme avec mes formes » que Céline Roig, instructeur pilates, a ouvert à Gland en septembre 2018. Initialement destinés aux personnes en surpoids, les cours de gym douce, Pilates, stretching et marche nordique s'adressent désormais à toute personne se trouvant en « petite forme » et souhaitant retrouver confiance en elle. Soit après une longue période sans activité, lorsque l'on avance en âge et que l'on se croit moins souple. Mais aussi après une grossesse ou encore après un accident lorsque le corps souffre et que les capacités sont diminuées.



A Gland, le centre « En forme avec mes formes » propose des cours pour les personnes qui souhaitent retrouver confiance en elles. DR

But de ces cours: apprendre à reconnecter le corps à l'esprit. En petit groupes, dans une salle spacieuse qui n'a volontairement pas de miroirs et accompagnés d'une musique douce, on travaille sa concentration et sa proprioception (ressenti des diverses parties de son corps). Les personnes se retrouvent entre elles, sans peur des regards ou des jugements et dans une ambiance familiale qui les met parfaitement à l'aise.

Pour en savoir plus: www.mesformes.ch, 078 622 65 22.

Marie-Hélène Laurent
marie-helene@gland-cite.ch

INVITATION · Atelier Pratique « Mettre en place sa première Newsletter »

Vous êtes un commerce, une entreprise ou un-e indépendant-e de la région? Venez participer au premier cours gratuit organisé par l'ACG sur le thème de la Newsletter. Durant deux heures, vous serez initié aux bonnes pratiques et aux outils pour pouvoir créer facilement votre propre Newsletter.



Cet atelier est le premier d'une série d'événements proposés par l'ACG pour soutenir les entreprises et commerçants de la région dans leur développement. D'autres workshops et conférences sur des thèmes variés seront organisés à l'avenir.

« Mettre en place sa première Newsletter »

Jeudi 18 Septembre 2019 • 10h00 - 12h00 • Salle Communale – Suivi d'un apéritif offert par la Commune
Inscriptions et informations: contact@acg-gland.ch

« Fais du bien à ton corps pour que ton âme ait envie d'y rester »



Institut Jyoti
Ayurveda - Aromathérapie - Massage - Reiki
www.ayurveda-therapies.ch
Tél. 076 324 17 83
Grand-Rue 30 – 1196 Gland

chateaudeluins.ch

Organisation de vos évènements

LB vin promotion
Laurent Baechtold

Domaine viticole
1184 Luins - Tél. 078 600 84 30 - contact@chateaudeluins.ch

DATE	ÉVÉNEMENT	LIEU	ORGANISATION, RENSEIGNEMENTS
15.09	TroQEnøtt (vide grenier) 14h-17h - Eikenøtt	Allée du communet	Association AQENØTT - www.eikenott.net
21.09	Gland ça Marche! 12h - 20h.	Tuillières / Cité Ouest	Ville de Gland - 022 354 04 44
21.09	4^e Mont'O Vibz animations, concerts dès 20h	Montoly	Parlement des Jeunes - 079 575 34 53
28.09	Fête des récoltes 10h.	Salle communale	M. Sauter - 021 331 58 03
01.10	Café-contact 8h30-10h	Salle communale	Mme Vuarnoz - 022 354 05 40
03.10	Conseil communal 19h30	Salle communale	Ville de Gland - 022 354 04 10
04-06.10	Intermezzo - Flûte Festival	Collège de Grand-Champ	www.flutefestival.ch
06.10	Sunday Training - Cancer du sein 8h-13h	Salle communale	M. Gleyre - 022 354 04 48
08.10	Pour les + de 55 ans. Jeux 14h.-17h.	Salle communale	Sté développement - 079 742 53 55
09.10	Contes pour enfants par Kasongo 14h.	Bibliothèque de Grand-Champ	www.grand-champ.ch
12.10	Concert pour tous - Gaëtan 17h	Théâtre de Grand-Champ	Ville de Gland - 022 354 04 70
13.10	Cessez! Pierre Aucaigne 18h.	Théâtre de Grand-Champ	Ville de Gland - 022 354 04 70
14-18.10	Passeport-vacances	Ville de Gland & environs	www.passeportvacances-gland.ch
18-27.10	26 ^e exposition ART-GLAND Peintres & sculpteurs	Espace culturel Grand-Champ	Mme Schumacher-Oud'Art 078 709 03 53
19.10	Exposition Société mycologique 50 ^e anniversaire	Refuge communal	M. Bernard Desponds - 022 364 34 53
31.10	Halloween 18h30	Place de la Gare	Association Halloween - 079 467 35 51

Toutes les infos sur: www.gland.ch/agenda



LE

MARCHÉ

de gland

Tous les
mercredis

GLANDCITÉ

Toujours vue,
la publicité
dans Gland Cité

www.acg-gland.ch

BSR

IMPRIMEURS

BSR Imprimeurs SA Rte de Begnins 14 · CH-1196 Gland · Tél 022 354 09 90 · www.bsrimprimeurs.ch



clinident

groupe

cliniques dentaires suisses

Genève - Nyon - Gland - Lausanne - Vevey

Nyon

022 990 02 02

Rue de la Morâche 4 bis

 La Combe

Face à l'entrée principale du C. C. La Combe

Urgences et tous soins

+

avec/sans rendez-vous

ORTHODONTIE

Gland

022 995 02 02

www.clinident.ch

Rue Mauverney 19

Face à la Migros

 gratuit

