









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



www.buchssanitairesa.ch

Solutions.ch

Moyens auxiliaires & paramédicaux
Des solutions adaptées à chaque difficulté!

CONSEILS ET VENTES SUR RENDEZ-VOUS À:

Rte des Avouillons 14 - CH-1196 Gland - T +41 22 362 80 89 - info@aazsolutions.ch

Rte des Avouillons 14 - CH-1196 Gland - T +41 22 362 80 89 - info@aazsolutions.ch

www.aazsolutions.ch



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

bissatfleurs@gmail.com www.bissatfleurs.ch



### **IMPRESSUM**

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:** 10 février 2023

### Remise des publicités:

Délai: 13.01.2023 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



# Encore une année bien remplie



### ÉDITO

Chère lectrice, cher lecteur,

Après un été très chaud et un automne fort agréable, voici venue la saison des fêtes de fin d'année et des sports d'hiver. L'Association Économique de Gland et Région (AEGR) saisit l'occasion pour revenir sur cette année 2022.

L'apéritif du printemps organisé chez Schilliger a donné l'occasion aux nouveaux membres de faire connaître leur activité. Au courant de l'année, nous avons beaucoup appris lors de diverses conférences: quelles sont les solutions innovantes en terme d'énergie, en partenariat avec la SEIC et la Ville de Gland; qu'est-ce que la médiation et à quelles occasions y avoir recours; ou encore quels gestes adopter ou quelles solutions techniques apporter pour diminuer l'impact de l'augmentation du tarif de l'énergie. En juin, a eu lieu la deuxième édition de La Fête du Terroir, qui a regroupé plus de 50 artisans, producteurs et commerçants avec leurs superbes produits régionaux. Nous avons célébré pour la première fois le 1er août sur deux jours. Nous avons assisté à de magnifiques concerts durant La Côte Flûte Festival. La 3e édition du Forum Nouvelle Économie de Gland Économie a couronné de nouveaux projets innovants. Pour ne citer que les actions de la sphère AEGR, qui, malgré les fortunes diverses de ses membres, en regroupe toujours 150.

Nous souhaitons d'ailleurs la bienvenue aux nouveaux arrivés: Le Cave.sa, spécialiste en vins et produits alimentaires, qui après une période d'absence revient au sein de l'AEGR; As-menuiserie pour tous les travaux de menuiserie et d'aménagement; Bumat SA qui a une papeterie à Gland; Bordeaux Wine Tourism à Burtigny, spécialiste des grands vins et

produits alimentaires; le restaurant pizzeria Bella Vita de l'avenue du Mont-Blanc à Gland; et MediaGo, spécialiste du marketing digital.

### L'AEGR pour vous servir

En 2023, nous prévoyons d'aborder de nouveaux sujets de conférence en lien avec l'actualité et de renforcer notre proximité avec les acteurs économiques de notre région.

Afin d'offrir une meilleure plusvalue, notre association a envoyé un questionnaire à chaque membre dans le but d'élargir ses services et d'augmenter leur visibilité. Plus nous recevrons de réponses, plus nous serons à même de cerner les attentes et les besoins de chacun. Plus notre région sera attractive pour d'autres entreprises et pour sa population.

Chère lectrice, cher lecteur, chers membres de l'AEGR, le comité ainsi que la rédaction du Gland Cité se joignent à moi pour vous souhaiter de belles fêtes et une merveilleuse nouvelle année!

Stéphane Fenner Président de l'AEGR





**1196 GLAND** Avenue du Mont-Blanc 38 022 788 79 79

CICLISSIMO.CH





Rue Mauverneu 24 1196 Gland 022 364 21 53

mauverney.vd@ ovan.ch

www.pharmaciedemauverney.ch







et tous les budgets



Toners & Cartouches d'encre Imprimantes & Multifonctions Fournitures de bureau & Papier Destructeurs & Systèmes de reliure

www.bumat.ch





CREATION D'INTERIEUR

CUISINE ВА N DRESS NG

Avenue du Mont-blanc 6, 1196 Gland www.dalmoro.ch

& RENOVAT ON











Vente - Location - Vintage - Neuf -Occasion - Achat - Réparation

Laurent 079 632 72 19 www.magasinmusiquegland.ch

Rue de Riant-Coteau 11 - 1196 Gland (Route Suisse -en face de Schilliger)







info@pressingdemauverney.ch







### 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



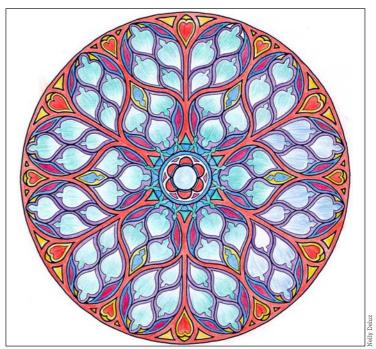
www.profumoditalia.ch

Tél. 022 364 01 01

# Le mandala, outil de méditation



Un mandala tibétain du XIVe siècle.



Un coloriage contemporain.

### **BIEN-ÊTRE**

Du bouddhisme tantrique à la représentation colorée occidentale, il y a un fossé. Mais ne vous privez pas de dessiner pour votre plaisir et votre bien-être.

«La beauté esthétique d'un mandala tibétain est presque accidentelle», assure Etienne Bock, tibétologue et conseiller scientifique adjoint au Tibet Muséum de Gruyères. Le mandala (traduction tibétaine: «centre et périphérie») est en effet une représentation symbolique et tridimensionnelle de l'univers dans le bouddhisme tantrique, avant tout un outil de méditation.

Aujourd'hui, ils sont nombreux ceux qui s'exercent à l'art dit du « mandala ». Cette activité leur procure détente, aide à la concentration, paix intérieure, bien-être...

On trouve de nombreux dessins à colorier sur le Net ou en librairie mais avec de l'expérience, on peut réaliser ses propres images circulaires et colorées.

C'est au début du XXe siècle que la culture occidentale s'est approprié le mandala, par le biais du psychiatre Carl Jung qui considérait les structures ressemblant à des mandalas créés en rêves ou dessinés comme des tentatives inconscientes de guérir son être intérieur.

Deux mondes différents, à cent lieues l'un de l'autre, coexistent donc. «Pour l'Occidental. note Etienne Bock, le mandala est comme un violon qui ne serait que décoratif. Le bouddhisme ésotérique, lui, fait chanter l'instrument, l'objectif premier du mandala étant, à travers la méditation, de percevoir l'univers dans sa forme pure. Pour cela, le pratiquant va dissoudre sa perception ordinaire de l'univers dans la vacuité puis le faire réapparaître sous sa forme pure, réelle: pour y parvenir, il s'identifie à la déité placée au cœur du mandala.»

Les mandalas appartiennent à la cosmogonie indienne; il en existe des centaines mais personne n'est habilité à en créer de nouveaux. Ils sont dédiés à une foule de déités, qu'elles soient d'aspect «paisible» ou «courroucé». Chaque méditation se concentre sur une déité particulière.

Un mandala se «lit» de l'extérieur vers l'intérieur, passant d'abord au travers de cercles figurant des protections successives. Ensuite, on pénètre dans les jardins extérieurs du palais au fond desquels on bute sur une enceinte carrée. A chaque point cardinal, une porte en forme de «T». On entre alors dans la cour intérieure du palais puis dans l'espace réservé à l'entourage de la déité principale qui siège au centre du mandala.

> Léa Pratt lea@gland-cite.ch



Les temples indonésien de Borobudur et tibétain de Samyé sont des mandalas architecturaux en trois dimensions.

On peut admirer des mandalas au Tibet Muséum, fondation Alain Bordier, à Gruyères (tibetmuseum.ch), au Musée d'ethnographie de Genève (meg.ch) et au Museum Rietberg zurichois (rietberg.ch). A lire: «Trésors du Tibet, sur les traces de Milarépa», par Tibet Museum, Ed. Flammarion.



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



Le représentant des acteurs économiques de Gland et sa région

# Cette année, Noël se conjugue au féminin chez Schilliger



Mais qui est vraiment la mère Noël? Que fait-elle lorsque son mari est occupé à distribuer des millions de cadeaux? La réponse vous est offerte dans les magasins Schilliger. La mère Noël vous ouvre ses portes et vous invite à découvrir sa fabuleuse demeure et son magnifique jardin à la française où gourmandises poussent sur les arbres et sucres d'orge se cultivent à foison. Bienvenue dans le jardin secret de la mère Noël, jusqu'au 24 décembre!

### Savourer la magie de Noël

Afin de raconter une nouvelle histoire de Noël chaque année et offrir quelques semaines de magie à sa clientèle, la maison Schilliger et ses collaborateurs aiment mettre les petits plats dans les grands. En effet, plus de 6000 heures de travail sont consacrées à cet événement maieur. Le thème est choisi et validé 18 mois à l'avance pour permettre aux équipes de sélectionner les collections d'objets de Noël et produire les plans. Dès le mois de juillet

précédant le marché, la réalisation des décors est lancée, dans les ateliers Schilliger à Gland. Cette phase nécessite de nombreux corps de métiers différents, avec, entre autres, des menuisiers, serruriers, électriciens, décorateurs et peintres. Tout est exécuté à l'interne, avec l'aide, cette année, d'artistes et artisans de la région! Topiaires, labyrinthes de buis, pyramide enchantée... les équipes se sont transformées

en jardiniers-lutins de Noël pour créer cet univers. Un travail qui en vaut vraiment la chandelle lorsque l'émerveillement se lit dans les yeux des petits et grands.

### Les merveilleux secrets de la mère Noël

Vivez un véritable conte de Noël lors de votre visite dans les magasins Schilliger. «Ma volonté première est d'imaginer, chaque année, une thématique merveilleuse, assez puissante pour transporter le public dans un univers féerique, où le rêve devient réalité. L'un des principaux défis est de créer un thème inédit, de raconter une histoire et emmener les visiteurs dans un monde enchanté, tout en conservant une ambiance et un style Schilliger», révèle Sara Schilliger, conceptrice, avec ses équipes, du marché de Noël. Cette année, elle a donc choisi les décors spectaculaires d'un jardin à la française, avec ses topiaires enneigées, ses allées enchantées, son jardin d'hiver et son labyrinthe. Et pour mieux percer à jour les secrets de

la mère Noël, vous pourrez aussi découvrir sa demeure, où marbre, volutes et dorures parent son intérieur. Chaque objet de décoration, chaque bougie, chaque guirlande ont été choisis avec soin pour coller à la thématique et pour vous permettre de recréer cette magie de Noël directement chez vous!

### La femme derrière le grand homme

Tout le monde connaît la bonhomie du père Noël. Mais qui est vraiment sa femme? Cette année, c'est la mère Noël qui est mise à l'honneur, comme pour rendre hommage à la féminité et à toutes les femmes qui vivent parfois dans l'ombre d'un illustre personnage. À travers cette thématique, Sara Schilliger souhaite aussi faire honneur à sa grandmaman, Agnès Schilliger co-fondatrice de la maison Schilliger avec son mari. Cette dernière a énormément œuvré dans la fleuristerie. Passionnée et toujours en quête d'inspiration, elle a amené une belle touche artistique et créative, transmise de génération en génération.

Le jardin secret de la mère Noël. une exposition à découvrir, à vivre et à explorer jusqu'à la fin de l'année chez Schilliger. Et pour mieux vous servir, les dimanches sont aussi ouverts à Gland, jusqu'au 11 décembre.



### **Schilliger Garden Centre**

Route Suisse 40, 1196 Gland 022 354 44 44 www.schilliger.com avec vente en ligne





Sébastien Antille 079 449 34 42

www.antille-peinture.ch

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



Ch. de la Falaise, Gland 022 364 10 35

### Restaurant de la Plage

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

Vue sur le lac Fermé le lundi et mardi



### RAIFFEISEN



Nos conseillères et conseillers spécialisés sont à votre disposition.

### **Banque Raiffeisen** de Gimel

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

### Répondre à vos besoins de manière globale

Offrir des solutions individuelles plutôt que des produits standardisés: c'est notre plus-value en tant que Banque Raiffeisen.

Pour chaque étape de

votre vie, pour chaque défi et chaque objectif, nous sommes en mesure de vous offrir une solution combinant les services bancaires classiques avec des services relevant d'autres secteurs.

### Dans tous les domaines

Une banque pour répondre à tous vos besoins. Vous avez de grands projets devant vous? Nous vous accompagnons pour constituer le patrimoine nécessaire à leur réalisation. Vous souhaitez devenir propriétaire, ou vous l'êtes déjà? Nous vous conseillons volontiers en matière d'hypothèque, de rénovation énergétique, d'entretien et de vente de votre bien. Vous désirez préparer votre retraite ou votre succession? Nous vous aidons à planifier ces grandes étapes en fonction de votre situation personnelle et de vos souhaits. Vous gérez une PME? Nous vous fournirons volontiers les outils et conseils bancaires pour favoriser sa bonne marche.

### Une proximité inégalable

Auprès de notre agence de Gland, vous recevrez un conseil personnel pour toutes les situations de vie. Cette grande proximité est également progressivement complétée par des services numériques vous permettant de choisir où et quand vous souhaitez utiliser vos services bancaires. En agence ou en ligne, nous vous conseillerons avec plaisir pour réaliser vos objectifs. Aujourd'hui, comme demain.

### Besoin de conseils?

Nous en discutons volontiers avec vous!



# Méli Mélo amuse et tourbillonne

### **GENS D'ICI**

Artiste au sein de la Fondation Théodora, Nathalie Dubath fait sourire les enfants de l'association glandoise OVA autisme.

Méli Mélo est une Madame Rêves: un jour par mois, elle est «surprise attendue et amusante» pour les enfants de l'association OVA autisme, à Gland. En compagnie de Zarbouille, Madame Rêves elle aussi, et avec la complicité sans faille du personnel de l'institution, elle crée petit à petit un lien avec ces petits et adolescents qui ont «une autre façon d'être à la réalité». Méli Mélo, Nathalie Dubath, est artiste au sein de la Fondation Théodora qui offre sourire et rêve aux enfants hospitalisés et en institutions.

«Faire sourire un enfant autiste? Vous n'y pensez pas...», assénait un pédopsychiatre il y une vingtaine d'années, avant que commence «Monsieur et Madame Rêves», le programme de Théodora destiné aux enfants en situation de handicap. Méli Mélo y a pensé, elle y est arrivée. Non seulement, ils sourient, mais ils chantent, dansent et font la fête. «Il faut du temps pour gagner leur confiance, pour qu'ils comprennent que nous ne sommes pas là pour les bousculer, mais pour les aider à se dépasser, à faire des choses qu'ils ne feraient pas forcément.» Et les enfants dessinent, font des matchs de bulles de savon, des acrobaties, se drapent dans des tissus soyeux... «Quand ces activités leur plaisent, c'est génial. C'est toujours une surprise de les voir faire!» Ce sont aussi des moments de partage uniques, intenses, chargés d'émotions.

Nathalie Dubath, la cinquantaine, est un vrai tourbillon. Enfant déjà, elle ne tenait pas en place. Faire le pitre a toujours été une deuxième nature chez elle. Lorsque son père, malade, est décédé, elle avait 11 ans. « J'étais le clown de ma mère », sa bulle de joie dans les épreuves.

Depuis son adolescence, Méli Mélo enchaîne cours de danses contemporaine et indienne, partage ces passions avec des enfants du côté de Lausanne, termine un apprentissage. Elle part à Paris où elle intègre l'école de théâtre de Jacques Lecog. Puis vies d'artiste et privée s'entremêlant, la jeune femme a un premier enfant; elle a 24 ans. De retour en Suisse, elle multiplie les activités de danse, de théâtre, d'animations pour les plus jeunes. Un jour de 1995, elle découvre la Fondation Théodora: «Cool. J'ai téléphoné, participé à un week-end de formation et, ni une ni deux, me suis retrouvée au CHUV avec une tête de cheval fixée sur un bâton. Je galopais partout!» s'amuse-t-elle. Elle se souvient aussi d'une mémorable bataille de pelures de mandarines. Au fil du temps, elle a suivi de nombreuses formations, médicales et artistiques, au sein de Théodora.

Aujourd'hui, Nathalie Dubath, qui a trois enfants, s'éclate dans son rôle de grandmère. Insatiable, elle s'est lancée dans l'hypnose contemporaine. Elle accueille déjà ses premiers patients; tout en continuant son activité à la Fondation Théodora et à Gland. Ouf!

Léa Pratt lea-gc@aegr.ch

Méli Mélo, un vrai bougillon!







### **MIEUX VIEILLIR CHEZ SOI**

Adapter les logements et renforcer les liens sociaux

\\ 10

### NOS JEUNES ONT DU TALENT!

Louane nous raconte son expérience d'actrice!

\\ 1



### LE MARCHÉ DE GLAND. UN LIEU DE RENCONTRE //

Il s'est construit une image de lieu incontournable de la vie glandoise: le Marché de Gland, installé depuis 2015 sur la nouvelle place de la Gare les mercredis dès 16h, accueille les Glandoises et Glandois ravis de se retrouver en rue, d'aucuns pour échanger avec des amis autour d'un verre et d'une planchette, la plupart recherchant le bon goût, une orientation confirmée de ce marché de bouche qui se vit dans une ambiance conviviale et décontractée.

# Les News communales #147

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

Les marchands présentent une diversité d'offres qui vont notamment des fruits et légumes bios de Villars-le-Terroir aux pains au levain et farines bios d'Arzier, du fromage affiné de Vuitebœuf à la boucherie-charcuterie de la Rippe, des poissons d'un pêcheur de Perroy au lait cru, yaourts, saucisses et fromages d'un domaine agricole de Gland: un beau voyage à travers les saveurs et autres fragrances alimentaires du canton. Quelques escales plus lointaines nous mènent entre autres en Italie, au Liban et en Inde. Diversité et qualité accompagnent vos papilles gustatives tout au long de la visite exploratoire du Marché de Gland.

Depuis la fin de l'été, la Municipalité a mis en place un comité de pilotage du marché qui regroupe les savoir-faire de l'économie, de la communication et de la gestion des évènements publics. Cette approche transversale permet de coordonner les compétences des différents services pour offrir à la population glandoise et régionale cet évènement attractif par la qualité et la variété des produits qui y sont proposés et par le plaisir de partager ensemble un moment privilégié.

Dernière étape de cette année 2022, les marchés de Noël des 14 et 21 décembre, colorés et animés comme il se doit. Je me réjouis de vous y rencontrer. Le Marché de Gland retrouvera ensuite dès le mois de février 2023 son rythme et les offres alléchantes des producteurs et des marchands. Celui-ci est l'affaire de tous: je vous encourage à communiquer à la Municipalité vos commentaires, demandes, expériences et propositions à l'adresse marche@gland.ch.
À très vite au Marché de Gland!

Gérald Cretegny, Municipal Sécurité publique, Population

et Transports publics

### Le Marché au fil des saisons

**PRODUITS LOCAUX** // Le dernier Marché de 2022, qui se parera d'or, de rouge et de vert pour les fêtes de fin d'année, aura lieu le 21 décembre. Retour sur ce qui fait le succès de ce rendez-vous hebdomadaire tant apprécié des Glandoises et Glandois.



Le Marché de Gland a lieu 38 fois par an sous des formes différentes. Dans ses formats été et automne, une trentaine de stands prennent leurs quartiers sur l'ensemble de la place de la Gare fermée à la circulation. Dans ses formats hiver et printemps, ce sont une douzaine d'échoppes qui restent présentes chaque semaine pour le plus grand bonheur des gourmands. Toute l'année, le mercredi reste « le jour du marché ».

Notre marché hebdomadaire se développe au fil des saisons, accueillant primeurs et artisans, saveurs d'ici et spécialités d'ailleurs. Chaque saison amène son lot de légumes et de fruits, et la nature bien faite nous offre les bonnes choses au bon moment. En hiver, les légumes riches en minéraux procurent un soutien bien mérité à notre système immunitaire. En été, ce sont les fruits riches en eau qui satisfont notre organisme. En outre, les fruits de saison sont moins traités, plus goûteux. Ils sont aussi moins chers car proviennent souvent de lieux de production plus proches et nécessitent moins de manutention et de transport. Vous l'aurez compris, nous vous invitons à parcourir les étals de notre cher

Marché, à découvrir et à partager la passion du beau produit avec nos artisans.

### DEUX MARCHÉS DE NOËL POUR FINIR L'ANNÉE EN BEAUTÉ

L'hiver approche justement. Poires, clémentines, mâches et oignons mais aussi pains, fromages, poissons, viandes et autres produits artisanaux... Tout ceci vous attend ces prochaines semaines, toujours le mercredi dès 16h00 sur la place de la Gare. D'ailleurs, cette période de fin d'année appelle au bon souvenir des fêtes. Sur vos agendas doivent déjà figurer les dates des 14 et 21 décembre, durant lesquelles se tiendront les marchés de Noël. Ce sont des événements particuliers où artisans de bouche côtoieront quelques festivités gastronomiques. Les amateurs de fondue et de raclette n'ont qu'à bien se tenir!

La Ville de Gland poursuit ses efforts pour pérenniser son marché et offrir aux artisans un cadre de commerce propice aux échanges. Offrir une palette large de produits de qualité, créer une ambiance chaleureuse et communiquer efficacement sont les trois principes appliqués qui ont en commun le but de faire vivre cette belle tradition tout au long de l'année!





10 \\
Journal communal #147 - Novembre 2022

# Mieux vieillir chez soi

LOGEMENTS ADAPTÉS // Pour accompagner le vieillissement de la population et l'augmentation du nombre de seniors, le Conseil communal a décidé en septembre dernier de soutenir le projet « Vieillir chez soi » de Pro Senectute Vaud à Gland. La première phase de sondage de la population concernée a été lancée.

Projet pilote et innovant, «Vieillir chez soi» a pour objectif de faciliter le maintien à domicile des Glandoises et des Glandois en adaptant les logements individuels et en favorisant les liens sociaux, le vivre ensemble comme la vie de quartier de nos aînés. Il comporte ainsi trois axes: l'adaptation architecturale des logements, le

renforcement des solidarités de proximité, et la mise en place de visites préventives à domicile par une ou un référent social itinérant.

Pour faire suite à son acceptation par le Conseil communal le 1er septembre dernier, le projet a récemment entamé sa première phase: les locataires des premiers immeubles sélectionnés, propriétés des Retraites Populaires, ont reçu un courrier les invitant à répondre à un questionnaire sur leurs conditions d'habitation et à participer à

un moment d'échanges sur le projet et ses différentes étapes. Dans un deuxième temps, les autres locataires des immeubles appartenant aux Retraites populaires seront approchés pour sonder leur intérêt à intégrer la démarche. Nous encourageons vivement les personnes concernées à prendre part à la démarche, qui sera également l'occasion d'exprimer leurs propres envies et besoins pour favoriser le maintien à domicile et mieux vieillir chez elles!

+

Service de la culture et des affaires sociales - logement@gland.ch ou 022 354 04 70

# Nouvelle structure d'accueil pour les 0-4 ans

GARDE D'ENFANTS // La nouvelle crèche Bee'Happy gérée par la Fondation des centres de vie enfantine La Ruche accueille les enfants dès la fin du congé maternité et jusqu'à 4 ans au cœur du nouveau quartier des Lisières!

La Fondation des Centres de Vie Enfantine La Ruche s'agrandit et souhaite la bienvenue à sa nouvelle alvéole Bee'Happy!

Forte de son expérience de plus de 50 ans dans le domaine de l'enfance et avec un ancrage local déjà bien présent, La Ruche, en collaboration avec la Ville et le Réseau d'Accueil des Toblerones dont elle fait partie, contribue au développement de l'accueil de jour au sein de la Commune avec l'ouverture de Bee'Happy. Ensemble, les trois entités souhaitent ainsi répondre aux enjeux de société actuels et aux besoins grandissants des familles.



La nouvelle structure Bee'Happy propose 44 places, dès le 1er décembre pour les enfants dès 4 mois et jusqu'à 4 ans. Ses locaux lumineux leur offrent un jardin et des espaces de vie de 500 m2 conçus et dédiés à chaque tranche d'âge, afin

qu'ils puissent évoluer et s'épanouir joyeusement en toute sécurité dans un environnement adapté à leurs besoins.

C'est donc avec beaucoup d'enthousiasme et de plaisir que la toute nouvelle équipe éducative d'Happy'Culteurs vous donne rendez-vous très prochainement pour accompagner avec bienveillance et dans une relation de confiance vos enfants.



+

Plus d'informations sur laruche.ch/beehappy

## Pénuries énergétiques – soyons PRUdents!

**ENERGIE** // La situation actuelle d'approvisionnement fait craindre des pénuries d'électricité et de gaz. Le Canton de Vaud a donc chargé les communes d'anticiper une aggravation de la situation et de prévoir des coupures programmées d'électricité, notamment en mettant en place des points de rencontre d'urgence.

L'organisation pour l'approvisionnement en électricité en cas de crise (OSTRAL) identifie quatre niveaux de préparation: les économies volontaires d'énergie, les restrictions de certains usages, les contingentements et finalement, les coupures programmées d'électricité ou délestage.

La probabilité d'arriver à la phase 4 de délestage est faible; cependant, il vaut mieux y être préparé. Ainsi, l'État-major cantonal de conduite (EMCC) a chargé les communes d'étudier la mise en place de points de rencontre d'urgence (PRU). Ceux-ci doivent fournir à la population un endroit électrifié et chauffé en cas de délestage, des prestations administratives de base.

La Ville de Gland étudie donc la mise en place de trois PRU, leur signalisation et le maintien des prestations. Dans l'intervalle, elle vous encourage à réduire votre consommation d'énergie, car toute économie réalisée maintenant diminue le risque de délestage.

COUPURES PROGRAMMÉES D'ÉLECTRICITÉ

CONTINGENTEMENTS

RESTRICTIONS DE CERTAINS USAGES

ÉCONOMIES VOLONTAIRES D'ÉNERGIE

NORMAL

Les différents niveaux de la cote d'alerte par rapport à une situation normale. Source: www.vd.ch/penurie



Informations en temps réel sur www.vd.ch/ penurie et sur www.stop-gaspillage.ch

### Remplissez le sondage Smart City à la Grand'Rue 38!

Cette fois ça y est, la démarche Smart City à Gland est lancée! Et pour permettre à toute la population de donner son avis et de participer à notre sondage, un point d'accueil avec tablette a été installé au guichet du bâtiment communal de la Grand'Rue 38 pour celles et ceux qui ne pourraient pas le remplir chez eux. N'hésitez pas à venir nous voir, nous vous accueillerons et répondrons à vos questions avec grand plaisir!





Participez au sondage sur smartcity.gland.ch



Journal communal #147 - Novembre 2022

# L'accueil VIVAG du mercredi matin





C'est bien souvent le mercredi matin, après un bref contact par mail ou par téléphone, que les personnes intéressées viennent s'inscrire à VIVAG lors de notre accueil. Deux membres de notre comité sont toujours présents lors de cette réunion hebdomadaire pour présenter notre association et nos activités. Généralement, les nouveaux arrivants sont surpris de voir toutes ces têtes blanches en train de papoter, rigoler autour d'un café, se régaler de friandises souvent faites « maison » et partager un petit apéritif, mais

il ne faut pas se laisser aller. La bonne humeur règne et à chaque nouvelle arrivée, le ton est tout de suite donné: une fois porte franchie, tout le monde se tutoie ici! Alors si toi aussi tu as envie de nous rejoindre, que tu habites Gland et que tu as 55 ans et plus, une seule adresse: la salle n°1 au chemin de Montoly 3. Tu seras le bienvenu!



Retrouvez plus d'informations et la liste des activités de VIVAG sur www.vivag.ch

# Chez l'Épicier, lauréat du Prix Nouvelle Économie 2022

ÉCONOMIE LOCALE // Les lauréats du Prix Nouvelle Économie 2022 ont été annoncés le 9 novembre dernier lors du Forum Nouvelle Économie. Cette année, c'est Yann Bechtel qui a remporté la somme de CHF 10'000.- pour son projet Chez l'Épicier, le nouveau commerce glandois installé depuis octobre 2022 à la rue du Borgeaud 9!

Mené depuis 2020, le Prix Nouvelle Économie a pour objectif de récompenser les initiatives qui renforcent l'économie locale, stimulent l'entreprenariat et encouragent la collaboration entre les acteurs locaux. Parmi les critères d'évaluation des projets, on retrouve notamment les principes de l'économie circulaire: relocaliser la production, partager les compétences et mutualiser les ressources. En résumé, faire mieux, avec moins, et dans respect des limites planétaires. L'initiative du Prix s'inscrit ainsi dans la stratégie économique de la Ville de Gland, qui souhaite prendre un rôle actif dans la recherche d'alternatives à l'économie traditionnelle.

Chaque année, de nouveaux experts externes rejoignent le Jury du Prix Nouvelle Économie pour participer à l'évaluation des dossiers des candidats. Cette année, ce sont Barbara Lax, fondatrice et directrice du réseau des crèches privé Little Green House, et Thomas Polikar, chargé de projet à la Fondation Zoein, qui ont contribué au choix des lauréats.

### LES LAURÉATS 2022

Cette année, le Service des finances et de l'économie a reçu 18 candidatures avec des idées pleines de potentiel pour dynamiser la Ville et renforcer son tissu économique. Le prix principal de CHF 10'000.- a été attribué à Chez l'Épicier, un commerce bio, zéro déchet et privilégiant les circuits courts qui s'est vu récompensé pour son impact sur l'économie locale. Les multiples partenariats locaux du boutiquier Yann Bechtel, son offre étendue de produits alimentaires et non alimentaires ainsi que son professionnalisme enthousiaste ont fait pencher la balance en sa faveur.

Les trois prix de CHF 2'000.- dans les catégories proximité, innovation et partenariat ont quant à eux été accordés à des projets ambitieux et très variés. Le prix « Partenariat » a été décerné par la Ville et l'AEGR à l'initiative SimplyAct. Proposée par les étudiants de l'école de commerce en durabilité SUMAS basée à Gland, elle prévoit la création d'un calendrier glandois qui comporte des messages quotidiens incitant au respect de l'environnement et indiquant les « bons plans durables » de Gland. Une idée originale pour renforcer la visibilité des établissements locaux!

Le projet Recycled Cloud, initié par les membres de la start-up e-Durable, a quant à lui obtenu le prix «Innovation» décerné par la Ville et la start-up glandoise Vivent. La création d'un centre de données local, recyclé, open source, inclusif et reproductible a su convaincre le jury.

Enfin, le prix «Proximité» a été décerné par la Ville et la SEIC à Florence Boehlen, porteuse du projet Food Cycle Smart City. Celui-ci a été récompensé pour son ambition de renforcer la sécurité alimentaire et la résilience territoriale,



en valorisant les circuits régionaux et en encourageant une économie durable et financièrement abordable.

La Déléguée à l'économie de la Ville de Gland reste à disposition de tous les porteurs de projets qui souhaitent lancer de nouvelles initiatives à l'adresse economie@gland.ch.





Découvrez les 18 candidatures sur gland.ch/prix2022



L'énergie est limitée. Ne la gaspillons pas.



12 \\
Journal communal #147 - Novembre 2022



**BOUGE & SORS À GLAND** 

### BOUGE

### Diffusion de la Coupe du monde de football 2022 à la patinoire

### Du 25 novembre au 18 décembre

Suivez la compétition les vendredis, samedis et dimanches dans notre fan zone installée à la patinoire!

Programme complet sur www.gland.ch/patinoire

### Dimanche sportif pour les enfants

### Dimanche 4 décembre

Profitez d'une initiation à l'eau pour les enfants de 3 à 5 ans de 9h à 10h, suivie d'une initiation à la nage pour les enfants de 6 à 12 ans de 10h à 11h!

Informations et inscriptions sur www.gland.ch/bouge

#### Ski Training

### Dimanche 4 décembre

Préparez votre saison d'hiver avec un travail cardiovasculaire sur des vélos de spinning et un renforcement musculaire avec des exercices spécifiques chez SpinBox Studio à Gland! Informations et inscriptions sur www.gland.ch/

### Dimanche sportif pour les enfants

### Dimanche 15 janvier

Profitez d'une initiation à la glisse pour les enfants de 3 à 5 ans de 9h à 10h, suivie d'une initiation au hockey pour les enfants de 6 à 12 ans de 10h à 12h!

Informations et inscriptions sur www.gland.ch/bouge

### Tournoi de Broomball à la patinoire

### Vendredi 3 février 2023

Informations et inscriptions sur www.gland.ch/patinoire

### Tournoi de hockey à la patinoire

### Samedi 4 février 2023

Informations et inscriptions sur www.gland.ch/patinoire



+

Suivez toute l'actualité sportive et culturelle de la Ville de Gland sur la page Facebook «Bouge & Sors»!



### SORS

### Au Théâtre de Grand-Champ

### MrPC

### Jeudi 1er décembre à 20h

Lauréat de la bourse d'aide à la création Arts de la scène 2020 du Théâtre de Grand-Champ, Pierangelo Crescenzio vient présenter son dernier projet «Dune» avec sa formation MrPC, composée de lui-même, Julien Revilloud et Marcol Savoy. Préparez-vous à être transportés à dos de dromadaire, du désert du Nouveau-Mexique jusqu'à la tempête de sable du Sahara!



### Maria de la Paz Canta Lhasa Jeudi 8 décembre à 20h

Musique actuelle

### Tea time

### Dimanche 11 décembre de 15h30 à 17h

Nouvelle proposition gourmande so british et ouverte à toutes et tous au foyer du Théâtre! Réservation conseillée.

# Peer Gynt Dimanche 11 décembre à 17h Classique en famille

### Projection de Noël avec Visions du Réel

### Samedi 10 décembre à 17h

Le Chêne

Il était une fois l'histoire d'un chêne, vieux de 210 ans, devenu un pilier en son royaume. Ce film d'aventure spectaculaire pour toute la famille rassemble un casting hors du commun: écureuils, balanins, geais, fourmis, mulots... La projection est gratuite et sera suivie d'un goûter! Réservation conseillée.

### Anahy

### Jeudi 15 décembre à 18h30

Afterwork

### Les petits chanteurs à la gueule de bois chantent Noël avec Marc Donnet-Monay

### Vendredi 16 décembre à 20h et samedi 17 décembre à 17h

Musique actuelle

Avec tendresse et impertinence, les trois sages, accompagnés de l'humoriste, nous livrent un spectacle de chansons inédites autour de la nativité. Croire ou ne pas croire n'est pas la question, les textes cherchent avant tout à connaître le sens de tout ceci. À savourer aussi en famille!



### À la bibliothèque

### Speed-booking Mardi 6 décembre à 18h30

Dès 16 ans

Discutez durant cinq minutes d'un livre qui vous a plu avec un interlocuteur, puis les groupes changent et les rencontres continuent... Pas de préparation, pas de performance à réaliser! Apéritif offert et emprunts possibles.

Inscriptions à bibliotheque.communale@gland.ch

### Contes par Caroline Aeby Mercredi 7 décembre à 14h

Dès 5 ans

Madame Hiver ou une guirlande d'histoires dans le froid de l'hiver qui réchauffe les cœurs et qui rassemble. Inscriptions sur biblio.gland.ch



### Chants de Noël avec Amélie Daniel Jeudi 22 décembre à 18h

Tout public

Venez chanter en chœur des chansons de Noël dont on ne connaît jamais la fin avec la chanteuse romande! Pas besoin de préparer quoique ce soit ni d'être un bon chanteur, les paroles sont fournies. Apéritif offert.

Inscriptions sur biblio.gland.ch

Journal communal #147 - Novembre 2022

# Nos jeunes ont du talent

JEUNE À GLAND

PROJET SITCOM // L'aventure Visual Project se poursuit! Après avoir rencontré Midza il y a quelques mois, nous vous proposons aujourd'hui de suivre son évolution à travers le portrait d'une autre de ses actrices, Louane. Action!

### Bonjour Louane! Peux-tu te présenter en quelques mots?

Bonjour! Je m'appelle Louane, j'ai 17 ans et je suis en première année d'apprentissage de logisticienne en pharmacie centrale au CHUV. Côté personnel, j'aime beaucoup écouter de la musique, sortir avec mes amis, ce genre de choses. J'ai toujours vécu à Gland, c'est ici que j'ai grandi et que j'ai fréquenté l'école obligatoire. La ville a grandi en même temps que moi en quelque sorte. [rires]

### Comment as-tu découvert Visual Project, et qu'est-ce qui t'a donné envie d'y participer?

J'ai découvert le projet par hasard il y a un an, quand des amis ont participé à l'écriture du scénario et que par curiosité j'ai eu envie de les accompagner. Le fait de se retrouver entre jeunes, de partager des moments d'échange de convivialité m'a tout de suite plu, du coup je suis restée! J'aime le fait qu'on décide de chaque aspect du projet, c'est une super expérience. Je me définirais comme une personne extravertie et engagée, j'ai envie de découvrir plein de choses et de m'impliquer dans ma ville, le Visual Project était donc très bon moyen de vivre une nouvelle expérience et en même temps de faire bouger les choses à Gland.



Louane en plein tournage d'une scène

### Tu as donc intégré le projet il y a un an, peux-tu nous expliquer son évolution depuis ton arrivée?

J'ai intégré le projet au moment de l'écriture du scénario, ce qui a pris plusieurs mois. La série imagine un monde où les adultes ont disparu, avec des lieux et des scènes retraçant un peu les actes de la vie quotidienne: faire ses courses, acheter son journal, se rendre à la boulangerie, croiser des personnes dans la rue... Pour rendre cette histoire possible, on a décidé d'ouvrir le projet à un maximum de jeunes en réalisant un casting et en recrutant plus de monde. Une fois que les nouvelles personnes sont arrivées il a



Louane, actrice pour la série

fallu ensuite les intégrer au scénario, ce qui a encore pris du temps. Aujourd'hui, on répète les scènes et on a commencé à tourner.

### Quel est ton rôle dans la série?

Je joue le rôle de directrice d'un restaurant que j'adore en plus, le Yaca à Gland. Je dirige toute une équipe de serveurs et c'est intéressant d'être à la place du patron, on se rend compte de la responsabilité que c'est, je ne l'imaginais pas. [rires]

### Et concernant les tournages, comment ca

Pouvoir tourner dans un restaurant aussi classe que celui-là c'est génial, vraiment. C'est compliqué d'expliquer ce que je ressens quand on tourne, mais j'ai hâte que les premières images soient diffusées. Je ne peux pas trop en dire pour l'instant, juste que le rendu est au-delà de tout ce que je pouvais imaginer. Un peu à l'image

du teaser de présentation du projet, il y a un mélange d'acteurs avec des univers tellement différents, je pense que la série plaira beaucoup. Maintenant on attend tous le montage du premier épisode et sa diffusion!



Le Visual Project est désormais sur Instagram! Suivez les aventures de toute l'équipe sur le compte @visualproject1196.



Page offerte







### Fins de semaines fondues à la Cave de la Rose d'Or





Si vous cherchez un endroit plein de charme, chaleureux et cosy pour déguster une fondue en fin de semaine, c'est à la Cave de la Rose d'Or à Luins qu'il faut vous rendre! C'est dans cette cave transformée en bar à

vin, le «Walther's» que Jean-Michel, Yasmina et Dejan vous proposent tous les jeudis et vendredis soir leurs fondues moitié-moitié en y mettant une touche particulière. En effet, si le mélange de fromage Gruyère et Vacherin AOP est classique, la fondue est exclusivement préparée avec une bière d'abbaye maison! Une triple artisanale nommée «Notre Dame Pepper», brassée avec de généreuses rations d'orge et de blé et surtout un poivre vieux de 45 ans issu de cultures turques. Cette méthode culinaire donne à la fondue une touche fruitée et subtile qui la rend plus onctueuse et plus digeste.

Côté prix, la fondue est proposée à 27 francs par personne, la charcuterie et les boissons sont facturées en sus.

### La visite d'un lieu plein de charme et chargé d'histoire

Installée depuis 1769 à Luins, la famille Walther a œuvré depuis près de 3 siècles pour créer un domaine viticole d'excellence. L'œnologue Jean-Michel Walther attache une attention toute particulière à des méthodes de vinification exclusives et biologiques depuis plus de 30 ans. Un processus qui commence par une cueillette du raisin à la main en caissettes, suivi d'une macération pelliculaire et d'un pressage à l'ancienne. Le vin est ensuite uniquement élevé en barriques ou en amphores de terre cuite. La maturation est longue: de 17 à 28 mois pour les blancs et de 12 à 18 mois pour les rouges. Et c'est là que votre soirée fondue va basculer en découverte didactique! Une visite du chai contigu au «Walther's» s'impose; guidé par le maître des lieux, vous y découvrirez outre les amphores en terre cuite spécialement destinées à cette cave, une étrange sphère en bois. La «Galileoak» est une barrique de chêne rotative qui permet de retourner le vin deux fois par jour pour brasser les lies. De l'orfèvrerie qui donne un goût hors pair aux vins sortant de cette cave. Pour preuve la soixantaine de distinctions obtenues tous vins confondus en près de 20 ans, dont deux prix d'excellence!

Réservez vite votre soirée par téléphone au 021 8 24 24 24.



### Cave de la Rose d'Or

Chemin de la Vyborne 1 - 1184 Luins Tél. 021 8 24 24 24 www.caverosedor.ch

# La Capsule Beer Shop

La Capsule Beer Shop est le premier établissement du genre dans la région et a démarré son aventure houblonnée en août 2016 à Gland. Voilà un peu plus de 6 ans que son propriétaire, Angel Merino, propose pas moins de 350 bonnes bières suisses et internationales aux amateurs de malt de La Côte.

Aujourd'hui, je vais vous raconter l'histoire des bières Trappistes. Mais comment vous expliquer en quelques lignes une histoire qui dure depuis presque 2 siècles?

La première bière Trappiste fut brassée en 1836 par les moines de l'Abbaye de Westmalle (B). L'appellation bière Trappiste est protégée depuis 1962 sous le label ATP (Authentic Trappist Product). Les brasseries Trappistes sont la propriété de moines Trappistes Cisterciens.

Trois conditions sont indispensables pour avoir le label ATP. La bière doit être brassée dans l'enceinte de l'Abbaye, par les moines ou sous leur supervision et les bénéfices doivent être utilisés à l'entretien et la vie de l'Abbaye. Le reste étant versé à des œuvres caritatives.

C'est un cercle très fermé. A ce jour, il n'y a que 10 brasseries Trappistes ATP dans le monde: 5 en Belgique, 2 aux Pays-Bas, 1 en Autriche, 1 en Italie et 1 en Angleterre.

Il y en avait 12, mais en 2021 la brasserie Trappiste d'Achel (B) a perdu son label ATP et en 2022 la brasserie Trappiste Spencer (USA) a arrêté la production de bière.

Pour terminer, il est très important de ne pas confondre les bières Trappistes avec les bières d'Abbaye! Mais ça, c'est une autre histoire que je vous raconterai une pro-

Pour en savoir plus sur l'univers Trappiste: www.trappist.be

Pour cette fin d'année, La Capsule Beer Shop vous propose 3 bières de Trappist Spencer (USA). La brasserie ayant fermé, ces bières sont déjà 100% collector. Aussi, la nouvelle bière Trappiste anglaise «Tynt Meadow» et, cerise sur le gâteau, la mythique et très rare Westvleteren 12 (B). Fameuse depuis quelle fut élue meilleure bière du monde parmi 30'000 bières en 2005 et 2013 par ratebeer.com

Et pour que les fêtes soient belles, nous vous proposons aussi des bières de Noël, des bières d'hiver et divers articles cadeaux sur le thème de la bière. Au plaisir de vous faire partager ma passion. Angel



### La Capsule Beer Shop

Route de Nyon 21 - 1196 Gland T 022 364 7000 info@lacapsule.beer - www.lacapsule.beer

# Green IT ou l'informatique responsable

### ÉNERGIE

Au cœur de l'actualité depuis la campagne amorcée cet été par l'État, l'économie d'énergie touche tous les domaines et en particulier celui de l'informatique. Rencontre avec Jean-Damien Beaud, entrepreneur engagé, fondateur d'e-Durable SA, une société informatique éthique et écologique basée à Gland depuis 2015, lauréat du Prix Nouvelle économie de la Ville de Gland 2022 dans la catégorie innovation.

Intégrer des critères de durabilité est un mode de vie et c'est celui choisi par Jean-Damien Beaud. D'abord personnellement, en s'orientant par exemple vers la Banque Alternative Suisse qui offre les mêmes services qu'une autre tout en garantissant un engagement pour l'environnement, puis ensuite dans sa société en utilisant l'autopartage avec Mobility ou encore en passant par un gestionnaire d'assurance Assurethic, premier en Suisse Romande à offrir une gamme de solutions spécifiques pour les entités ayant un intérêt humanitaire et environnemental. « J'ai même trouvé un notaire qui, s'il n'offre pas de services «verts» (sourire), intègre des critères de durabilité dans son mode de travail».

www.garageduvernay.ch

S'il a cherché à verdir tous les aspects de sa vie, c'est dans son domaine de prédilection, l'informatique, qu'il a su le déployer en pionnier pour répondre aujourd'hui à une demande en augmentation, le voile sur le réchauffement climatique s'étant levé. «A travers nos services nous travaillons sans relâche à appliquer les principes définis dans le rapport Brundtland issu en 1983 par la Commission mondiale sur l'environnement et le développement (CMED) à l'initiative de l'ONU: rechercher le meilleur équilibre entre les trois piliers du développement durable que sont l'environnemental, le social et l'économique».

À travers une expertise approfondie, e-Durable entame une réflexion stratégique au long terme pour ajouter de la valeur à une entreprise par son verdissement. «Nous commençons avec de petits écogestes qui permettent de réelles économies, comme de tout éteindre la nuit ou de changer sa manière d'imprimer ou encore de choisir des moteurs de recherche écologiques. Puis nous passons à la gestion du cycle de vie du parc informatique qui, s'il est entretenu, s'avère efficace longtemps, au même titre que l'achat de nouveaux ordinateurs facilement réparables qui enclenchent une

dynamique de renouvellement progressif. Puis nous allons vers les logiciels et l'informatique comme levier du changement dans l'entreprise cliente qui peut par exemple commencer par la modification du site Internet pour le rendre moins gourmand et aller jusqu'à verdir ses propres produits et services grâce à une digitalisation maîtrisée».

Pour les sociétés qui ne possèdent pas leur propre serveur, e-Durable a développé une solution d'hébergement robuste et locale, Recycled.Cloud, avec 100% d'équipements recyclés alimentés par des énergies renouvelables locales. Après Lausanne et Glaris, un data center glandois est en projet.

Alexandra Budde







# Votre borne de recharge clé en main avec SEIC



Que vous soyez producteur au bénéfice d'une installation photovoltaïque ou que vous utilisiez l'électricité du réseau, faites appel aux spécialistes de SEIC pour vous accompagner dans l'acquisition, l'installation et la mise en service de votre future borne de recharge pour véhicules électriques.

C'est la nouvelle borne de recharge Zaptec qui est recommandée par les électriciens de SEIC pour les logements privatifs individuels. Elle est puissante, discrète, d'un joli design et compatible avec les installations solaires domestiques. Dotée d'une technologie de pointe: WiFi ou 4G, elle est utilisable avec l'ensemble des véhicules tout électriques ou hybrides et adapte sa charge maximale à la capacité de votre véhicule. De plus, la recharge s'effectue 10 fois plus vite qu'avec une prise standard!

### Les avantages de recharger votre véhicule avec votre électricité

L'énergie solaire provenant de votre toit

permet de recharger votre voiture électrique sans émissions de gaz à effet de serre, améliorant ainsi son écobilan. Qui plus est, vous augmentez votre consommation propre et la rentabilité de votre installation. N'hésitez pas à faire appel aux spécialistes SEIC qui vous conseilleront sur la manière d'optimiser la gestion de votre installation photovoltaïque afin d'accroître sa rentabilité et de réaliser des économies tant financières qu'énergétiques.

### SEIC installe tout type de borne

Les installateurs électriciens de SEIC sont à même de vous conseiller et d'installer des bornes de toute marque. Ils discuteront avec vous du meilleur emplacement, tireront les câbles dans le respect des standards de sécurité les plus strictes et assureront la réalisation de votre projet de A à Z.

### Des solutions clé en main également pour les immeubles locatifs ou PPE?

Grâce à sa solution SEICcharge, SEIC finance,

installe et assure gestion et maintenance de bornes de recharge dans un parking d'immeuble. Une fois la taxe de mise en service réglée, il suffit de souscrire un abonnement mensuel pour recharger en toute tranquillité votre véhicule au prix du kWh du distributeur local. Faites-en la demande à votre régie ou à votre propriétaire!

Pour en savoir plus, rendez-vous sur: seicgland.ch/mobilité-électrique/ ou contactez le service clients au 022 364 31 31 ou à info@seicgland.ch.

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





# Gâteau de fête aux panais épicés

### **GASTRONOMIE**

Nous voici aux portes de l'hiver et au terme de la farandole des mois de l'année 2022 avec décembre comme apothéose. Son seul nom évoque les douces odeurs d'épices, de la cannelle, de l'orange, du sapin, mais aussi les longues soirées et les magnifiques paysages endormis recouverts de neige qui scintillent au



Décembre correspond aussi à la période de l'Avent qui précède les festivités de Noël. Que c'est doux de se retrouver chez soi après une balade dans le froid avec les enfants ou des amis autour d'une bonne tasse de thé et un bon gâteau gourmand. Profitez de ces

moments d'échange en famille qui sont si précieux et apportent de la magie à l'hiver! Pour cela, nous vous proposons une recette gourmande et surprenante mais non moins délicieuse de gâteau aux panais épicés qui saura régaler petits et grands.

Le panais est un légume ancien qui revient sur le devant de nos étals depuis quelques années. Il est un cousin de la carotte, d'où son petit goût légèrement sucré mais n'a pas les mêmes valeurs nutritionnelles. Il peut se manger cru ou cuit et est riche en vitamines B, C et E alliées de notre santé en cette période hivernale. Également riche en fibres, en minéraux tels que manganèse et magnésium, il fortifie ainsi notre organisme. Un légume à découvrir ou à redécouvrir au plus

> Noélie & Sybille Lecoanet info@heidygge.ch

### **Ingrédients**

- 280g de panais
- 2 œufs
- le zeste d'une orange
- 100g de noix
- 150g d'amandes effilées
- 1 cc de cannelle
- ½ cc de cumin
- 250g de farine (de sarrasin pour un cake sans gluten)
- 1cc de levure chimique
- 20cl d'huile de colza
- 200g de chocolat noir
- 1cc de sel



- Graissez légèrement votre moule à cake ou à gâteau.
- > Dans un saladier, fouettez l'huile, les œufs, le sucre et le zeste d'orange jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène.
- Ajoutez la farine, le sel, les épices et la levure sur la préparation aux œufs. Bien mélanger.
- > Ajoutez ensuite le chocolat haché en petits dés, les panais pelés et râpés finement, les noix hachées ainsi que les amandes effilées préalablement grillées à la poêle.
- Versez la préparation dans le moule et enfournez 1h-1h10 à 180 degrés.

Ce gâteau est encore meilleur le lendemain et se garde très bien quelques jours, s'il en reste. Nous vous souhaitons de très joyeuses fêtes de fin d'année et nous vous retrouverons avec grand plaisir en 2023!

### YOUHR Horlogerie

### Réparation **Montres Pendules**

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



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



**CARRELAGES** & REVÊTEMENTS **DEPUIS 40 ANS** 

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

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



### Institut Jyoti

Ayurvéda - Aromathérapie - Pentanalogie

www.ayurveda-therapies.ch Sur rendez-vous Tél. 076 324 17 83

Grand-Rue 30 - 1196 Gland

### chateaudeluins.ch

LOCATION D'ESPACES POUR VOS ÉVÈNEMENTS

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

# Dix idées-cadeaux au cœur de La Côte

### 1. Le livre «L'enfant chocolatine»

Un livre-hommage aux grands-parents de l'auteur Glandois Christophe Vallar et à sa jeunesse buissonnière dans le sud-ouest de la France dans les années 80, paru aux éditions Baudelaire (2021).

Vendu 24,60 francs chez Payot au Centre commercial La Combe - Rue de la Morâche 6 à Nyon, 022 365 04 50

### 2. Une souris super héros

Passable en machine, ce petit animal de compagnie imaginé par Maileg dort dans sa boite sur un confortable matelas, avec un douillet oreiller et de chaudes couvertures.

Vendu 30 francs chez Marshmallow & grenadine - Rue du Jura 3A à Gland, www.instagram.com/marshmallow et grenadine. 078 232 11 83

### 3. Un coffret de thé Noël Magique

Dans ce coffret sont réunis le Thé de Noël, mélange signature de la Maison de thé noir, épices et fruits, l'Étoile de Noël, à base de rooibos et honeybush et la Flamme du Soir, aux notes chaudes de fruits et d'épices (sans théine) avec des morceaux de pomme, des fleurs d'hibiscus, de l'écorce de cynorrhodon et un zeste d'orange.

Vendu 37,50 francs chez Le T Fine Tea Trading Company - Route de Begnins 6 à Gland, www. le-t.com, 022 995 14 00

### 4. Des chocolats au beurre de brebis

Exclusivité des fêtes à déguster, les pavés de Chocokiel au pur beurre de brebis certifié bio comme tous les ingrédients qui les composent. 74% de cacao ou à l'orange, ces pavés frais et authentiques sauront séduire par leur moelleux.

Vendu 20 francs la boîte de 18 pièces (100 gr) à la boutique Chez l'épicier - Rue du Borgeaud 9 à Gland, www.chezlepicier.ch, 078 615 45 75

### 5. Une couronne lumineuse

Élaborées spécialement pour les fêtes parmi ses créations maison, Manon Billard proposera entre autres couronnes décoratives, prénoms en tricotin et arc-en-ciel en macramé, une guirlande lumineuse au décor évocateur de l'esprit de Noël.

Vendu 49 francs au marché de Noël de Gland -Place de la gare, www.les-toutdoux-de-nina.ch, manon.billard91@gmail.com

### 6. Un assortiment de charcuterie de la mer

Constitué de mets haut de gamme par la maison Dehesa, cet assortiment original se compose notamment de Baby sardines, de ventrêche de thon «premium» et de tarama nature (œuf de cabillaud). Existe aussi en version charcuterie de terre.

Vendu francs 52 francs chez Zélo - Chemin des Mésanges 10 à Gland, www.zélo.ch, 079 604 99 01

### 7. Un terrarium végétal

Pour réjouir un amoureux du jardinage en manque d'activité durant la période hivernale, offrez-lui un kit pour créer son premier jardin perpétuel en bouteille.

Vendu 49 francs chez Schilliger -Route Suisse 40 à Gland, www.schilliger.com, 022 354 44 44

### 8. Un coffret à composer soi-même

Les boutiques TKAP\_dko\_kdo, NutriVrac et Cinghuiles proposent des coffrets pour enfant ou adulte à concevoir soi-même entre leurs différents produits (déco, cosmétique et alimentaire), mais aussi des bons cadeaux pour participer à des ateliers créatifs.

Vendus de 30 à 100 francs pour les coffrets et 20 francs pour un atelier -Rue du Jura 4 à Gland

### 9. Un digestif local à la pomme

Dénommé Or'Père, il s'agit d'un mutage de Pom'art et d'eau de vie de pommes élevé en barrique de chêne pendant 5 ans minimum, aux notes évoluées de noix et de tabac. Une bouche riche et chaude aux nuances toastées avec une persistance aromatique étonnante. Vendu 70 francs chez les Pères Fruitart Route de Vernay 7 à Luins, www.fruitart.ch, 079 778 81 75

### 10. Un champagne de Pinot noir

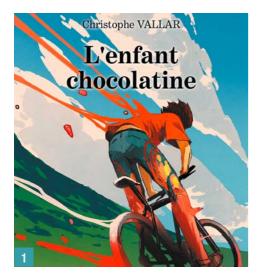
Ce champagne élaboré à 100% avec du Pinot noir présente des arômes de pain brioché avec des notes vineuses nuancées par des pointes de pomme et de poire avec une touche d'amertume en fin de bouche.

Vendu 38 francs au Caveau de Bacchus -Rue de Riant-Coteau 11 à Gland, www.caveaudebacchus.ch, 022 364 44 91

### Cornets du cœur

Samedi 10 décembre seront distribués 140 cornets remplis de bonnes choses à des personnes seules, malades ou isolées. Pour en bénéficier prenez contact au +41 79 901 35 99 ou par email à info@ cornetsducoeur.ch. Le 9 décembre dès 16h, préparation des cornets, vous pourrez déposer vos dons en nature (cake, gâteaux, friandises, fruits, chocolats, fleurs, etc.) au réfectoire du collège de Grand-Champ. www.cornetsducoeur.ch



























OFFREZ DU BIEN-ÊTRE À CEUX QUE VOUS AIMEZ

PROFITEZ DE **SUR NOS BONS-CADEAUX** 

VALABLE JUSQU'AU 31 DÉCEMBRE

JEANNETTE ET LUCIE SÀRL - GRAND-RUE 4 - 1196 GLAND - TÉL. 022 364 41 21





Ecole officielle Self defense pour adultes **CÔTE** et adolescents

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







### 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



Le représentant des acteurs économiques de Gland et sa région

www.aegr.ch



Installation électrique Installation téléphonique Réseau informatique **Domotique** Dépannage

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

Tél. 022 364 14 75

**1196 GLAND** 



### **Marco Araujo**

Plâtrerie Peinture

Rte Cité - Ouest 11 1196 Gland +41 792995053

araujo-marco@hotmail.com www.marcoaraujo.ch



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



### **PÂTES & PIZZAS**

www.bellavita-gland.ch Tél.: +41 22 995 13 13

Soirée 31.12.2022 Saint-Sylvestre

(menu,music,cotillon,etc...) Rés. & info: tél. +41 79 120 75 75 Av. du Mont-Blanc 33 · 1196 Gland info@bellavita-gland.ch (places limitées)







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

ORTHODONTEE

www.clinident.ch

Rue Mauverney 19 Face à la Migros P gratuit





