

N° 146
OCTOBRE 2022

GLANDCITÉ

aegr

JOURNAL D'INFORMATION LOCAL DE L'AEGR
ET DE LA MUNICIPALITÉ DE GLAND



CULTURE

5

La violence conjugale
mise en scène

ÉNERGIE

7+10

De pénurie
en économies

COMMUNE

9

La vie citoyenne à
portée de clic

AEGR

15

La médiation au
cœur de l'humain

RAIFFEISEN

Accélérer l'activité
de sa PME grâce au leasing

Avec Raiffeisen Leasing vous investissez dans de
nouvelles technologies, des machines et véhicules,
sans immobiliser vos fonds propres.

raiffeisen.ch/f/leasing

Prenez-contact
avec l'un de nos
conseillers



Banque Raiffeisen
Gimel

Andrea Costa
General Manager / Site Director
SMB Medical SA

Mobilité électrique

Des bornes de recharge pour tous

Riche de plusieurs années d'expérience dans l'électromobilité, SEIC propose des solutions spécifiques selon que vous êtes locataire, propriétaire individuel ou en PPE:

- Bornes de recharge individuelle pour domicile privé
- Bornes de recharge collectives pour copropriété et parking locatif
- Bornes de recharge dans l'espace public

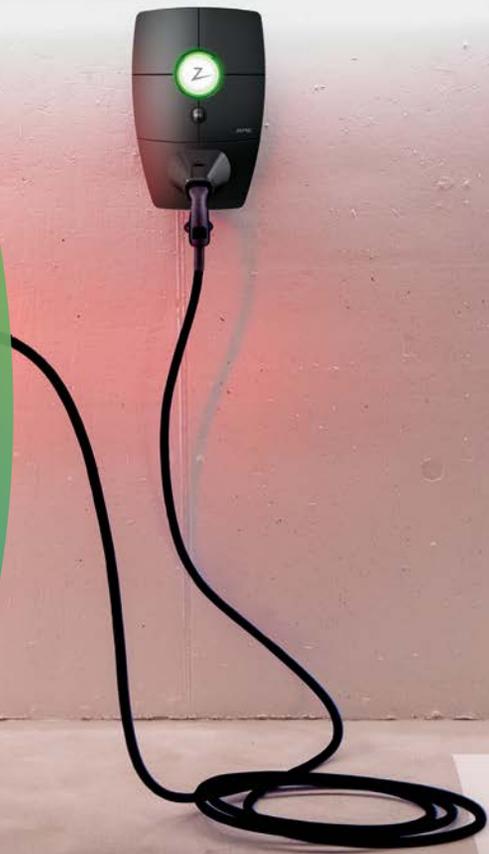
Avec SEIC, bénéficiez d'un interlocuteur unique pour réaliser votre projet !

→ Contactez nos spécialistes
seicglad.ch/mobilité-électrique/



seic

Installations &
solutions bâtiments



BRODARD CHAUFFAGE



Installation ■ Entretien ■ Rénovation
Chaufferie mobile ■ Dépannage

Pascal Brodard – 079 433 33 72 – Chemin du Lavasson 6 – 1196 Gland – 079 433 33 72



Votre spécialiste en installation de chauffage sur la Côte Tél 022 364 30 15 – brodardchauffage.ch



Installations
sanitaires

Parois de douche

BUCHS
SANITAIRE SA

022 362 30 30

www.buchssanitairesa.ch

Reynald BERGER
Auto Moto Ecole de La Côte
079 625 88 80

auto moto scooter
remorque théorie
sensibilisation 2 phases



www.auto-ecole-berger.ch



Route de l'Etraz 51/53
1267 Vich
Tél. 022 364 36 13

bissatfleurs@gmail.com
www.bissatfleurs.ch



Ici à Gland !

CTA

www.cta-services.ch

Ménages / conciergeries / nettoyages spécialisés

IMPRESSUM

Gland Cité
Journal d'information local de l'AEGR
et de la Municipalité de Gland.
Parution: 6 fois par an.

Éditeur
AEGR-Association Économique
de Gland et Région
www.aegr.ch

Prochaine parution: 30 novembre 2022

Remise des publicités:
Délai: 3.11.2022 à Olivier Schwab,
pub-gc@aegr.ch - 076 380 86 62

Adresse du journal
Gland Cité - CP 423 - 1196 Gland

Président de l'AEGR
Stéphane Fenner, 078 827 02 01
E-mail: contact@aegr.ch

Trésorier
Louis de Bourbon Parme

Impression
BSR Imprimeurs SA - 1196 Gland
022 354 09 90
glandcite@bsrimprimeurs.ch
www.bsrimprimeurs.ch

Rédactrice en chef
Alexandra Budde - redac-gc@aegr.ch

Ont collaboré à ce numéro
Léa Pratt - lea-gc@aegr.ch
Sybille & Noélie Lecoanet -
info@heidygge.ch
Jennifer Herger (pages communales)

Tirage de ce numéro
11'200 exemplaires
Distribution gratuite dans
tous les ménages de Gland,
Prangins, Duillier, Vich, Coinsins,
Luins, Vinzel, Begnins, Dully.

Avertissement
Le journal se réserve le droit d'écourter
les textes remis par les annonceurs.
Il n'assume pas les erreurs éventuelles
dans les textes intégraux remis par les
annonceurs.

Retrouvez-nous sur 

L'importance de l'échange pour nourrir nos réflexions



ÉDITO

Chère lectrice, cher lecteur,

«Tous les êtres humains naissent libres et égaux en dignité et en droits. Ils sont doués de raison et de conscience et doivent agir les uns envers les autres dans un esprit de fraternité». Ce premier article de la Déclaration universelle des droits de l'homme, signée le 10 décembre 1948 à Paris par 58 États, résume à lui seul l'importance de la collaboration et de la communication comme une responsabilité tant collective qu'individuelle.

Le terme communication provient du latin *communicare* qui signifie *mettre en commun*. C'est donc un processus de partage, qu'il touche l'information,

les connaissances, les biens ou encore les services. Il représente un principe d'action et de création fondamental au bien-être d'une espèce collective comme la nôtre.

La diffusion des savoirs est un enjeu sociétal: la démocratie nécessite le partage et la généralisation du savoir. Le citoyen doit pouvoir appréhender les conséquences du progrès, qu'il soit scientifique, social ou politique, sur son milieu social et ainsi créer une interaction positive dans le respect de chacun. C'est dans cet esprit que la Commune de Gland a décidé de rejoindre le projet Smart city (p.9-10) déjà adopté par de nombreuses villes. Dédié à ses habitants, cet outil permet à l'information de circuler rapidement, de créer des interactions et d'échanger, soit de participer à la vie citoyenne de son lieu de vie. Si ce dispositif est accessible en ligne sur Internet, des panneaux interactifs sont également prévus dans les écoles et certains lieux publics.

Les technologies numériques, précisément, collaborent à l'avènement progressif et rapide d'une nouvelle condition de l'individu contemporain. La Confédération

met d'ailleurs de nombreuses ressources en ligne, notamment en ce qui concerne la campagne d'économie d'énergie actuellement au cœur de l'actualité (p.7+10).

Au sein de la communication, on voit de plus en plus se développer la médiation (p.15) dans de nombreux espaces de la société tels que l'enseignement, la famille ou le milieu du travail, comme une pratique douce de prise en charge des conflits dont presque 70% des cas sont ainsi rapidement résolus à l'amiable, faisant apparaître le désaccord comme une opportunité de faire mieux.

Communiquer c'est aussi briser le silence et l'art théâtral est une des plus anciennes formes de sensibilisation aux problématiques sociétales. En l'occurrence, la violence domestique, qui a vu ses chiffres exploser avec le confinement, reste encore aujourd'hui un sujet tabou alors qu'en Suisse, une femme est tuée par son mari, son partenaire ou son ex-compagnon toutes les deux semaines. La pièce «Silence, on frappe!» de Jean Nagel (p.5) nous invite à la réflexion et au partage, le samedi 3 décembre à la salle communale de Vich.

Alexandra Budde

Une entreprise familiale à votre écoute depuis plus de 30 ans



Yaris Cross
à partir de 25'400.-



TOYOTA

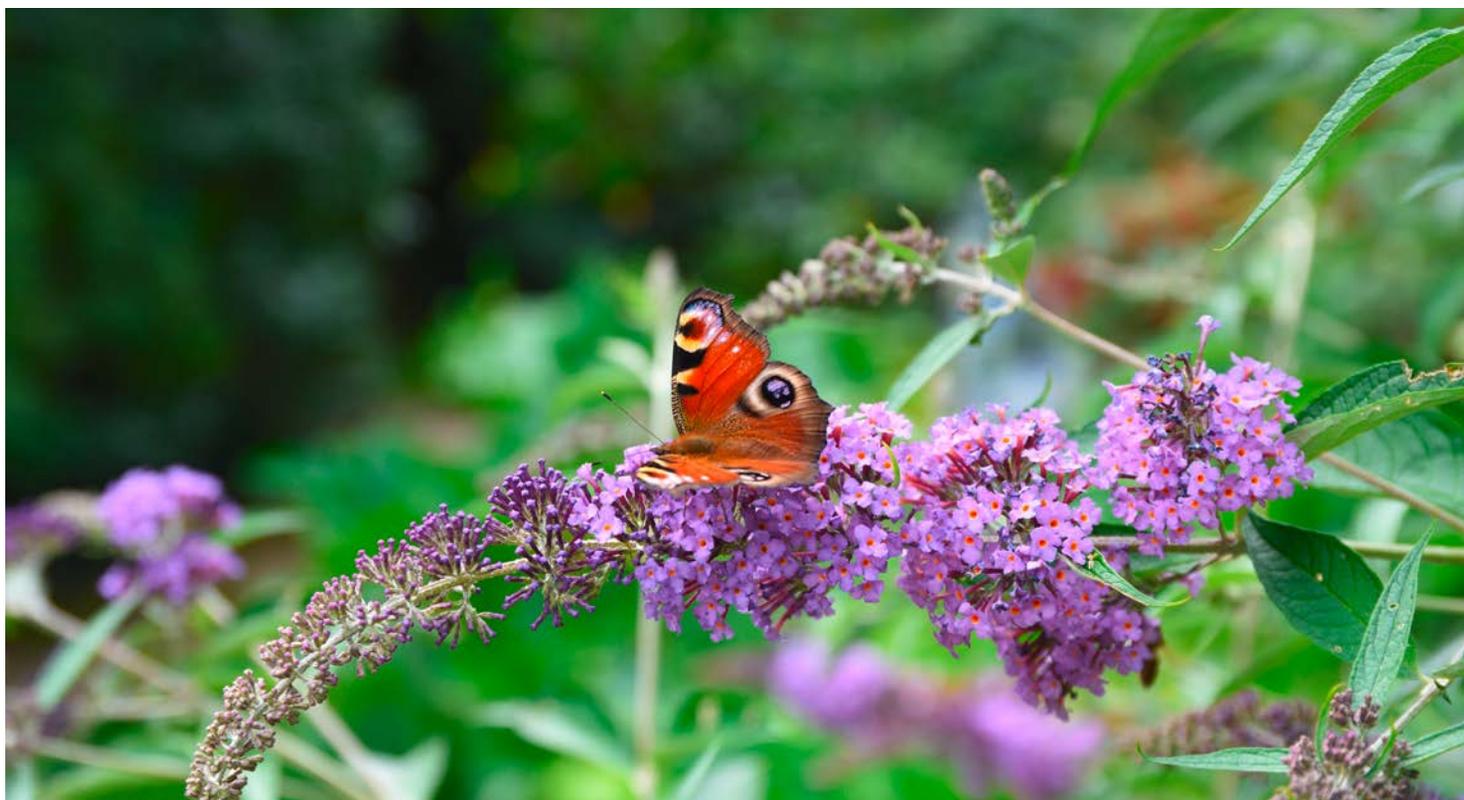


Mitsubishi Eclipse Cross



www.garageduvernay.ch

Flore invasive et changement climatique



ÉCOLOGIE

Lutter contre les plantes néophytes envahissantes est aujourd'hui une tâche qui occupe nos forestiers comme nos agents de voirie. Toutefois, la cause semble déjà perdue d'avance. Éclairage avec Maxime Schumacher, forestier, membre de la direction du Groupement forestier de la Serine (AGFORS).

Une néophyte est une plante provenant généralement d'un autre continent. Certaines sont capables de se répandre massivement aux dépens des espèces locales. Depuis plusieurs années, les directives de l'Etat visent à éliminer ces plantes dites invasives telle la laurèle, ou laurier-cerise, une des plantes les plus utilisées en Suisse pour les haies, plébiscitée pour son beau feuillage vert luisant et persistant. Pourtant, comme le buddleia (photo), le robinier (le faux acacia) ou encore l'impatiens asiatique, ces espèces sont toujours vendues en jardinerie.

«Avec le changement climatique et cette

année de sécheresse en figure de proue, la nature n'a d'autre choix que de s'adapter et notre gestion de l'environnement dans son ensemble avec elle. Malgré de gros efforts, on voit certaines espèces locales disparaître progressivement comme les frênes alors que le robinier prospère. Il est si vaillant qu'il faudra bientôt abdiquer et trouver d'autres solutions. Sa croissance est rapide et son bois dur, des atouts pour son éventuelle exploitation».

Faute de moyens suffisants ou de techniques efficaces pour toutes ces espèces invasives, leur éradication est devenue impossible à large échelle, et même localement pour celles qui sont bien implantées. En revanche, des mesures de gestion appropriées suffisent du moins à stabiliser les effectifs.

Certaines invasives semblent plus propices à la survie de la biodiversité comme le buddleia, dont la migration naturelle s'observe dans la vallée du Rhône, qui offre de nombreuses fleurs aux butineurs en manque de prairies comme le papillon azuré de l'esparcette ou le

paon-du-jour (photo), des espèces protégées en Suisse. D'autres néophytes ressortent plus d'une question de santé publique étant allergènes, urticantes ou toxiques pour les hommes et les animaux tels l'ambrosie, la berce du Caucase ou le séneçon du Cap. «Pour s'occuper de ces espèces il faut absolument porter un masque, des gants et des habits à longues manches et les arracher plutôt que de les couper au sécateur car un éclat de tige d'un centimètre de long touchant le sol peut mettre des racines et donner une nouvelle plante. Pour la même raison, on les apportera au compost de la déchetterie, en veillant à ce qu'elle les accepte ou sinon de les envoyer dans des compostières appropriées, dont la bonne fermentation empêche les graines encore présentes de germer».

Alexandra Budde

Plus d'infos sur www.vd.ch/themes/environnement/biodiversite-et-paysage/especes-exotiques-envahissantes

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

chateaudeluins.ch

LOCATION D'ESPACES
POUR VOS ÉVÈNEMENTS

Domaine viticole

Tous les mardis, pain au feu de bois,
avec apéro de 17h à 19h30

Ouvert: lundi, mardi, jeudi et vendredi de 8h à 17h - Fermé le mercredi

LB vin promotion - Laurent Baechtold
1184 Luins - Tél. +41 78 600 84 30 - contact@chateaudeluins.ch

Couple et violence

CULTURE

En Suisse, une femme est tuée par son mari, son partenaire ou son ex-compagnon toutes les deux semaines, d'après l'Office fédéral de la statistique (OFS). Et chaque semaine, une femme survit à une tentative de féminicide. Créée par la compagnie de la Marelle au Théâtre de poche le Bateau-Lune à Cheseaux-sur-Lausanne, la pièce « Silence, on frappe! » de Jean Nagel aborde un grave sujet de société, toujours tabou, celui des violences conjugales. A voir à la salle communale de Vich le samedi 3 décembre à 18h.

Dans le salon-lavoir où règne Lucia, la Sicilienne au franc-parler, on lave son linge, mais pas seulement. On y rit aussi, on y pleure parfois, en somme, on y vit. C'est sur le ton de l'humour que Jean Nagel (alias Jean Chollet)

a choisi de parler de la violence domestique. Dans cette pièce mise en scène par son auteur, les comédiennes Nathalie Pfeiffer, Giliane Bussy et Anna Krenger (photo ci-contre) incarnent des femmes d'âges différents que les difficultés de couple vont rassembler. Au fil de leurs rencontres au lavomatique, une amitié se crée et avec elle, l'envie de s'entraider quand la vie devient difficile. Pourtant, un drame fera les gros titres de la presse locale quelques semaines plus tard.

Briser le silence

Cette pièce prend place dans un programme élargi imaginé par le groupe interéglises réunissant les différentes confessions chrétiennes présentes dans la ville de Gland (catholique, protestante, évangéliques: Arc-en-ciel, Gospel Center, @home (une église de maison) et adventiste de la Lignière). « Créé au début des années 1990, ce groupe a pour but

d'établir des liens entre les différentes sensibilités chrétiennes présentes dans la ville, de manière à mieux se connaître, mieux se respecter, et, par conséquent, mieux vivre ensemble » explique Isabelle Crausaz, cheffe de chœur à l'église Arc-en-ciel.

Après la pièce et un apéritif dinatoire, le Dr Raphaël Stauffacher de l'hôpital de Fribourg donnera une conférence intitulée "Violence domestique en Suisse romande: le point de vue du médecin-traitant", suivie d'un temps questions-réponses. Puis Christel Chappatte, fondatrice de l'Association "Au-delà des masques" témoignera des victimes de manipulateurs et des pervers narcissiques qui font appel à elle depuis 2016. Pour clore cette soirée, trois représentants de la police cantonale vaudoise de l'arrondissement La Côte parleront prévention, notamment de conseils pratiques pour sortir de cette violence. « La violence domestique est un sujet encore trop tabou qui doit être diffusé au-delà des églises. Osons en parler! » conclut Isabelle Crausaz.

Alexandra Budde



DR

Numéros d'urgence (24h/24h)

117 Police secours
144 Urgences médicales
143 La Main Tendue

Sites Internet

www.vd.ch/violence-domestique
www.violencequefaire.ch
www.comeva.ch
www.143.ch
www.vd.ch/mariage-si-je-veux

Pour aider les personnes auteures

Centre de l'Ale: 021 321 24 00
www.prevention-ale.ch



Plus d'info: Libre participation aux frais de l'événement. Groupe interéglises de Gland 076 421 97 89
www.intereglises.ch



Marco Araujo

Plâtrerie Peinture

Rte Cité - Ouest 11
1196 Gland
+41 792995053

araujo-marco@hotmail.com
www.marcoaraujo.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

RAIFFEISEN



Christophe Meylan
Responsable conseil
clientèle entreprises

Accélérer l'activité de sa PME grâce au leasing

Une entreprise suisse sur trois utilise le leasing pour ses biens d'investissement. Pourquoi ce système de financement est-il intéressant pour les PME, en particulier durant les périodes incertaines?

«Utiliser plutôt que sortir des liquidités»: grâce au leasing, les PME peuvent acquérir des biens d'investissement, comme des machines, des lignes de production ou des véhicules, sans pour autant devoir immobiliser trop de liquidités. Un moyen économique et pratique pour bénéficier rapidement des outils nécessaires au développement de leur activité.

Leasing de biens d'investissement

Dans ce modèle de leasing, la banque achète l'objet en question et le met à disposition de l'entreprise cliente pour une utilisation pendant la durée du contrat. L'entreprise verse alors des redevances, en lieu et place d'un montant unique qu'elle aurait dû sortir pour un achat à son compte. Au travers des modèles de redevance progressifs ou individualisés, le montant des versements peut varier pendant

la durée du contrat pour correspondre au mieux à l'activité commerciale. Par exemple, une société active dans le tourisme ne paiera ses redevances que lors de la haute saison, respectivement quand ses revenus le permettent. Ainsi, les PME qui souhaitent s'équiper avec les dernières technologies du marché n'ont plus à choisir entre prix bas et qualité: elles peuvent acquérir l'équipement qui répond le mieux à leurs besoins.

Être accompagné par le bon partenaire

Etant elle-même une PME, qui de mieux que la Banque Raiffeisen de Gimel pour vous accompagner dans vos projets entrepreneuriaux? Nos conseillères et conseillers se tiennent volontiers à votre disposition pour discuter de vos besoins et établir une offre de leasing sur mesure, avec des conditions équitables et flexibles.

www.raiffeisen.ch/leasing

Intéressé-e par un leasing? Contactez-nous et discutez de vos besoins avec nos conseillers.

Banque Raiffeisen de Gimel

Avenue du Mont-Blanc 4
1196 Gland
Tél. 021 821 88 88
gimel@raiffeisen.ch
www.raiffeisen.ch/gimel

SCHILLIGER À GLAND

Ouvert tous les dimanches

du 6 novembre au 11 décembre 2022

Cultivons l'inspiration

JARDINERIE · PLANTES · MOBILIER · DÉCORATION
ÉPICERIE FINE · ANIMALERIE

www.schilliger.com

Jardins de Jim

VOTRE PAYSAGISTE
Rue du Borgeaud 18 · 1196 GLAND · 079 560 76 96
Jardinsdejim.ch · james@jardinsdejim.ch

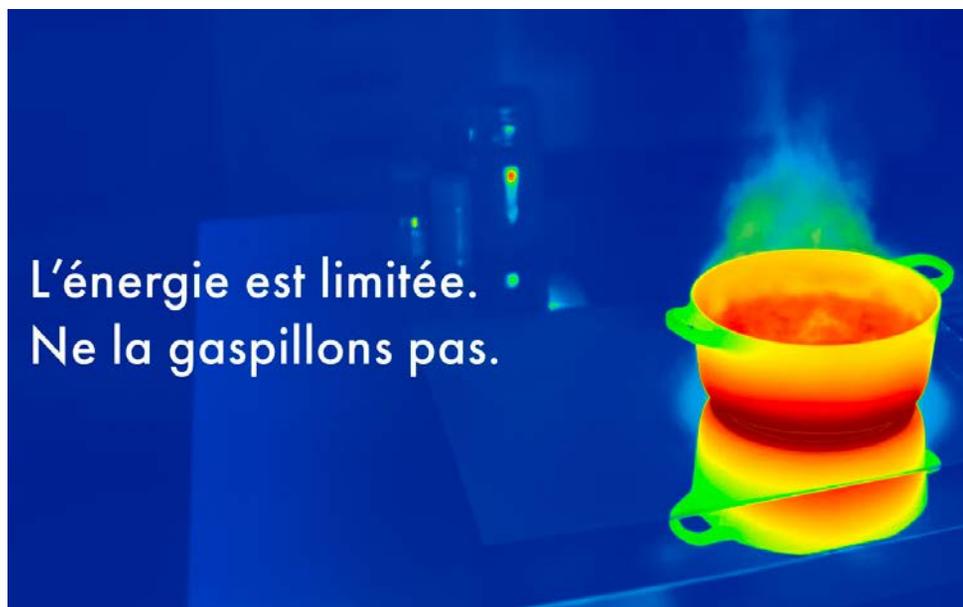
PARO OPTIC

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*

Gérer l'énergie au quotidien



ÉNERGIE

La campagne d'économie d'énergie amorcée le 31 août 2022 par l'État a pour objectif d'encourager une participation la plus large possible afin que la Suisse ne se retrouve pas un jour dans une situation de pénurie. Et puis, économiser de l'énergie, c'est réduire un peu sa consommation journalière sans pour autant perdre en qualité de vie, et surtout, épargner soi-même de l'argent.

«L'énergie est limitée. Ne la gaspillons pas». Ce slogan lancé par le Conseil fédéral en dit long sur la prise de conscience qui s'effectue aujourd'hui quant au lien qui unit économie et écologie. Rappelons qu'en Suisse, 60% de l'électricité vient de l'eau et que quand

elle vient à manquer, comme cet été, cela entraîne inmanquablement des répercussions sur sa production. D'où l'urgence pour la Suisse de trouver le moyen de renforcer la sécurité de son approvisionnement à long terme en se tournant vers une énergie renouvelable et locale, comme l'ont déjà fait l'Autriche et les pays Baltes en misant sur l'éolien pour se passer du gaz et du pétrole.

Dans cet appel à la sobriété énergétique, l'État donne quelques conseils simples et pratiques notamment concernant le quotidien. Il est recommandé de ne chauffer son intérieur qu'à 19 degrés, d'autant que la température des pièces ne devrait jamais dépasser les 20. En la réduisant de 1 °C, vous économisez jusqu'à 10% d'énergie de chauffage. Un geste important, éteindre complètement les

objets en veille comme l'ordinateur, la télévision, la brosse à dents électrique, le chargeur de téléphone ou la machine à café, ainsi que toutes lumières inutiles.

Cuisiner avec un couvercle sur les casseroles en adaptent la taille à la quantité d'aliments retient l'énergie qui s'évapore et accélère la cuisson. Pour le four, optez pour la chaleur tournante plutôt que pour la chaleur supérieure et inférieure, éteignez le four cinq minutes avant la fin de la cuisson pour profiter de la chaleur résiduelle, et en renonçant au préchauffage, vous économiserez encore 20% d'énergie.

Côté réfrigérateur, l'idéal est de le programmer à 7 °C; -18 °C suffit pour votre congélateur. Lorsque des aliments sont chauds, attendez qu'ils aient refroidi avant de les mettre au réfrigérateur ou au congélateur. Placer au réfrigérateur les aliments en cours de décongélation contribue aussi à en refroidir l'intérieur.

Il est également préconisé de privilégier les douches aux bains, d'opter pour la mobilité douce, les transports en commun et les courtes distances à pied ou à vélo, et de préférer une conduite économique de sa voiture, mais aussi d'entretenir chauffage, chauffe-eau, comme de purger régulièrement ses radiateurs ou d'ajuster son système de ventilation aux heures de présence.

Alexandra Budde

+

Pour en savoir plus, www.stop-gaspillage.ch et www.suisseenergie.ch

VITESSE
MAX+TV*

49.- CHF
AU LIEU DE
97.-/MOIS*

**INTERNET + TV
MÈNENT LA DANSE.**

* Offre soumise à conditions.
Modalités de l'offre sous seicglad.ch/combo/

Distribué par
 seic
seicglad.ch | 022 364 31 31

Pesto automnal courge et herbes aromatiques

GASTRONOMIE

Voilà, l'automne est déjà bien installé avec les jours qui raccourcissent, les températures qui fraîchissent et le retour de la pluie. Il est grand temps d'enfiler nos gros pulls en laine et nos bottes de pluie afin de partir à la récolte des champignons, châtaignes et courges.



Coloré et chaleureux, l'automne est une magnifique saison, tout particulièrement pour les gourmands, alors profitons-en, ressortons nos tabliers de cuisine et nos casseroles.

C'est aussi le dernier moment pour récolter les herbes aromatiques, particulièrement sensibles au froid. Séchez-les ou congelez-les afin d'en profiter tout l'hiver. Leurs bienfaits ne sont pas que gustatifs mais elles possèdent également des vertus médicinales très intéressantes.

Le basilic riche en magnésium entre autres peut aider en cas de troubles digestifs tels que ballonnements ou nausées mais aussi en cas de « coup de mou » fréquent à cette saison. Il contribue aussi à baisser le taux de cholestérol dans le sang et la pression artérielle.

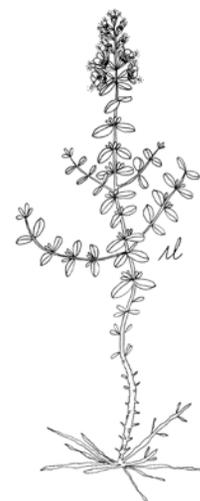
Quant au thym avec ses jolies petites fleurs violettes, il contient des antioxydants ainsi que du fer, calcium, vitamines K ou encore C. Il est donc un précieux allié lors d'affections respiratoires telles que rhume, bronchite et toux.

Nous vous proposons donc une recette de pesto automnal courge et herbes aromatiques.

Noélie & Sybille Lecoanet
info@heidyge.ch

Ingrédients

- 300g de courge râpée
- 40g d'amandes effilées ou autres (pignons, noix, etc)
- 30g de parmesan râpé
- une poignée d'herbes aromatiques: basilic, thym, ou autres
- huile d'olive
- sel et poivre



- Râpez grossièrement le morceau de courge, ajoutez un petit peu d'huile d'olive, salez et poivrez puis mélangez le tout.
- Mettez à cuire sur une plaque recouverte de papier sulfurisé à 200 degrés pendant environ 20 minutes.
- Laissez refroidir.
- Ajoutez les amandes effilées, le parmesan, les herbes aromatiques grossièrement coupées.
- Mixez le tout selon votre goût et assaisonnez.
- Ajoutez un peu d'huile d'olive si votre pesto est trop compact et transférez-le dans un pot.

A déguster avec des pâtes, du riz, ou en apéro sur une tartine de pain grillé parsemé de quelques graines de courge ou encore en crostini en accompagnement d'une soupe aux champignons. Un vrai délice aux couleurs de saison !



Acquérir son logement avec la Mobilière. Découvrez notre solution globale.

Sylvain Solliard, Responsable prévoyance et hypothèques
T 021 804 50 44, sylvain.solliard@mobiliere.ch

Agence générale de la Côte
Carlo Fracheboud
Avenue Viollier 8, 1260 Nyon
mobiliere.ch/de-la-cote

la Mobilière

BIBLIOTHÈQUE

Le nouveau site web
est en ligne !

\\ 11

FORUM NOUVELLE ÉCONOMIE

Découvrez les tendances de demain
en avant-première !

\\ 11



Édito

**UNE ADMINISTRATION OUVERTE,
TRANSPARENTÉ ET INTERACTIVE //**

Cette fois, nous y voilà: après plusieurs années de réflexion, de recherche et de préparation, la Municipalité est fière de vous dévoiler la démarche Smart City, littéralement «ville intelligente», à Gland. Ce tournant s'opère dans beaucoup de villes en Suisse et il nous tient à cœur de participer à cet élan et d'offrir cette opportunité à notre population.

En se lançant dans la démarche en 2019, la Municipalité avait deux certitudes: elle souhaitait

Les News communales #146

// rédacteur responsable: J. Herger // responsable édition: C. Girod // contact: gland.ch - site@gland.ch

donner à sa population un accès simplifié à l'information et à l'actualité de la Ville, tout en lui permettant de s'exprimer et de donner son avis sur cette actualité. Le site web smartcity.gland.ch représente à cet effet un moyen très direct de savoir ce qui se trame dans les bureaux de l'Administration: la plateforme recense tous les projets «smart» sur lesquels nous travaillons et intègre pour chacun d'entre eux un questionnaire pour recueillir vos impressions et nous permettre d'évaluer le chemin à suivre. Cette interaction est pour nous précieuse: elle démontre l'ouverture et la transparence de l'Administration, et sa réciprocité rend la démarche d'autant plus dynamique.

Il est toutefois important de préciser que le projet Smart City ne fait pas la politique de la Ville: il s'agit plutôt d'une première analyse pour l'exécutif. Nous y voyons une réelle plus-value pour nos habitantes et habitants, qui disposent désormais de plusieurs leviers pour communiquer, échanger et participer à la vie citoyenne. En outre, au-delà d'un site web, le projet Smart City englobe

également la mise en place d'une Ville au service de la population, dont l'accès à l'information n'aura pas uniquement lieu sur internet mais aussi par exemple grâce à des panneaux interactifs, déjà prévus dans les écoles et certains lieux publics.

Ces dispositions ne remplacent évidemment pas le contact humain: nous allons rencontrer et accompagner toute la population dans cette démarche, qui n'exclut bien sûr pas d'autres formes de réunion entre la Ville et ses habitants à l'avenir.

Enfin, la tenue l'année prochaine du Congrès national Smart City à Gland représentera une magnifique opportunité d'ouvrir nos portes et de partager notre expérience avec toute la Suisse, pour faire connaître et rayonner notre Ville au-delà de notre région!

*Christine Girod, Syndic
Administration générale, Ressources
humaines et Relations publiques*

Participez à la définition de la Smart City à Gland

GRANDS PROJETS // Lancée en 2019 à la suite d'une motion adressée à la Municipalité, la démarche Smart City implémentée à Gland permet de penser la Ville de manière plus astucieuse. Découvrez notre nouveau site web smartcity.gland.ch et faites-nous part de vos impressions grâce à notre sondage en ligne!



En devenant une «ville intelligente», la Ville de Gland souhaite prendre le tournant vers une ville innovante, réfléchie dans sa globalité, plus durable et plus inclusive, dans l'intérêt et le bien-être de tous ses citoyennes et citoyens. Cette notion d'intelligence est perçue dans son ensemble et n'est pas le seul apanage des nouvelles technologies: un service peut être qualifié de «smart» sans pour autant inclure d'aspects technologiques.

L'HUMAIN AU CENTRE

La Ville met un point d'honneur à placer l'humain au centre de sa démarche, puisque Gland n'est pas une mégalopole où tout le monde est connecté mais une ville de 13'500 habitants située en pleine nature, où les interactions humaines sont essentielles. Le bien-être de la

population est au cœur de toute réflexion, dans le but d'améliorer sa qualité de vie et de répondre à ses besoins réels.

Notre nouveau site web smartcity.gland.ch constitue ainsi un véritable laboratoire d'idées sur lequel vous pouvez trouver des informations sur notre démarche et de nombreux projets aboutis ou en cours de réalisation, de même que des idées de services «smart» sur lesquelles vous pouvez donner votre avis grâce à des mini-questionnaires.

AIDEZ-NOUS À CRÉER LA VILLE DE DEMAIN

Smart City représente un projet participatif en soi et la volonté de placer l'humain au centre des intérêts de la Ville commence ici: vous trouverez sur le site web un sondage général qui recueille vos priorités, votre perception de la Ville et de ce qu'est pour vous une «ville intelligente». Nous vous encourageons vivement à y participer: cela nous permettra de connaître vos besoins et attentes quant au futur de Gland et à la définition de la Smart City.

Dans une démarche inclusive, un point d'accueil sera installé au rez-de-chaussée du bâtiment communal de la Grand'Rue 38 pour permettre à celles et ceux qui ne pourraient pas remplir le sondage chez eux de le faire sur place, et à l'Administration communale de répondre à vos éventuelles questions. N'hésitez pas à venir nous voir, nous vous accueillerons avec grand plaisir!

**GLAND HÔTESSE DU PROCHAIN CONGRÈS
NATIONAL SMART CITY**

Après avoir participé à l'édition de 2021 à Lucerne, la Ville de Gland a plaisir d'annoncer qu'elle sera l'hôtesse du huitième Congrès national Smart City qui aura lieu le 1er juin 2023! L'occasion de présenter le travail réalisé avec l'ensemble de l'Administration communale et l'appui de ses citoyennes et citoyens.

+ Répondez à notre sondage
sur smartcity.gland.ch



Ne gaspillons pas l'énergie !

ÉCONOMIES D'ÉNERGIE // La situation géopolitique entraîne des incertitudes sur l'approvisionnement en énergie, dont les coûts ont en outre subi des hausses conséquentes. Suivez les conseils de la Confédération pour l'économiser !

LIMITEZ LES CONSOMMATIONS ÉLECTRIQUES DE VOS APPAREILS !

N'oubliez pas d'éteindre votre machine à café, ordinateur et télévision plutôt que de les laisser en veille. Éteignez toujours la lumière en sortant d'une pièce et utilisez des couvercles lorsque vous cuisinez. Remplacez les ampoules par leur équivalent efficace, montez de quelques degrés la température de votre réfrigérateur et dégivrez votre congélateur.

OPTIMISEZ LE CHAUFFAGE !

Adaptez la température à l'usage des pièces : ne chauffez pas une pièce vide et baissez d'un ou deux degrés l'ensemble de vos espaces. Chauffez moins en gardant un pull à la maison et n'encombrez jamais les radiateurs. Finalement, aérez pendant 5 à 10 minutes en ouvrant grand vos fenêtres et fermez le reste du temps.

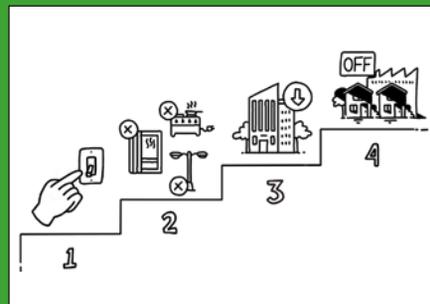
LIMITEZ L'USAGE DE L'EAU CHAUDE !

Préférez les douches aux bains et lavez-vous les mains à l'eau froide plutôt qu'à l'eau chaude. Des brise-jets et des pommeaux de douche économes permettent également de grandes économies. Utilisez le programme éco à basse température de votre machine à laver pour vos vêtements.

ET LES PÉNURIES ?

Depuis des années, le Conseil fédéral anticipe d'éventuelles pénuries d'électricité. OSTRAL est l'organisation pour l'approvisionnement en électricité en cas de crise. Elle dépend de l'Approvisionnement économique du pays (Confédération) et devient active sur son ordre si une pénurie d'électricité survient.

Le plan OSTRAL comprend quatre phases prévoyant respectivement l'appel aux économies d'énergies volontaires, la restriction de consommation en évitant les appareils non-nécessaires, le contingentement des grands consommateurs et finalement le délestage, soit l'arrêt par zone pendant quelques heures.



Les quatre phases du plan OSTRAL en cas de risques de pénurie d'électricité. Source : www.ostral.ch



Point de situation actuel et conseils sur www.stop-gaspillage.ch



Remise des labels Cité de l'énergie Gold et Site 2000 Watts

ÉNERGIE // La Ville recevra deux distinctions pour sa politique énergétique et climatique le 17 novembre en présence de l'humoriste Thomas Wiesel. Réservez vos places !

Cité de l'énergie depuis 2013, Gland se distingue par une politique énergétique et climatique ambitieuse. Après un premier réaudit en 2017, la Ville a dû se soumettre à un second réaudit en 2021 : celui-ci a montré que ses résultats dépassaient les 75% de mise en œuvre des mesures Cité de l'énergie, lui permettant d'obtenir la distinction Gold ! De plus, le site Gare Sud a obtenu le label Site 2000 Watts – planification, qui récompense les quartiers exemplaires en termes d'efficacité énergétique, d'utilisation des énergies renouvelables, de mobilité et d'aménagement urbain.

La Ville a donc l'immense plaisir de vous convier à la remise de ces deux labels le 17 novembre à la salle communale dès 19h pour célébrer ces distinctions en grande pompe ! Après un verre de l'amitié, l'humoriste Thomas Wiesel nous fera l'honneur de lancer la partie officielle et les festivités dès 19h30.



Gratuit et ouvert à toutes et tous, sur inscription via le QR code



La station de traitement du Montant fête ses 20 ans

EAU // Pour marquer les 20 ans de la mise en service de la station du Montant, principale source d'approvisionnement en eau potable de la ville, l'Entente intercommunale composée des communes de Gland, d'Arzier-Le Muids et de Genolier a retracé le 2 septembre dernier son histoire et dévoilé sa nouvelle identité : eaudici.

eaudici

Ressource et approvisionnement en eau potable

Porteur d'un nouvel élan, eaudici symbolise l'exploitation des eaux d'une région qui s'élargira prochainement à l'exploitation de la nappe de la Cézille. Ce projet phare permettra de jouer à long terme le rôle de ressource en eau et ainsi de garantir la sécurité d'exploitation des réseaux de distribution d'eau potable et de défense incendie des trois communes.

À l'heure où de nombreux défis sont à relever pour faire face aux impacts du changement climatique sur les ressources hydriques ainsi que sur les écosystèmes du lac et des sources environnantes, eaudici permet d'entrevoir les possibilités d'interconnecter les différents réseaux de distribution pour répondre aux besoins de la population du bassin versant.

Graphiquement, le « d » du logo englobe trois vagues représentant la pluie, la source du Montant et la nappe phréatique de la Cézille. La touche de vert, synonyme d'équilibre et de prospérité, rappelle le respect à l'environnement naturel et l'importance que l'Entente accorde à ce dernier.

Une exposition retraçant l'histoire de la source, de la station de traitement du Montant, de l'Entente, du projet d'exploitation de la nappe de la Cézille et plus généralement des enjeux liés à l'eau a été présentée lors de la commémoration. Celle-ci sera prochainement diffusée au grand public !



Une courte vidéo et plus d'infos sur www.gland.ch/eaudici

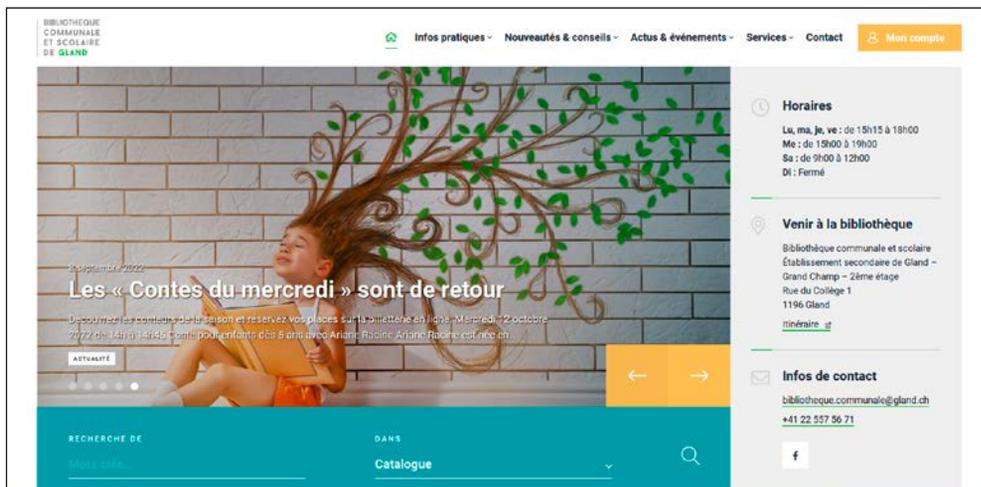


biblio.gland.ch : le nouveau site web de la bibliothèque !

DIGITAL // Le nouveau site web de la bibliothèque communale et scolaire de Gland biblio.gland.ch est en ligne ! Découvrez la plateforme et donnez votre avis en participant à une enquête en ligne.

Pour obtenir des renseignements sur les horaires ou vos emprunts, découvrir les nouveautés et les coups de cœur de l'équipe, ou encore vous tenir informés de l'actualité et des événements de la bibliothèque, désormais une seule adresse : biblio.gland.ch !

Ce nouveau site web est le fruit du travail de Marianne Cheneval, étudiante de la Haute école de gestion de Genève mandatée dans le cadre de son travail de Bachelor pour mettre en place une plateforme qui réponde aux besoins des utilisateurs. Pour ce faire, elle a mené une enquête en ligne et organisé des entretiens à la fois auprès de personnes qui fréquentent et ne fréquentent pas la bibliothèque. Les réponses lui ont permis de concevoir une architecture en collaboration avec l'équipe, avant de créer deux maquettes



et de les faire tester pour mettre la meilleure en ligne !

Le résultat : un site web intuitif et coloré, qui reflète la volonté de la bibliothèque de devenir un véritable tiers-lieu pour la population glandoise.

Nous vous encourageons vivement à le parcourir et à participer à l'enquête de satisfaction pour donner votre avis !



Les tendances de demain en avant-première

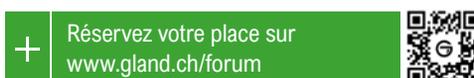
ÉCONOMIE // La deuxième édition du Forum Nouvelle Économie – À la recherche des solutions de demain, gratuite et ouverte à tous les représentants de l'économie locale au sens large, se déroulera le mercredi 9 novembre dès 16h au Théâtre de Grand-Champ. Venez échanger avec celles et ceux qui contribuent au dynamisme de la Ville et de sa région et découvrez les lauréats du Prix Nouvelle Économie !

Le Forum Nouvelle Économie et son nouveau format «À la recherche des solutions de demain» a fait ses preuves en 2021 en attirant 250 spectateurs dont une vingtaine d'exposants illustrant la diversité de l'économie de la région. Avec ses intervenants triés sur le volet, l'événement a pour ambition d'anticiper les tendances de demain et d'identifier les grands virages à prendre. L'année dernière, l'ingénieur Marc Muller nous alertait sur les conséquences du retard de la transition énergétique que nous observons aujourd'hui, tandis que Vivent, une start-up glandoise, se faisait connaître grâce à une technologie permettant de rendre l'agriculture plus durable et récompensée par le Prix à l'innovation 2022 de la Région de Nyon.

Cette année, la manifestation animée par le journaliste Jonas Schneider promet à nouveau un débat dynamique et sans détour. Les entreprises locales vous accueilleront sur leurs stands dès 16h, puis laisseront place aux présentations des intervenants. Les lauréats de la troisième édition du Prix Nouvelle Économie



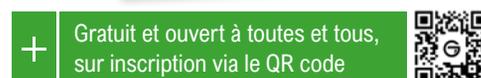
seront ensuite annoncés, avant de terminer la soirée par un cocktail dînatoire pour échanger et accompagner la réflexion collective sur une économie locale, inclusive et orientée vers des solutions soutenables à long terme !



Une projection pour l'intégration

CINÉMA // La commission d'intégration vous convie à une projection du film «Le Havre» d'Aki Kaurismäki le vendredi 25 novembre au Théâtre de Grand-Champ !

Rendez-vous à 19h pour suivre l'histoire de Marcel, ex-écrivain et bohème renommé, qui s'est exilé volontairement dans la ville portuaire du Havre pour être cireur de chaussures. Alors que sa femme Arletty tombe gravement malade et doit s'aliter, le destin met brusquement sur son chemin un enfant immigré originaire d'Afrique noire, sur qui se resserre l'étau de la police. La projection sera suivie d'un apéritif.





BOUGE & SORS À GLAND

BOUGE

Inauguration de la patinoire

4 novembre

À vos agendas, la patinoire revient à Grand-Champ le vendredi 4 novembre! La raclette et le vin chaud seront offerts, nous vous attendons nombreuses et nombreux!

Fondue sur tonneau et silent disco à la patinoire

18 novembre

Après le succès de la première édition, venez à nouveau déguster une fondue entre amis autour d'un tonneau à la patinoire. Sur la glace, ce sera silent disco!

Dimanche sportif pour les enfants

20 novembre

Informations et inscriptions sur www.gland.ch/bouge

La psychologie au service de la performance optimale chez les jeunes sportifs et les sportifs d'élite

20 novembre

Comment le bien-être psychique et la santé mentale peuvent-ils se conjuguer avec l'envie du dépassement de soi et la recherche de l'excellence, que ce soit au niveau des sports individuels ou collectifs, dans un cadre compétitif ou de loisirs? Conférence donnée par le Dr. Mattia Piffaretti à Grand-Champ.

Informations et inscriptions sur www.gland.ch/bouge

Première diffusion de la Coupe du monde de football 2022 à la patinoire

25 novembre

Venez vivre avec nous le début de la compétition dans notre fan zone installée à la patinoire avec couvertures, restauration et bar!



+ Informations et inscriptions pour la patinoire sur www.gland.ch/patinoire



+ Programme sportif détaillé sur www.gland.ch/bouge



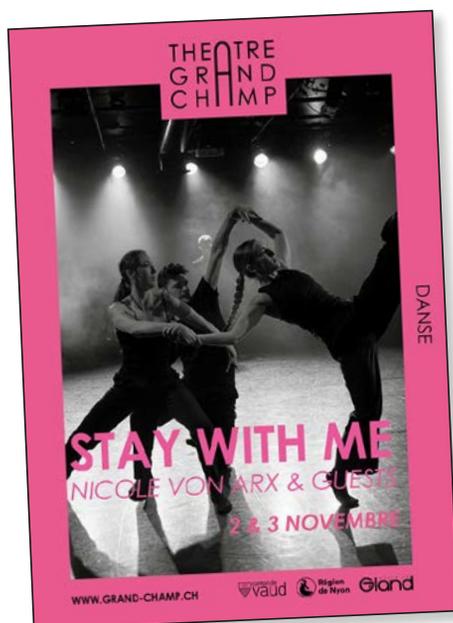
SORS

Au Théâtre de Grand-Champ

Stay With Me

Mercredi 2 et jeudi 3 novembre à 20h

Nicole Von Arx & Guests – Dès 12 ans
Lauréate du prix Arts de la scène 2020 du Théâtre de Grand-Champ, Nicole Von Arx, chorégraphe et danseuse glandoise installée à New York, présente son spectacle Stay With Me. La pièce explore les relations humaines: comment se reconnecter aux autres et renouer avec le présent?



Tea time

Dimanche 6 novembre de 15h30 à 17h

Nouveau! Venez déguster un vrai tea time à l'anglaise concocté par Pâtachou.

Marie-Claude Chappuis & Friends

Dimanche 6 novembre à 17h

Un moment musical au cœur des Alpes! Pour ses 20 ans de scène, Marie-Claude Chappuis s'entoure d'amis musiciens pour revisiter les chants populaires suisses.

Sim's

Jeudi 17 novembre à 18h30

Le rap est à l'honneur pour ce nouvel afterwork! Sim's vient nous présenter son dernier album «Le cœur des autres», qui dépeint à merveille notre société.

Le Rossignol et l'Empereur

Samedi 19 novembre à 11h et 17h

Cie Frakt' – Dès 5 ans

Une adaptation du conte d'Andersen écrite par Elisa Shua Dusapin pour marionnettes et comédiens. Comment le rossignol a-t-il été libéré de la cage dorée dans laquelle il vivait captif? C'est ce que le grand-père de Meï va lui raconter.

Brunch

Samedi 19 novembre de 12h à 14h

Un délicieux brunch et une rencontre avec les artistes du jour vous attendent dans le foyer du Théâtre!

Ma cuisine intérieure

Jeudi 24 novembre à 20h

Brigitte Rosset – Tout public

Brigitte Rosset nous livre sa nouvelle expérience de vie avec humour et virtuosité: une semaine de jeûne dans les Alpes de Haute Provence. Un spectacle drôle et fantasque à découvrir de toute urgence!

+ Programme culturel détaillé sur www.grand-champ.ch



À la bibliothèque

Halloween à la bibliothèque

Lundi 31 octobre de 15h30 à 18h

Pour fêter cette journée, les enfants sont attendus pour se faire grimer par Marina Bermudez et, s'ils le souhaitent, se faire prendre en photo! Entrée libre.

Le petit cabinet de lecture

Mardi 1er novembre de 9h à 9h45

au foyer du Théâtre de Grand-Champ

Pour femmes allophones

Transformée en véritable bibliothèque vivante, la comédienne Claudia Dossin emporte les spectatrices dans une lecture à voix haute pleine de surprises, à partir des livres du fond Facile à lire de la bibliothèque communale de Gland! Entrée libre.

La nuit du conte

Vendredi 11 novembre de 20h à 21h pour les contes et de 21h à 22h pour la lecture libre avec lampe de poche

Dès 6 ans, sur inscription

Des contes punchy par Fausto Borghini sur le thème des métamorphoses, suivis d'une lecture libre. Apportez votre lampe de poche!



+ Programme complet de la bibliothèque sur biblio.gland.ch



LES BRÈVES

BOURSES D'AIDE À LA CRÉATION

Pour valoriser les artistes locaux et les aider dans la concrétisation de leurs projets, la Ville relance sa campagne de bourses de soutien initiée en 2020 et octroie deux bourses d'un montant de CHF 5'000.- chacune. Déposez votre dossier jusqu'au 31 octobre!



MARCHÉS D'HIVER

Le Marché de Gland est passé en mode hiver! Retrouvez une quinzaine d'exposants tous les mercredis de 16h à 19h sur la place de la Gare et faites le plein de produits frais, locaux et de saison. Deux grands marchés de Noël clôtureront la saison les 14 et 21 décembre dans une ambiance festive, conviviale et chaleureuse!



CAFÉS-CONTACTS

Les cafés-contacts pour femmes non francophones ont repris! Rendez-vous les premiers mardis du mois de 8h30 à 10h au foyer du Théâtre de Grand-Champ pour pratiquer le français et faire de nouvelles rencontres. Prestation gratuite et sans réservation, plus d'informations au 079 123 45 58.

WEEK-END DES ARTISANS

Le week-end des artisans fêtera sa 40ème édition du 11 au 13 novembre à Grand-Champ! Venez à la rencontre de plus de 60 artisanes et artisans de tous horizons et découvrez leur savoir-faire. Restauration sur place, le vendredi de 18h à 21h, le samedi de 10h à 19h et le dimanche de 10h à 17h.

VIVAG dans l'air du temps

Le 5 septembre dernier, 16 membres du groupe de marche de VIVAG se sont retrouvés au Centre sportif En Bord pour une activité qui sortait de l'ordinaire: partir à la conquête du parcours Vita et de ses 15 exercices sous la conduite de Régula, animatrice sportive dont la devise est « bouger pour ne pas rouiller » ! Les exercices ont été adaptés aux capacités de chacune et chacun, tout en privilégiant la mobilité, l'équilibre, le relâchement et parfois la force. Idéal pour se rappeler que notre corps est une belle machine et que tout le monde peut bouger, ce qui fait sens avec le label « Commune en santé » obtenu par la Ville en 2020!



Retrouvez toutes les activités de VIVAG sur www.vivag.ch



Des bonbons ou un sort?

HALLOWEEN // La troisième édition de la fête de l'association Halloween La Côte aura enfin lieu le samedi 29 octobre à Gland!

La consigne de la soirée est simple: rendez-vous dès 17h30 à la place de la Gare en déguisement! Village d'Halloween, animations, concert,

DJs, bar, restauration, tunnel de la peur, tire-pipe et barbe à papa vous attendront pour une soirée placée sous le signe de la fête et de l'épouvante. Les enfants jusqu'à 14 ans pourront également participer, sur inscription, au concours du plus beau costume de la soirée et gagner des prix!



Quine, double quine, carton!

LOTO // Les adeptes du fameux jeu de hasard pourront revenir crier (et gagner!) à la salle polyvalente de Montoly dès le 5 novembre.

Vous souhaitez aider les sociétés locales qui mettent sur pied ces lotos? Venez nombreuses et nombreux pour les soutenir!



Roland Wolf –
rwolf@bluewin.ch ou 078 722 44 45

LOTOS DU COMITÉ DE LA FÊTE CANTONALE DES CHANTEURS VAUDOIS

Samedi 5 novembre à 20h:

loto « Prestige » à 75.-

Dimanche 6 novembre à 13h30:

loto traditionnel

LOTOS DE L'UNION DES SOCIÉTÉS LOCALES

Samedi 12 novembre dès 19h:

loto traditionnel



Dimanche 13 novembre à 14h:

loto « Prestige » à 60.-

Samedi 19 novembre dès 19h:

loto traditionnel

Dimanche 20 novembre dès 13h30:

loto « familles »

Samedi 26 novembre à 20h:

loto « Prestige » à 75.-

Dimanche 27 novembre dès 13h30:

loto « bons »

En décembre 2022 cela fera 35 ans que le Garage du Vernay est installé à Gland



Notre désir de satisfaire nos clients est resté intact, d'ailleurs nous avons été élus à plusieurs reprises numéro 1 du service après-vente Toyota. Nous sommes agent Toyota et Mitsubishi et vendons et réparons également toutes marques. Nos services comprennent aussi bien la mécanique, la climatisation, la carrosserie, les pneumatiques etc.

Depuis peu, nous sommes distributeur officiel de scooters électriques de la marque UGBEST pour Gland - Rolle - Nyon. Ces derniers sont partiellement subventionnés par la commune de Gland.

Avec les soucis d'énergie nous avons décidé de ne plus allumer nos enseignes et allons

poser des panneaux solaires afin d'éviter d'utiliser du courant qui vient des énergies fossiles.

Jean-Daniel et Fabienne Bill se réjouissent de transmettre petit à petit l'entreprise à Michaël Bill et Toni Da Silva qui ont l'énergie de la jeunesse, la volonté d'être à votre écoute et de satisfaire vos désirs.

L'entreprise est aussi formatrice, nous avons actuellement 2 apprentis qui finissent en juillet 2023 et 2 qui ont débuté en août 2022.

Nous voulons aussi remercier infiniment tous ceux qui nous font confiance, c'est VOUS.

Merci beaucoup

Garage du Vernay JDF Bill

Chemin du Vernay 10
1196 Gland
T 022 354 07 07
garage@garageduvernay.ch

Découvrez le showroom de NUSSBAUM TV HIFI à l'occasion des portes ouvertes de novembre

Fabrice Nussbaum n'est pas un simple vendeur de matériel Hi-Fi, c'est avant tout un passionné qui cherche à vous transmettre les plus belles émotions sensorielles avec ses appareils haute-fidélité. Des câbles aux haut-parleurs en passant par les amplificateurs, vous trouverez chez lui des modèles uniques et exclusifs que vous pourrez tester sur place.

Chez NUSSBAUMTV HI FI vous serez accueilli-e dans un lieu de vie configuré comme un Loft. Vous y déambulerez comme chez vous en laissant vos sens s'imprégner de l'ambiance visuelle et acoustique. Si vous préférez prendre votre propre logement comme point de départ, Fabrice se déplace gracieusement chez vous pour vous conseiller au mieux sur le type d'appareils et la meilleure façon de les disposer pour en tirer la quintessence. A l'issue de cette visite, il établit un devis sans engagement.

Dans le cas où des aménagements spécifiques sont nécessaires pour optimiser et valoriser votre installation (éléments encastrés, solutions intégrées au logement, etc.),

Fabrice et son équipe collaborent avec un réseau de partenaires (décorateur d'intérieur, peintre, menuisier etc.). Tout cela, soutenu par un service après-vente de haute qualité.

Venez découvrir son univers dédié au son et à l'image lors des prochaines portes-ouvertes qui auront lieu le jeudi 10 et le vendredi 11 novembre de 16h à 20h ainsi que le samedi 12 novembre de 10h à 14h. Ces journées seront l'occasion de tester en primeur les dernières nouveautés et de bénéficier d'offres spéciales. Un concours et le traditionnel apéritif de bienvenue agrémenteront ce moment d'échanges et de convivialité.

Horaires d'ouverture du showroom

Mardi-Vendredi: 14h à 18h30
Samedi: 10h à 16h
Autres plages horaires sur rdv
Suivez-nous sur Insta et Facebook!



NUSSBAUM TV HI FI

Hifi - TV - Home Cinéma
Marques exclusives
We speak english
Chemin du Lavasson 41
1196 Gland
tél. 022 363 79 79
info@nussbaumtvhifi.ch
www.nussbaumtvhifi.ch

Comment régler un conflit avec intelligence ?

AEGR

La médiation est-elle une nouvelle réponse aux conflits? C'est la question que l'Association Economique de Gland et Région a posée pour ses membres à Ivan Bichsel, médiateur diplômé et assermenté, fondateur de l'entreprise www.opportunité.org, invité à y répondre lors d'une conférence-café le 4 octobre dernier à Grand-Champ (photo ci-contre).



Alors qu'une procédure judiciaire est généralement coûteuse et tend souvent à polariser et à intensifier un problème, la médiation offre une alternative pour aider à rétablir la communication entre des personnes en conflit. «Elles sont invitées à découvrir elles-mêmes, et ensemble, une solution à leur problème puisqu'elles en sont les experts. Presque 70% des cas sont ainsi rapidement résolus à l'amiable, dans le respect des besoins de chacun. Et puis un conflit, c'est aussi une chance, une opportunité de faire mieux.»

La médiation se développe aujourd'hui dans de nombreux espaces de la société tels que l'enseignement, la famille ou le milieu du travail, comme une pratique douce de prise en charge des conflits. Elle répond à des critères précis tels que la confidentialité et l'impartialité. «Le médiateur n'appartient pas à l'Ordre judiciaire. Il n'est ni juge ni arbitre, son rôle n'est pas d'imposer un accord après avoir entendu les deux versions d'un problème, ni à déterminer la culpabilité ou l'innocence, il doit simplement aider les protagonistes en conflit à trouver leur propre solution. Notamment en accordant du temps de parole à chacun et en invitant les parties à la bienveillance et au respect, à parler en je (ce qui est ressenti) et d'éviter l'emploi du tu car c'est bien connu: "le tu tue"».

Le conflit fait partie de la vie et ne dégénère pas forcément en violence. «À la source, il peut y avoir un léger désaccord ou une incompréhension, qui, avec le temps, peut devenir une montagne. Dans 80% des cas, l'origine du conflit est inconsciente et découle de suppositions, d'interprétations, de méconnaissance de Soi et de l'autre. Derrière chaque comportement, il y a un sentiment ou des émotions qui sont exprimés par des besoins. Notre but est de mettre à plat les faits ET les émotions». Le Secrétariat d'Etat à l'économie (SECO) a désigné le stress et le burn-out, mais aussi la monotonie et les atteintes à l'intégrité personnelle (comme le mobbing ou le harcèlement

sexuel par exemple), comme faisant partie des risques psychosociaux (RPS) dangereux pour la santé. «L'employeur est responsable du climat de travail dans son entreprise et à ce titre, il doit prendre toutes les mesures nécessaires afin d'éviter les comportements pouvant générer des RPS. Et si de tels comportements apparaissent, il a l'obligation d'y remédier comme le prévoit la loi et la jurisprudence en la matière, notamment l'article 328 du code des obligations, l'article 6 de la loi sur le travail et l'ordonnance 3 sur la protection de la santé. Il y a un remède à la peur et c'est le courage. L'aurez-vous pour demander la médiation?».

Plus d'info :

<https://www.mediation-ch.org/cms3/fr/association>

<https://www.seco.admin.ch/seco/fr/home/Arbeit/Arbeitsbedingungen/gesundheitschutz-am-arbeitsplatz/Psychosoziale-Risiken-am-Arbeitsplatz.html>

<https://promotionsante.ch/qui-sommes-nous/medias/communiqués-de-presse/article/communiqué-de-presse-job-stress-index-2022.html>



Themes Trading

METTEZ DE LA TECH DANS VOTRE PORTEFEUILLE

Notre certificat « Industrie des semi-conducteurs » (disponible sur la bourse suisse SIX) vous permet de miser sur ce composant essentiel à toutes les nouvelles technologies.

swissquote.com/semiconductor

Certificat
Industrie des
semi-conducteurs

ISIN
CH1181303780

Symbole
CHIPLK

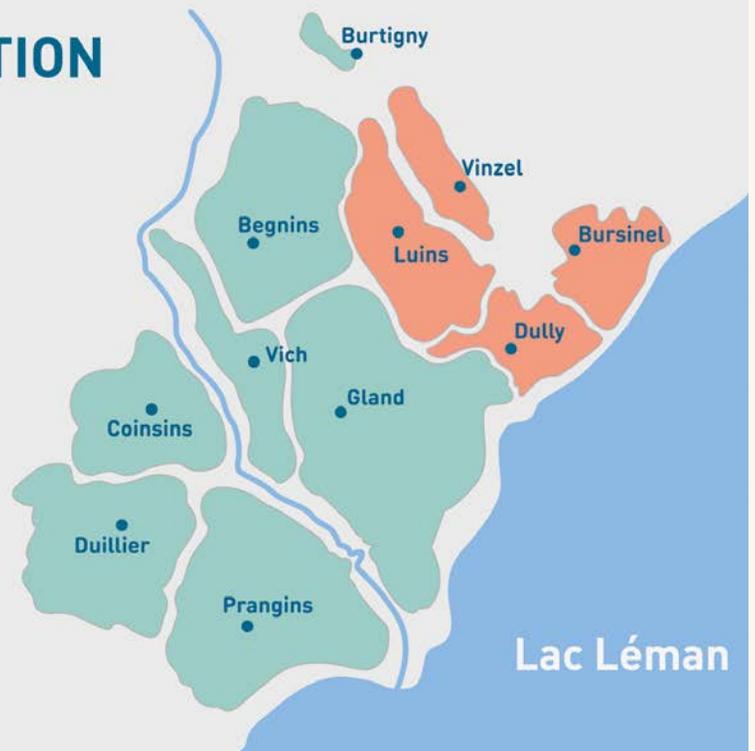
Swissquote

Publicité

Internet ultrarapide à Luins, Vinzel, Dully et Bursinel grâce à la fibre optique !

PLAN DE COMMERCIALISATION DE LA FIBRE OPTIQUE

- Disponible
- Octobre 2022



Après les communes de Gland, Prangins, Begnins, Duillier, Vich, Coinsins et Burtigny reliés entre 2013 et 2019 par SEIC SA, ce sont à présent celles de Luins, Vinzel, Dully et Bursinel qui bénéficient du réseau de fibre optique.

La fibre optique permet de transmettre de gros volumes de données à très grande vitesse. Aussi, l'utilisation de cette technologie jusqu'à chez vous permet des téléchargements très rapides rendant optimal le fonctionnement de vos appareils multimédia, y compris lorsqu'ils sont utilisés simultanément. Vous pouvez donc regarder la TV, surfer sur Internet, téléphoner et jouer en ligne sans perte de performance.

Avec BLI BLA BLO, le meilleur du multimédia!

Pour bénéficier de ces avantages, il suffit de

choisir le COMBO de BLI BLA BLO qui vous convient. Vitesse Internet, style de télévision, téléphonie et d'autres services sont modulables pour une expérience multimédia au plus proche de vos besoins. SEIC entreprendra ensuite à sa charge les travaux pour installer la prise optique dans votre logement et vous fournira un nouveau modem.

Câblage spécifique pour le télétravail

A l'intérieur de votre habitation, le signal multimédia est distribué à travers le câblage existant ou le Wi-Fi ce qui suffit pour un usage domestique. Si toutefois vous utilisez votre connexion pour un emploi professionnel nécessitant le transfert de gros volumes de données, vous aurez peut-être besoin d'un câblage informatique spécifique. N'hésitez pas à contacter nos installateurs spécialisés pour des conseils ou une offre sans engagement.

L'Espace clients toujours à votre service

Les conseillers de l'Espace clients sont à votre disposition pour toute question relative à la fibre optique, aux offres multimédia ou aux autres prestations de SEIC. Profitez aussi de vous y faire conseiller lors de votre prochain achat de téléphone mobile et accessoires.

Vous souhaitez savoir si votre bâtiment est raccordé à la fibre optique?

Rendez-vous sur:

www.seicglad.ch/fibre-optique/ et entrez votre adresse postale dans l'outil d'éligibilité, ou contactez le service Clients: 022 364 31 31 ou à info@seicglad.ch.

SEIC

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



SANTOS

ASSURANCES & CRÉDITS



Gestion sans frais

de vos Assurances et Crédits

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



A votre service depuis 1976

Tél. 022 364 42 10 • Fax 022 364 38 33

Gland/Nyon • www.proma.ch

Helen Gailey veut booster l'USLG

GENS D'ICI

La nouvelle présidente de l'Union des sociétés locales de Gland projette d'entraîner les 64 membres de l'association vers la pointe de l'ère 2.0.

«Personne n'est parfait, seule l'équipe est parfaite.» Helen Gailey, la nouvelle présidente de l'Union des sociétés locales de Gland (USLG), rêve de solidarité entre les 64 membres de l'USLG, de transparence, de formations - utilisation des réseaux sociaux par exemple - de nouvelles idées, de soutien... bref, de moderniser l'association, entre autres par le biais d'un site revisité, actualisé, efficace, permettant à chacun de savoir qui fait quoi. Elle veut aussi créer un calendrier commun; elle imagine d'ailleurs une rubrique régulière dans le Gland Cité.

Gland est très généreuse, constate Helen Gailey: elle offre, gratuitement, salles et matériel aux sociétés locales. Quant à la faitière des associations de la ville, créée en 1954, elle joue un rôle de coordonnatrice; elle «fait tampon» entre autorités et groupes. Cette année, l'USLG, à la demande de la commune, a géré une buvette lors de la Fête Nationale. Le bénéfice a notamment permis l'acquisition de deux frigos qui sont désormais à la disposition des membres de l'Union et de rémunérer les bénévoles. Elle a aussi signé un accord avec Suisa, la coopérative qui gère les droits d'auteurs, pour une licence musique d'ambiance dont chaque membre peut profiter. Quatre commissions - culture, sport, loisirs, social - sont en outre en élaboration.



Personne n'est parfait, seule l'équipe est parfaite.
Helen Gailey

Aujourd'hui, le comité de l'USLG se compose de Helen Gailey, présidente, Josselin Goy, trésorier, et Emmanuel Roy, responsable du site Web. Sont encore à repourvoir les postes de vice-président(e) et de secrétaire.



Helen Gailey et son chat Scotch: «La vie est un voyage perpétuel!»

Sinon, Helen Gailey, bourrée d'énergie créatrice, est une cinquantenaire enthousiaste, joyeuse, mère de trois enfants adultes: Ralph, 23 ans, a passé les premiers tests en vue de la réalisation de son rêve, devenir pilote militaire; Maya, 22 ans, étudie à l'Ecole d'infirmière La Source et Estelle, 20 ans, est étudiante et membre de l'équipe nationale suisse de water-polo (lire le Gland Cité No 142 de février 2022).

Coach en entrepreneuriat

La présidente de l'USLG est fière de ses parents: un père britannique (Irlandais) et une mère espagnole, qui se sont connus à Londres, au Victoria and Albert Museum. Elle est arrivée en Suisse en 2009, après avoir passé vingt ans à Paris et beaucoup voyagé. Coach en entrepreneuriat, Helen Gailey participe aussi au programme «Graine d'entrepreneurs»: elle anime, pour des jeunes de 12 à 18 ans, des camps d'été et d'automne

dans différentes écoles. «Coacher des adolescents m'enrichit», se réjouit la Glandoise qui est également membre fondatrice du Cercle suisse des administratrices (CSDA).

Son énergie, elle la trouve en pratiquant deux à trois fois par semaine du spinning, du vélo en salle, face à des films de parcours filmés partout dans le monde.

Helen Gailey a encore lancé l'association «Good for my Planet» (<https://goodformyplanet.org>); mais aussi l'action Refill en Suisse. Chez Helen Gailey, chacun peut remplir sa gourde d'eau fraîche gratuitement plutôt que d'acheter des bouteilles en plastique (chemin du Vernay 72, box 50, refill.swiss).

Léa Pratt
lea-gc@aegr.ch

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



Institut Jyoti
Ayurvéda – Aromathérapie – Pentanalgie

www.ayurveda-therapies.ch

Sur rendez-vous

Tél. 076 324 17 83

Grand-Rue 30 – 1196 Gland



zélo

Ton supermarché zéro déchet
livré chez toi en vélo cargo!

Plus de 1000 produits de la région
livrés dans des contenants réutilisables.
(pain, viande, fruits et légumes, produits laitiers,
céréales, plats du jour, produits ménagers...)



Scanne-moi:



079 604 99 01

www.zélo.ch

Dully - Gland - Vich - Prangins - Nyon - Lausanne

Un centre de sport et bien-être

Souvent connue pour sa Clinique et son Centre Médical & Thérapeutique, La Lignière abrite également un Centre de Santé ouvert à toute personne souhaitant se remettre en forme ou la conserver!

Des infrastructures complètes

Sauna, piscine chauffée à 32°, jacuzzi ainsi qu'une salle de fitness fraîchement rénovée et équipée de machines de renforcement EGYM entièrement connectée, massothérapie, coaching personnalisé, Pilates privé sur machine, tout est réuni dans un seul et même endroit afin d'offrir un lieu de « mouvement » unique dans la région (parking gratuit).

Les groupes des cours collectifs (50 cours par semaine, Aquabike, Pilates etc.) peuvent être réservés grâce à une application et les groupes sont limités en nombre, afin de permettre une meilleure expérience et une plus grande proximité avec les coachs.

Un accompagnement personnalisé

Dorénavant, tous les utilisateurs sont invités à passer par un Bilan de Santé, permettant une meilleure analyse des objectifs de chacun. Vous êtes ainsi conseillés individuellement sur les activités les plus adaptées.

Offre Spéciale*
Carte 10 Cours
Basics pour

Présentez-vous à
la Réception et
donnez le code

"GLAND2022"

Chf 190.-
au lieu de
Chf 240.-

* Offre valable du 15 octobre au 30 novembre. Réservez uniquement aux habitants de Gland non clients du Centre de Santé. Non cumulable avec d'autres offres. Limité à une carte de 10 cours basics par personne.

VENEZ DÉCOUVRIR NOTRE CENTRE

FITNESS | COURS COLLECTIFS | AQUABIKE
SAUNA | HAMMAM | MASSAGE

Les équipes du Centre de Santé profitent également de relations étroites avec les équipes médicales et thérapeutiques de La Lignière, ce qui leur permet de mieux prendre en charge chaque individu.

Reconnu par Fitness Guide depuis 2022, les prestations peuvent être remboursées par les assurances complémentaires.

Pour tous renseignements

Centre de Santé La Lignière
022 999 64 65
<https://cgs.la-ligniere.ch/>

HOTEL LA BARCAROLLE 8 Le Huit
AU BORD DU SAC LEMAN
LAUSANNE

La carte chasse
Venez déguster
les saveurs
de l'automne

HÔTEL LA BARCAROLLE | RESTAURANT LE HUIT | BEACH BAR
ROUTE DE PROMETHIUX 8 | 1197 PRANGINS | WWW.LABARCAROLLE.CH | 022 365 78 78

LE MARGOT
Restaurant & Pizzeria

SPÉCIALITÉS ITALIENNES
"NOUVEAU À GLAND"
CUISINE FAITE MAISON

OUVERT DU MARDI AU DIMANCHE
DE 08H30 À 23H00
SUR PLACE / À EMPORTER
"PLAT DU JOUR À 19.-CHF"
CENTRE SPORTIF EN BORD, 1196 GLAND
INFO & RÉSA : 022 995 94 90

les
Délices
du traiteur à Gland
Café - Restaurant - Traiteur

Route des Avouillons 30
1196 Gland
Tél. +41 (0)22 366 20 44
Natel +41 (0)79 355 85 38
www.lesdelicesdutraiteur.ch
info@lesdelicesdutraiteur.ch

Hôtel
Restaurant de la Plage

Filets de perches, poissons du lac,
viandes grillées, terrasse

Vue sur le lac
Fermé le lundi et mardi

Ch. de la Falaise, Gland
022 364 10 35

AS Simili

Accessoires auto - Quincaillerie de la Côte - Appareils ménagers

C'est la saison du fromage!
Profitez de nos Actions
Grills et Réchauds!

NOUVEAUX LOCAUX

Ch. de Fontenailles 3 - 1196 Gland - 022 364 32 64 - contact@simili-acc-auto.com - www.simili-acc-auto.com

MEDEVIELLE
KMLC
KRAV MAGA LA CÔTE

Ecole officielle
Self defense
pour adultes
et adolescents

Chemin de la Crétaux 4 - 1196 Gland
www.kravmagalacote.ch - T. 079 315 447 72

Le tea-tree, un épineux star



DR

Aujourd'hui, l'arbre à thé est abondamment cultivé.

BIEN-ÊTRE

L'hydrolat et l'huile essentielle de cet arbre australien sont les rois des pharmacies familiales. Comment les utiliser, avec Valérie Biagini-Dévaud, droguiste et phytothérapeute.

Antibactérien, fongicide, antiviral, stimulant immunitaire, décongestionnant veineux, anti-asthénique... L'arbre à thé (ou tea-tree ou melaleuca alternifolia) tient le haut du pavé en matière de pharmacie familiale. Eau florale ou huile essentielle, il soigne bien des maux, chez les adultes comme chez les enfants. Valérie Biagini-Dévaud, droguiste, phytothérapeute et ancienne responsable

de la droguerie-herboristerie glandoise de Mauverney nous confie quelques recettes :

- Si vos enfants portent des appareils dentaires dont il est souhaitable de parfaire le nettoyage, terminez le brossage des dents avec un bain de bouche à l'hydrolat de tea-tree (une cuiller à café dans un demi-litre d'eau).
- Amateurs de piscines - et utilisateurs de vestiaires sportifs - vaporisez la plante de vos pieds à l'eau florale d'arbre à thé avant et après le sport afin de prévenir les mycoses plantaires.
- Si vos émotions prennent le dessus, si vous manquez de vitalité, n'hésitez pas : une cuiller à soupe d'hydrolat de tea-tree dans un litre d'eau à consommer le jour même.

Vous pouvez aussi utiliser l'huile essentielle (HE) d'arbre à thé, beaucoup plus concentrée que l'hydrolat :

- Une goutte d'HE localement sur un bouton d'acné le séchera.
- Contre les aphtes, les gingivites et les gencives sensibles, déposez une goutte d'HE sur la zone concernée. Une à trois fois par jour pendant 2 à 3 jours.
- Dès les premiers symptômes de grippe ou de refroidissement, étalez une goutte d'HE (immuno-stimulante) le long de votre colonne vertébrale deux à trois fois par jour pendant 2-3 jours.
- Contre les verrues : une goutte d'HE durant un mois. Elles disparaîtront.
- Vous souffrez d'herpès labial ? Mélangez à parts égales des HE de tea-tree, de ravintsara et de niaouli. Ajoutez-y, si vous voulez, de l'huile végétale de rose (cicatrisante). Passez sur les lèvres à l'aide d'un petit flacon roll-on (vendu en pharmacie/droguerie) dès l'apparition des symptômes.

« Ces indications, précise Valérie Biagini-Dévaud, sont destinées aux personnes en bonne santé générale. » N'oubliez pas que les HE sont puissantes, donc à utiliser avec précaution par les enfants, par ceux qui souffrent de maladies chroniques et par les femmes enceintes en particulier. N'hésitez pas à consulter votre pharmacien/droguiste !

Léa Pratt
lea-gc@ae-gr.ch

Petit arbre australien

C'est l'histoire d'un petit épineux aux fleurs rouges ou jaunes originaire des zones marécageuses du nord australien. Il y a des millénaires, les aborigènes connaissaient ses vertus et utilisaient déjà ses feuilles en tisane. Plus près de nous, c'est le capitaine Cook qui l'a découvert lorsqu'il a accosté en Australie, au XVIII^e siècle. En bon Britannique, il a assimilé la tisane locale au « tea » ! D'où le nom évocateur de cet arbre. Huile essentielle et hydrolat ont une odeur de terre boisée légèrement camphrée.

YOUHR Horlogerie

**Réparation
Montres
Pendules**

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

**berger
& fils**
Sanitaire Chauffage Sàrl

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.berger-sanitaire-chauffage.ch



**La Puce à
l'Oreille**

Toilettage pour chiens
www.lapucealoreille.ch
Valérie Bollhalder
ZA En Plannaz 4-1196 GLAND
Tél. 022 364 85 85

**ROGER
GIGANDET
& FILS**

**CARRELAGES
& REVÊTEMENTS
DEPUIS 40 ANS**

CHEMIN DU MOLARD 7 - 1196 Gland
079 436 71 17 - 022 364 14 66
info@gigandetcarrelage.ch

Salon de la bonne table



ÉVÈNEMENT

Les 29 et 30 octobre, à la cantine des fêtes de Gimel, Gigusto surprendra pour la troisième fois

par la diversité des produits artisanaux qu'offrent les différentes régions suisses. Ce salon permet à chacun de découvrir des vins et des spécialités gustatives

d'exception, sélectionnés sur la base de critères factuels tels que les récompenses obtenues.

Plus d'info: www.gigusto.ch

Optic 2000
Une nouvelle vision de la vie

Offerte mais chère à vos yeux.

MONTURE OFFERTE*

* Voir conditions en magasin

Optic 2000 - Gland - Rue du Mauverney 18C, 1196 Gland

CEL SA

CAUDERAY ELECTROTECNIC LEMAN SA

Installation électrique
Installation téléphonique
Réseau informatique
Domotique
Dépannage

info@electricite-cel.ch
www.electricite-cel.ch

Tél. 022 364 14 75
1196 GLAND

iMEDIA SOLUTIONS
WEB & PRINT DESIGN

Création de sites Internet

T+F +41(0)22 361 25 87
info@imediasolutions.ch
www.imediasolutions.ch
Av. du Mont-Blanc 31 - 1196 Gland

Schweizer
Bijoux - Créations - Montres

Bijouterie - Horlogerie
Rue Mauverney 20C
1196 Gland
022 364 51 50
www.bijouterie-schweizer.ch

BSR IMPRIMEURS

Route de Begnins 14 | CH-1196 Gland
T 022 354 09 90 | www.bsrimprimeurs.ch

**CONSEIL
CREATION
IMPRESSION
RELIURE**

clinident groupe
cliniques dentaires suisses
Genève - Nyon - Gland - Lausanne - Vevey

Nyon 022 990 02 02
Rue de la Morâche 4 bis **P** 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 **P** gratuit