

N° 161
AVRIL 2025

GLANDCITÉ

aegr

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



CULTURE

5

La prog du
Gilly Poprock!

ÉCONOMIE

5

Les asperges
de Gland

7

COMMUNE

Ouverture prochaine
du Café-Boulon

12

VIE ASSOCIATIVE

21

Ateliers pratiques dans
les jardins d'Au-Potager



VOUTAT

SANITAIRES • CHAUFFAGES • PISCINES
ÉNERGIES RENOUVELABLES

seic | Installations

Votre partenaire local pour toutes vos installations électriques.

Qu'il s'agisse d'une nouvelle construction, d'une transformation ou d'une rénovation, SEIC réalise toutes vos installations électriques.

- éclairages, prises, interrupteurs;
- mise aux normes d'installations électriques;
- amélioration de l'efficacité énergétique;
- service, entretien et dépannage 24/24.

Nous garantissons la qualité et la sécurité de vos installations électriques!

Dépannage
24 h/24



Contactez nos spécialistes
seic.ch/installations-electriques/



Votre pergola pour le printemps !



Depuis 1986

Des solutions pour votre Habitat

cei
Habitat SA



Nouveau
Showroom Rue de
la Combe 9, 1196
Gland, Vaud

Vérandas / Pergolas / Fenêtres / Portes / Barrières de Balcon / Volets Roulants



Installations
sanitaires

Parois de douche

022 362 30 30

www.buchssanitairesa.ch



A votre service
depuis 1976

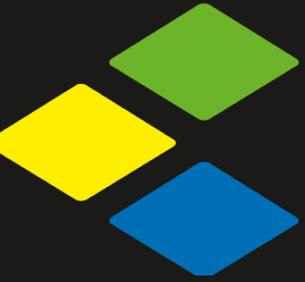
Tél. 022 364 42 10 • Fax 022 364 38 33
Gland/Nyon • www.proma.ch



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*



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: 13 juin 2025

Remise des publicités / publiereportages:

Délai: 14 mai 2025
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

Rédacteur en chef

Romain Marchand - redac-gc@aegr.ch

Ont collaboré à ce numéro

Valérie Bujes - valerie-gc@aegr.ch
Géraldine Chytil - geraldine-gc@aegr.ch
Sarah Liman - sarah-gc@aegr.ch
Marie Jobin (pages communales)

Tirage de ce numéro

11'800 exemplaires
Distribution gratuite dans
tous les ménages de Gland,
Prangins, Duillier, Vich, Coinsins,
Luins, Vinzel, Begnins, Dully.
Distribué par La Poste

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.

Le vol des nuages



ÉDITO

Si la géo-ingénierie, par exemple autour de la gestion du rayonnement solaire ou de l'élimination du CO₂, est un concept qui commence à occuper une place croissante dans les enjeux environnementaux, sa concrétisation implique de facto nombre de conséquences géopolitiques insoupçonnées et s'y intéresser de plus près est un exercice autant inquiétant que captivant.

C'est grâce à la passionnante infolettre de 420ppm¹ que j'ai eu vent des travaux de Marine de Guglielmo, chercheuse à l'IRSEM², et des craintes relatives de l'Inde face au projet chinois Sky River, suspectant un "vol de nuages" au détriment de ses ressources. Ce projet vise à moduler artificiellement les précipitations au-dessus du plateau tibétain et

à contrôler les « rivières atmosphériques », des courants aériens de vapeur d'eau.

Par ensemencement des nuages, et appuyée par une véritable armée climatique de près de 40'000 personnes, ainsi que d'outils, satellites et modèles météo de haute précision, la Chine espère capter jusqu'à 10 milliards de m³ d'eau supplémentaire.

Ce plateau tibétain est la source des plus grands fleuves d'Asie et un réservoir d'eau dont dépend plus de 50% de la population mondiale. L'on suspecte que des inondations en Inde aient été aggravées par ces interventions, mais il est difficile de prouver une intentionnalité malveillante. De plus, cela soulève un manque de gouvernance internationale sur ces enjeux. A quand la diplomatie des nuages?

L'eau ne connaît pas de frontières et la Suisse est un parfait exemple d'autre château d'eau géopolitique à l'ère des bouleversements climatiques, elle chez qui le Rhin et le Rhône prennent source, et qui est l'un des bassins versants primaires du Pô et du Danube. Des fleuves non seulement vitaux pour notre propre irrigation ou production d'énergie, mais qui versent aussi dans de larges bassins transfrontaliers densément peuplés et aux

besoins tant agricoles qu'industriels, voire éminemment stratégiques. En effet, les glaciers alpins ayant fondu d'environ 60% depuis la fin du XIX^e, eux qui alimentent 30 à 40% du débit du Rhône en été, et les jours d'enneigement ayant été divisés par 2 en-dessous de 800m rien que depuis les années 1970, quel sera l'impact sur le débit et la température du Rhône à moyen terme, ainsi que sur les relations franco-helvétiques à l'avenir, sachant que la France possède 14 réacteurs nucléaires à refroidir rien que sur le long de ce fleuve? Des réacteurs déjà contraints de réduire leur production lors des dernières canicules... Quid des autres futurs enjeux diplomatiques avec nos voisins italiens, dont le bassin du Pô représente 40% du PIB, ou au fil du Rhin, qui fournit de l'eau potable à plus de 30M de personnes?

Décidément tout autant inquiétant que captivant. Quelle drôle d'époque!

Romain Marchand

¹ 420ppm.substack.com

² Institut de Recherche Stratégique de l'Ecole Militaire; France.

TO-DO LIST

- Investir
- Récupérer dossard GSR
- Acheter barres protéinées
- Charger montre

Commencez par le plus facile.
Avec Invest Easy, choisissez une stratégie
et laissez-nous faire le reste.

swissquote.com/invest-easy



Invest Easy

 Swissquote

L'Atelier Polyglotte : 10 ans d'aventures linguistiques

Apprendre une langue devrait être une aventure joyeuse, stimulante... et sans peur de l'erreur. C'est la conviction qui anime l'Atelier Polyglotte depuis 10 ans. Située à Gland, cette école unique propose aux enfants de 3 à 16 ans une immersion linguistique où le jeu est au cœur de sa démarche. À sa tête, Bettina, une passionnée de langues et de pédagogie. Elle-même quadrilingue, elle a fondé l'Atelier Polyglotte avec son mari il y a dix ans, en créant un lieu où l'apprentissage des langues rime avec jeu et plaisir.

Apprendre en s'amusant, loin des écrans

Pourquoi les enfants apprennent-ils si facilement une langue? Parce qu'ils osent, expérimentent et s'amusent! Contrairement aux adultes, ils ne craignent pas de se tromper... Mais cette spontanéité peut disparaître si l'apprentissage devient une contrainte. C'est pourquoi l'Atelier Polyglotte mise sur une approche ludique et immersive: les langues se découvrent à travers des jeux, de la musique et des activités créatives. Ici, pas de devoirs ni de tests, mais des interactions vivantes qui ancrent la langue de manière naturelle et durable. En manipulant des objets, en chantant et en bougeant, les enfants développent une relation intuitive avec la langue, loin des écrans et du cadre scolaire traditionnel.

Une équipe engagée pour un enseignement vivant

L'Atelier Polyglotte réunit une équipe d'enseignants natifs, passionnés par la transmission. Actuellement, quatre langues y sont enseignées: l'allemand, l'anglais, le français, l'espagnol... D'autres sont prévues pour répondre à la demande croissante. Les cours, organisés en petits groupes adaptés à l'âge et au niveau des enfants, permettent une immersion linguistique progressive et naturelle, sans stress. Pour ceux qui ont besoin d'un suivi plus personnalisé, des cours individuels sont aussi proposés, à l'Atelier ou à domicile.

Une école pour toutes les familles

En parallèle des cours réguliers, l'Atelier Polyglotte propose des ateliers pendant les vacances scolaires, sous forme de demi-journées ou journées complètes. Une manière idéale pour les enfants de pratiquer la langue autrement, en explorant de nouvelles thématiques tout en s'amusant. L'Atelier Polyglotte s'engage à rendre l'apprentissage des langues accessible au plus grand nombre. Un cours d'essai gratuit permet aux enfants de découvrir l'univers de l'école et des facilités de paiement ainsi que des réductions sont proposées pour les fratries ou les inscriptions multiples.

Pour les plus grands et les enfants bilingues...

L'Atelier accompagne aussi les élèves plus âgés en leur proposant un soutien structuré pour faciliter leur transition scolaire. Il prépare également aux examens, comme l'ECR, et accompagne les élèves, jusqu'au gymnase compris, en cours privés. L'école soutient aussi les enfants bilingues pour qu'ils conservent et développent leur niveau dans leur langue maternelle. Elle aide également ceux qui s'apprêtent à déménager dans un pays anglophone, germanophone ou hispanophone, en leur offrant une préparation linguistique adaptée.



Et demain? Une école tournée vers l'avenir

Avec plus de 150 enfants fréquentant l'Atelier Polyglotte chaque année, l'école est devenue un acteur incontournable de l'apprentissage des langues pour les enfants à Gland et ses environs. Et son développement ne s'arrête pas là. Bettina, sa directrice visionnaire, ne manque pas d'idées pour faire évoluer l'école. Elle souhaite explorer encore davantage le chant comme outil d'apprentissage, développer des cours de théâtre pour renforcer l'expression orale et, pourquoi pas, étendre son concept à d'autres communes. Son objectif? Offrir toujours plus d'opportunités aux enfants d'apprendre les langues avec plaisir et confiance.

Envie de voir votre enfant s'épanouir en découvrant une nouvelle langue? L'Atelier Polyglotte vous attend!



Atelier Polyglotte

Rue du Borgeaud 16 - 1196 Gland
+41 78 666 86 65
info@atelier-polyglotte.ch
www.atelier-polyglotte.ch
Facebook: AtelierPolyglotteSuisse
Instagram: @atelierpolyglotte

PROMOTIONS



lehgend.ch



CHF 995.-



CHF 699.-



CHF 139.-



CHF 995.-



CHF 499.-



CHF 995.-

Lehgend.

Votre spécialiste en électroménager



Lehgend SA
Av. du Mont Blanc 2
1196 Gland
022 354 05 05

Gilly Poprock Festival : une programmation explosive pour sa 14^e édition

CULTURE

Du 22 au 24 mai, une superbe palette d'artistes feront vibrer le village de Gilly, parmi lesquels Eagle-Eye Cherry, Simone Ringer, Stuck in The Sound ou encore Soen.

Ce sont quelque 2200 spectateurs qui sont attendus cette année, lors des trois soirées du Gilly Poprock festival. Au programme: 14 concerts, de belles têtes d'affiche et des découvertes musicales suisses et internationales. Mais le festival, c'est aussi un lieu de fête avec sa grande scène sous un hangar à l'acoustique puissante, une seconde scène au nom d'Equinoxe, entourée de trois bars et de cinq food trucks. De quoi passer une excellente soirée.

Un style musical par soirée

Le jeudi va envoyer du lourd avec trois concerts qui feront vibrer les festivaliers adeptes de rock-métal. En tête d'affiche: **SOEN**, un groupe progressif suédois. Leur son, teinté d'heavy métal et de rock psychédélique, se distingue par des structures musicales mélodiques, lourdes et sophistiquées. «C'est l'un de mes coups de cœur de cette édition. Je tenais absolument à les faire venir au festival. Après quatre ans de négociation, les planètes se sont enfin alignées», se réjouit le responsable de la programmation, Steve Schwerzmann. Le même soir, le trio lausannois **HEY SATAN** va immerger la grande scène de groove et de fureur. Après deux albums joliment salués, le groupe a enchaîné les scènes, clubs et festivals, ces dernières années. Puis, **MADAM**, groupe originaire de Toulouse et de Tarbes, enflammera l'auditoire avec un rock sans filtre armé de riffs et d'un chant puissant.

Sur la petite scène, le groupe suisse **SHOWCAVE** s'amusera à mélanger les genres, avec une lichette de pop, un shot de punk et une rasade de Rock. «Le métal est

trop peu mis en avant dans les festivals. Je suis heureux de dédier une soirée à ce genre musical», explique Steve Schwerzmann qui est, par ailleurs, musicien et programmeur au Backstage Pub de Gland.

Le vendredi aura une coloration plus électro avec le quatuor de rock alternatif français **STUCK IN THE SOUND**. Formé en 2002, le groupe a été influencé par des groupes comme Nirvana, les Pixies et Sonic Youth. Après 6 ans d'absence, ils reviennent en force pour un nouveau chapitre.

Sur fond de rock tendu et nerveux, **FABULOUS SHEEP** fait son retour à Gilly. Le son du groupe français est à la rencontre de la scène punk et du post-punk britannique. Toujours sur la grande scène, **NERLOW** ne va laisser personne indifférent. Cet artiste prometteur de la nouvelle scène musicale française n'est pas facile à ranger dans une case. Un peu pop, un peu électro et un peu chanson.

Sur la scène Equinoxe, les Nyonnais de **SWAAB** sont de retour. Le quatuor rock indé a évolué avec un univers qui s'étend de la fin du grunge jusqu'au feu d'artifice électronique. Ce même vendredi, pour finir en beauté la soirée, c'est le **DJ SAIKO** qui enflammera la petite scène. De plus, le Nyonnais, coutumier des festivals et clubs de l'arc lémanique, sera aux platines tous les soirs après le dernier concert.

Eagle-Eye Cherry de retour en Suisse

Le menu de la soirée du samedi sera flamboyant avec en tête d'affiche **EAGLE-EYE CHERRY**. La star suédoise, au tube planétaire «Save Tonight», prépare une nouvelle tournée mondiale. Et c'est avec le Poprock qu'il entame son retour en Suisse. Un autre concert à ne pas rater le samedi est celui **SIMONE RINGER**. De sa mère, elle a hérité son timbre vocal. De son père, son goût pour le rock. La fille des Rita Misouko est l'incarnation de

l'intensité musicale au féminin. Un autre coup de cœur du responsable de la programmation, l'artiste neuchâtelois **RAW** sera sur la grande scène avec ses morceaux rock aux arrangements habiles, emplis d'émotion. Lors de cette dernière soirée, la petite scène accueillera les cinq complices de **CLIMAX**. Enfants illégitimes de Franz Ferdinand et Philippe Katerine, les Lausannois conjuguent allègrement flûte traversière et gros amplis, pour livrer une musique joyeuse et bordélique, profonde et déjantée.

Tremplin pour jeunes musiciens

Cette année encore, un tremplin pour les jeunes artistes a été mis en place. A l'issue d'un concours dont la finale se déroulera le 10 mai au Backstage Pub de Gland, le grand gagnant aura l'honneur de jouer sur la grande scène du festival, le samedi 24 mai.

Géraldine Chytil



LE VIN À LA BOUCHE

CAVE 
CLUB DES AMATEURS
DE VINS EXQUIS

cavesa.ch

Rue de Malagny 28 - 1196 GLAND

Joyeuse FÊTE DES Mères

La saison commence



**Hôtel
Restaurant de la Plage**
Famille PERTUZ
Ch. de la Falaise - 1196 Gland
022 364 10 35

Filets de perches, poissons du lac,
viandes grillées, terrasse, vue sur le lac
www.hoteldelaplage.ch



ABSOLUMENT CHOCOLAT
Nicolas Manzoni | Artisan-Créateur
Rue du Jura 12 - 1196 Gland

La beauté n'a pas d'âge

Beaute Lys



www.beaute-lys-gland.ch Tél. 022 364 15 71

Schweizer

Bijoux - Créations - Montres



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



La boutique pour le cadeau sympa
qui fera la joie de vos mamans.
www.passioncadeaugland.ch



Pensez à la Fête des Mères

Route de l'Etraz 51
1267 Vich
Tél. 022 364 36 13
www.bissatsa.ch

Au Cœur des Saveurs



Boulangerie - Pâtisserie artisanale
Traiteur - party

Daniel Baumgartner

Gland-Nyon-Crassier
Ouverture à Luins

ENVIE D'UN POULET RÔTI ?

Visitez notre place de vente la plus proche

maxpoulet.ch/fr/rotisseurs

Dès à présent à

Gland & Vich

Tous les **MERCREDIS** :

GLAND : Marché hebdomadaire

Tous les **DIMANCHES** :

VICH : Rue de l'Etraz 6



PLUS D'INFOS

026 422 38 55

info@maxpoulet.ch
www.maxpoulet.ch



Les asperges de Gland



ÉCONOMIE

Nous avons la chance, à Gland, de pouvoir acheter des asperges vertes cultivées sur place, ce qui n'était plus possible depuis les années 1970. Rencontre avec Pascal Chollet, qui a relancé cette culture aux alentours de 2009, afin de nous transmettre le souvenir du goût de son enfance.

En reprenant l'exploitation de la Petite Lignière, Pascal Chollet souhaitait s'appuyer sur ce qui existait mais également se confronter à une nouvelle approche. Après s'être spécialisé dans la culture des petits fruits et des asperges, il s'est finalement focalisé sur ces dernières et les fraises, en raison de la demande de ses clients.

La culture de l'asperge

Cette culture est assez technique. Tout d'abord, la production de l'asperge n'est pas immédiate; deux à trois années sont nécessaires avant de pouvoir les récolter. D'année en année, c'est la griffe (les « racines ») qui assure la survie de la plante mais également la récolte: il est donc important de ne pas épuiser la plante, afin qu'elle puisse, dès la fin du printemps, former une nouvelle griffe. Les tiges vertes, pourvues de cladodes (ce ne sont pas de véritables feuilles) fabriquent de l'amidon qui, grâce à la photosynthèse, va s'accumuler dans les racines. Ces réserves

serviront, au printemps suivant, à la croissance des bourgeons que nous consommons. L'asperge est une plante dioïque, c'est-à-dire qu'il existe des plants mâles et des plants femelles (afin d'obtenir des grains fertiles une fois montés en fleurs), mais la culture se fait dans la mesure du possible avec des variétés mâles. Enfin, il faut trouver un équilibre entre le travail fourni par le producteur, la récolte et la vente.

D'ailleurs, afin que les asperges soient disponibles à Pâques, l'agriculteur cultive ses asparagus officinalis sous de mini-tunnels. Sans cela, ces légumes ne seraient récoltés que vers la fin avril.

Asperges vertes ou asperges blanches ?

A Gland, pour l'instant, ce sont les asperges vertes qui ont le vent en poupe. Dans d'autres régions de la Suisse romande, ce sont plutôt les blanches. Bien qu'elles portent le même nom, leur culture est complètement différente. En effet, les vertes sont en réalité les bourgeons extérieurs que nous consommons, alors que les blanches sont cultivées dans le sol (pas de photosynthèse donc elles restent blanches). Pour ce faire, la griffe est recouverte d'une grande butte de terre, la récolte se faisant à l'aide d'une gouge. La technique de récolte diffère donc de celle de l'asperge verte. Enfin, n'oublions pas que les asperges blanches doivent être obligatoirement pelées

avant consommation, alors que les vertes sont moins contraignantes.

Cependant, la demande pour des asperges blanches augmente. Il n'est pas impossible qu'il existe bientôt des asperges blanches glandoises.

Où les trouver ?

Dès 2012, il a été possible, pour les clients, d'acheter des asperges dans les casiers de la ferme. Cette solution était bonne, cependant la diversité des produits n'était pas assez importante. Par la suite, un marché à la ferme a été inauguré. Le lien social a fortement contribué à son succès. Du point de vue de Pascal Chollet en revanche, les saisons creuses ont pesé plus lourd dans la balance économique que les 3 ou 4 mois de production et récolte. Fermé il y a presque 2 ans, il a été remplacé depuis quelques mois par un self-service, auquel les clients accèdent grâce à une application sur leur smartphone. La Petite Epicerie est un nouveau modèle de vente qui implique effectivement un changement d'habitude d'achat. Selon l'agriculteur, cette forme d'épicerie alternative peut être promise à un bel avenir.

Dans cette édition, découvrez une recette qui sent bon le printemps ... et l'asperge locale !

Valérie Bujes



SANTOS
ASSURANCES & CRÉDITS



DEPUIS 1987

Gestion sans frais

de
vos Assurances et Crédits

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



Ton épicerie qui roule
vers un futur sans déchet



Scanne-moi:
ZÉLO

Essaie notre offre découverte pour 95.-
livraison incluse

L'offre découverte à 95.- est pour 2 personnes et contient:
Fruits, légumes, pain, fromage, lard de Begnins, oeufs,
yaourts, céréales.



-90% empreinte carbone - Zéro déchet - Livré à vélo

079 604 99 01

www.zelo-sa.ch

Nyon - Gland - Rolle

RAIFFEISEN



**Christophe Meylan
Olivier Rochat**
Conseillers clientèle
entreprises

**Banque Raiffeisen
de Gimel**
Avenue du Mont-Blanc 4
1196 Gland

Tél. 021 821 88 88
gimel@raiffeisen.ch
www.raiffeisen.ch/gimel

Optimisez la Gestion de Votre Trésorerie avec Raiffeisen

La gestion efficace des liquidités excédentaires est un levier stratégique pour toute entreprise. Chez Raiffeisen, nous vous proposons des solutions adaptées pour faire fructifier votre trésorerie tout en conservant la flexibilité nécessaire à votre activité.

Optimisez vos liquidités excédentaires

Laisser vos excédents de trésorerie inactifs sur un compte courant, c'est renoncer à des opportunités de rendement. Une gestion optimisée permet de :

- Maximiser vos gains avec des placements adaptés.
- Sécuriser votre capital avec des instruments sûrs.
- Préserver votre flexibilité financière.

Nos solutions de placement

Comptes Épargne Entreprises 31, 91 et 180

> souplesse et rentabilité

Bénéficiez d'un rendement attractif tout en conservant une certaine disponibilité :

- **Compte Épargne Entreprises 31** : préavis de retrait de 31 jours, idéal pour le court terme.

- **Compte Épargne Entreprises 91** : préavis de 91 jours, avec un taux plus avantageux.
- **Compte Épargne Entreprises 180** : préavis de 180 jours, offrant un rendement optimisé.

Placements à terme (3 à 12 mois)

> sécurité et rendement garanti

Bloquez un capital de 3 à 12 mois et bénéficiez d'un taux fixé à l'avance. Une solution idéale pour sécuriser un rendement stable à court et moyen terme.

Raiffeisen, votre partenaire financier !

Nos conseillers vous accompagnent dans la gestion efficace de votre trésorerie. N'hésitez pas à les contacter.

Votre audition, notre priorité !

Auris Audition est un centre auditif implanté depuis plus de 10 ans à Gland et voici notre mission: offrir aux personnes souffrant d'une déficience auditive une prise en charge personnalisée et efficace pour améliorer leur qualité de vie.

Une équipe d'experts à votre service

Nous sommes trois audioprothésistes passionnés par notre métier: Cloé, Marie et Matthis.

Des solutions auditives sur-mesure

Nous proposons un large éventail de services pour répondre aux différents besoins de notre patientèle:

- **Bilan auditif personnalisé et gratuit**
- **Adaptation et réglages d'aides auditives**
- **Prise en charge des acouphènes**
- **Protections auditives sur-mesure**
- **Training auditivo-cognitif**: grâce à un fauteuil de rééducation innovant, nous offrons des exercices ludiques visant à améliorer les capacités de compréhension de la parole, dans le calme et dans le bruit.
- **Déplacements à domicile** pour les patients qui ne peuvent pas se déplacer.

Une technologie de pointe pour un confort optimal

En tant qu'audioprothésistes indépendants, nous travaillons avec toutes les marques d'appareils auditifs afin d'offrir les dernières innovations technologiques et de proposer la solution adaptée aux besoins de chacun.

Un suivi personnalisé et une approche humaine

Nous savons combien l'audition est essentielle pour maintenir une bonne qualité de vie et des interactions sociales harmonieuses. C'est pourquoi nous prenons le temps d'écouter chaque patient, de comprendre ses attentes et de proposer des solutions sur-mesure en fonction de son mode de vie et de son environnement sonore.

Venez nous rencontrer

Nous vous accueillons dans un cadre chaleureux avec le sourire (et un petit café) pour vous offrir les meilleures solutions auditives.

Horaires d'ouverture

Lundi - Jeudi - Vendredi:
8h45 à 12h30 / 13h30 à 17h45
Mardi et Mercredi: 9h à 12h30 / 13h30 à 18h
Suivez-nous sur Instagram et Facebook pour découvrir nos conseils et nos actualités!



Auris Audition Gland
Grand Rue 30 - 1196 Gland
Tél.: 022 364 64 84
Mail: gland@aurisaudition.com
Site web: www.aurisaudition.ch



Tarte flambée (Flammeküche) aux asperges



un bord de 1 à 2cm. Pour terminer, vous n'aurez plus qu'à la garnir d'asperges et d'oignons et la parsèmerez de Gruyère.

La tarte flambée se cuit entre 10 et 15 minutes dans un four très chaud, à 240°C. Elle ne doit pas brûler.

Il existe toujours des variantes que vous pourrez tester, en faisant griller quelques petits lardons par exemple, en utilisant de la farine d'épeautre voire de la pâte à pizza. Pour une touche encore plus printanière, vous pouvez la décorer avec quelques feuilles d'ail des ours séchées et ciselées!

Bon appétit!

Valérie Bujes

GASTRONOMIE

Voici une idée de recette printanière, avec de bonnes asperges vertes locales, cultivées à la Petite Lignière de Gland. Cela conviendra pour 4 personnes, idéal comme accompagnement voire comme apéritif.

Pour la fabrication de la pâte à tarte flambée, vous pouvez utiliser un robot avec un crochet. Dans ce cas-là, mettez la farine et le sel. Actionnez-le puis ajoutez doucement l'eau et l'huile. Pour obtenir une pâte homogène et lisse, il faut la pétrir pendant quelques minutes. Il est également possible de préparer

à la main. La pâte doit se détacher facilement du crochet. Formez une boule. Il n'est pas nécessaire de la laisser lever.

Vous allez partager la pâte en deux et l'abaisser à 1mm sur un peu de farine, puis la disposer sur des plaques de cuisson recouvertes de papier sulfurisé.

Dans une poêle, mettez le beurre à fondre et faites-y revenir les oignons à feu moyen. Ils n'ont pas besoin d'être cuits ou tendres.

Enfin, pour la garniture, il faudra mélanger la crème acidulée, le séré, le sel et le poivre et l'étaler sur la pâte, en laissant comme toujours

Ingrédients

Pour la pâte:

- 250g de farine bise
- 1 pincée de sel
- 1.25dl d'eau
- 0.35dl d'huile de colza suisse

Il est également possible de gagner un peu de temps en utilisant 2 pâtes de 260g pour tarte flambée prêtes à l'emploi.

Pour la garniture:

- 100g de crème fraîche (crème acidulée)
- 100g de séré à la crème
- sel et poivre
- 500g d'asperges vertes parées, coupées à la mandoline
- 20g de beurre
- 1 oignon nouveau finement coupé
- 4cs de Gruyère râpé

Nous avons ouvert à Gland ! 📍

Votre nouvelle papeterie est là pour répondre à tous vos besoins : bureau, école et maison.

☎ 022 566 22 20

✉ papetech@papetech.ch

🌐 www.papetech.ch

Venez vite nous découvrir, nous avons hâte de vous accueillir !

PAPÉTECH



RUE DE LA PAIX 1B
1196 GLAND



Poney club et école d'équitation

Baby poney dès 2 ans, cours pour enfants et ados

Balades à poneys, stages durant les vacances

Pension de chevaux

www.ecurie-gland.ch · Tél. +4179 662 52 17

La gestion immobilière de confiance au cœur de Gland

Avec plus de 35 ans d'expérience dans l'immobilier, Christian Gander a fondé son entreprise en 2016. Fin 2024, la société quitte Dully pour des locaux plus vastes et lumineux situés à Gland sur l'Avenue du Mont-Blanc, un emplacement idéal qui facilite l'accueil des clients et renforce la proximité.

Une entreprise à taille humaine, centrée sur la relation client

Chez CCGI Sàrl, la gestion immobilière ne se limite pas à traiter des dossiers. C'est avant tout une aventure humaine basée sur l'écoute et la confiance. Chaque dossier est géré avec une approche personnalisée, chaque client est accompagné avec attention. Vanessa, la fille de Christian Gander qui collabore au sein de l'entreprise depuis sa création renforce et cultive cette approche fondée sur la proximité.

Une équipe soudée et qualifiée, au service de vos biens

L'équipe, composée de cinq collaboratrices et collaborateurs se réunit chaque matin pour discuter des dossiers en cours mais aussi pour entretenir une dynamique conviviale et efficace. Trois personnes sont titulaires du Brevet fédéral de gérant d'immeubles et une

du Brevet fédéral de spécialiste en finance et comptabilité. Un gage de sérieux et de compétence pour les propriétaires qui confient la gestion de leurs biens à cette entreprise de renom.

Des services complets et personnalisés

CCGI Sàrl est spécialisée dans la gestion d'immeubles locatifs, d'habitations et de biens commerciaux ainsi que dans l'administration de PPE. Elle propose aussi du courtage et accompagne ses clients dans la rénovation de leurs bâtiments, notamment en prévision de la révision de la loi vaudoise sur l'énergie, un domaine technique en constante évolution, qui nécessite un accompagnement par des experts aguerris.

Confiez votre bien à des professionnels de confiance

Opter pour CCGI Sàrl, c'est choisir une entreprise de proximité, réactive et engagée dans une gestion personnalisée de vos biens. Une adresse incontournable pour une gestion immobilière sécurisée et performante.



CHRISTIAN GANDER
GESTION
IMMOBILIÈRE



CCGI Sàrl

Avenue du Mont-Blanc 24 A
1196 Gland
Tél. +41 22 995 90 90
info@cggi.ch - www.cggi.ch

Une slasheuse à Gland



Depuis fin 2024, Gland accueille un lieu unique: LN Studio Coiffure et Explore Coaching, réunis dans un espace intime et convivial. À l'origine de ce projet, Héléne Burri, une véritable slasheuse* qui exerce avec passion les métiers de coiffeuse depuis 34 ans et de coach depuis 20 ans.

Dès que vous franchissez la porte, vous êtes accueilli dans un cadre chaleureux et apaisant, avec une vue imprenable sur le jardin. Un espace coiffure équipé d'un fauteuil massant pour une détente optimale, un coin ongles mettant en avant les produits OPI, et un

coin cosy aménagé avec goût dédié au coaching. Tout est pensé pour votre confort et votre bien-être.

Chez LN Studio Coiffure, Héléne prend le temps de comprendre vos envies et besoins. Son approche personnalisée se traduit par des coupes adaptées, des colorations sur mesure et des coiffures élégantes pour toutes les occasions. Héléne fait des soins profonds pour vos cheveux, des massages crâniens. Elle se forme régulièrement pour rester à la pointe, et travaille avec des marques de confiance comme Goldwell et GHD.

Avec Explore Coaching, Héléne propose un éclairage différent sur vos situations. Spécialisations: prévention du burn-out, gestion du stress, amélioration du travail en équipe. Elle offre un espace d'écoute bienveillant pour vous aider à avancer avec plus de clarté.

Café, thé, chocolat chaud ou sirop vous sont offerts pour accompagner ce moment à vous. Ce lieu vous invite à faire une pause loin de l'agitation quotidienne.

Les clients d'Héléne témoignent régulièrement sur Google de la qualité de l'accueil et du bien-être ressenti. N'hésitez pas à consulter les avis pour vous faire une idée.

**Une slasheuse est une personne qui exerce plusieurs métiers en parallèle.*

Rendez-vous: 078 685 94 87
www.ln-studio-coiffure.ch |
www.explore-coaching.ch
Ch. des Magnenets 19A, 1196 Gland
Insta: @lnstudiocoiffure
Facebook: LN Studio Coiffure

VILLE DE
Gland

ÉCONOMIE CIRCULAIRE

Un lieu plein
de ressources

\\ 12

JEUNESSE

Barcelone sans ses parents,
une aventure inoubliable

\\ 13



DES PAROLES AUX ACTES //

«Faisons évoluer la participation citoyenne». En voilà une belle idée inscrite dans le programme de législature 2021-2026 de la Municipalité de Gland. Elle pourrait paraître abstraite, voire ressembler à l'un de ces slogans qui sonnent bien, mais ne débouchent jamais sur du concret.

Et pourtant, à Gland, cet engagement n'est pas resté lettre morte. Depuis 2023, plusieurs initiatives ont vu le jour pour inclure davantage les citoyens dans les réflexions et projets de la Ville. À commencer par le Budget participatif, un outil innovant permettant aux habitants de décider de l'utilisation d'une partie des ressources financières communales.

Les News communales #161

// Rédactrice responsable: Marie Jobin // Responsable édition: Christine Girod // gland.ch

Ainsi, une vingtaine de Gandoises et Gandois ont pu soumettre leur idée au vote de la population. Ce scrutin, organisé sur la plateforme participe.gland.ch, a mobilisé près de 1000 personnes fin 2024. Comme vous pourrez le lire dans l'article ci-dessous, une nouvelle étape a été franchie lors d'une soirée qui a eu lieu le 13 février. C'est – non sans une certaine émotion – que nous avons à cette occasion dévoilé les trois lauréats dont les beaux projets verront le jour.

Parmi les autres actions en faveur de la participation citoyenne, citons le sondage effectué en 2023 sur le Transport Urbain Gandois (TUG). Vous avez été plus de 1800 à y prendre part, plaidant notamment pour une diversification de l'offre. Je pense également à vos contributions actives à la recherche de solutions pour le Plan lumière.

Un levier central pour la participation citoyenne à Gland est le partenariat avec l'Université de Lausanne qui a été conclu en 2023. En collaboration avec le Laboratoire de psychologie sociale, deux brochures ont été conçues pour favoriser l'implication des habitants. L'une est destinée à

l'interne, aux collaboratrices et collaborateurs de l'Administration pour soutenir les demandes de la population, et l'autre aux habitantes et habitants qui sont les porteurs de projets.

Autant d'initiatives qui visent à vous donner la parole, à répondre à vos attentes et besoins, tout en faisant éclore votre créativité et de nouvelles idées!

Voilà le but que s'est fixé la Municipalité de Gland, qui met un point d'honneur à favoriser à tout prix la citoyenneté, l'intégration et l'inclusion en se mettant au service et à l'écoute des habitants.

Je tiens à remercier ici tous les acteurs de ces démarches participatives: je citerai l'Administration, la population, les porteurs d'idées, les prestataires... vos avis, vos partages, votre détermination à faire germer des solutions est exemplaire. Bravo et bonne suite dans notre belle Ville de Gland!

*Christine Girod,
Syndique*

Budget participatif: trois projets citoyens verront le jour

PARTICIPATION // Les lauréats ont été dévoilés au mois de février. Leurs idées se réaliseront grâce à une enveloppe financière mise à disposition par la Commune.

Encourager les habitants à façonner leur ville, c'est l'objectif du Budget participatif mis en place par la Municipalité de Gland. Pour rappel, la Ville a décidé d'allouer une enveloppe de 100'000 francs dans le but de financer des initiatives imaginées par ses habitants. Après un dépôt des idées mi-2024 et une phase de vote qui a mobilisé près de 1000 personnes en fin d'année, les gagnants sont désormais connus.

JOUER PAR TOUS LES TEMPS

Sur la plus haute marche du podium se hisse le projet porté par Frédéric Noyer, Christian Balmat, Vanessa Faraday et Andrew Imhoff. Avec 318 voix glanées, leur idée de couvrir un terrain de basket

extérieur permettant de s'entraîner par tous les temps a su séduire les Gandois.

La Municipalité, elle aussi, s'est montrée enthousiaste. Elle a par conséquent décidé d'intégrer cet aménagement dans un préavis communal. Ainsi, la couverture de deux surfaces situées aux Perrerets sera entièrement financée par la Commune, indépendamment du Budget participatif.

PARTAGER ET ÉCHANGER

Arrivé en deuxième position avec 295 votes, le Café-Librairie «L'ivresque» s'articulera autour de la lecture. On y retrouvera, d'un côté, un coin café-librairie où les clients pourront savourer boissons chaudes et pâtisseries tout en ayant la possibilité d'acheter des livres, et de l'autre, un espace cosy idéal pour lire, travailler ou étudier.

Des ateliers d'écriture et événements thématiques viendront compléter l'offre de ce beau projet imaginé par Taïba Faik, Nicolas Duetsch et Justine Mamejean. Sa réalisation est estimée à environ 35'000 francs.

UN ABRI POUR LES BAIGNEURS

La plage de la Falaise va bientôt être dotée d'un espace abrité équipé de casiers à cadenas, une initiative qui a séduit 241 votants. Pensé par Waltraud Casson, Anne Du Sordet et Gisèle Nanchen, ce projet répond aux besoins des nageurs qui, été comme hiver, bravent les eaux du Léman.

Actuellement, les vestiaires les plus proches sont situés vers le parking, ce qui pose des problèmes, en particulier en cas de froid et d'intempéries. Grâce à un financement de 32'300 francs, la nouvelle structure offrira davantage de confort aux baigneurs.



Un lieu plein de ressources

ÉCONOMIE CIRCULAIRE // Que vous soyez un jeune qui cherche sa voie, une association en quête de locaux, un chineur passionné ou un simple citoyen curieux, le Café-Boulon vous ouvre prochainement ses portes.

D'ici quelques semaines, un nouveau lieu chaleureux verra le jour à Gland. Installé juste au-dessus de la déchèterie, le Café-Boulon ouvrira ses portes au public courant mai. Accessible à toutes et tous,

cet endroit atypique se distingue par plusieurs particularités.

À commencer par son coin café, où chaque meuble – chaises, tables et autres équipements – provient de la déchèterie. Ces objets retrouvent une seconde vie grâce à la Ressourcerie, l'atelier du Café-Boulon dédié à la rénovation du mobilier. Et bonne nouvelle pour les amateurs de belles trouvailles : toutes ces pièces sont à vendre ! « C'est un lieu qui se veut

convivial et intergénérationnel, où chacun peut venir chiner et se rencontrer », indique la déléguée à la jeunesse, Catherine Laravoire.

Et ce n'est pas tout. Dès la rentrée scolaire 2025, l'atelier la Ressourcerie accueillera plusieurs stagiaires âgés de 16 à 25 ans, en insertion socioprofessionnelle. L'objectif ? Permettre à des jeunes en rupture de se préparer au marché de l'emploi, en développant leur estime de soi, leur savoir-être et leur savoir-faire. À travers une initiation au travail du bois et à la vente, ils acquerront des compétences relationnelles et techniques utiles à leur avenir.

« Ce projet vise à aider des jeunes femmes ou hommes, souvent éloignés du monde professionnel, à reprendre confiance en eux dans un cadre bienveillant. Ils enrichiront leur CV tout en ayant droit à une rémunération », explique Aline Ceferino, conseillère en insertion socioprofessionnelle pour Activ'Action. Aux côtés d'un maître socio-professionnel (MSP) et d'une aide MSP, elle accompagnera ces stagiaires tout au long de leur parcours.

Le Café-Boulon ambitionne ainsi de devenir un carrefour de l'économie circulaire et du savoir-faire partagé. À moyen terme, le souhait est que les habitants puissent non seulement chiner, mais également restaurer eux-mêmes leurs meubles dans l'atelier, en bénéficiant de matériel et d'un encadrement professionnels. Quant aux associations et aux citoyens, ils auront la possibilité de louer une partie de cet espace où l'on offre une seconde vie aux objets... mais aussi, parfois, un nouveau départ à celles et ceux qui en ont besoin.



Aline Ceferino, Catherine Laravoire et Lyne Arnold.

La Ville de Gland accueille la Fête de la Nature !

MANIFESTATION // Du 21 au 25 mai, la Commune célèbre les multiples relations que nous entretenons avec la nature.

La fête débutera le mercredi 21 mai au marché, avec un stand qui proposera de nombreuses activités pour petits et grands, telles que la confection de nichoirs ou la fabrication de bombes à graines. De nombreux lots seront également à gagner !

Du jeudi au dimanche, divers ateliers se dérouleront sur le territoire de la commune. Préfèrerez-vous apprendre à dessiner des fleurs, admirer les oiseaux à l'aurore, déguster un apéritif de plantes sauvages ou encore méditer en pleine nature ?



PROGRAMME

Mercredi 21 mai

Fête de la Nature au marché

Jeudi 22 mai

Balade à la découverte de plantes sauvages comestibles

Vendredi 23 mai

Atelier de fabrication d'instruments musicaux

Samedi 24 mai - Balade ornithologique

Démonstration de débardage au cheval
Atelier de dessin botanique pour adultes
Balade pédagogique « La nature dans la nuit »

Dimanche 25 mai

Méditation dans la nature
Atelier plantons de tomates



Barcelone sans ses parents, une aventure inoubliable

JEUNESSE // Huit élèves de 9P se sont envoyées pour des vacances en Espagne l'été dernier. Bien qu'encadrées par des animateurs du Centre de Rencontres et de Loisirs, elles ont tout organisé elles-mêmes.

Partir en vacances à l'âge de 12 ou 13 ans sans leurs parents, c'est l'aventure dans laquelle se sont lancées l'été dernier huit élèves de Gland. Encadrées par des animateurs du Centre de Rencontres et de Loisirs (CRL), Giulia, Gladys, Morgane, Taiña, Olta, Shanna, Diana et Abril ont passé une semaine en Espagne.

«Le but était de voyager entre copines, sans notre père ou notre mère, confie Giulia. On avait tout d'abord pensé à Londres, mais c'était compliqué à cause du Brexit. On s'est donc tourné vers Barcelone. La ville nous intéressait, mais aussi la possibilité de faire du shopping et d'aller à la mer.»



De leur escapade en Catalogne, les ados retiennent également une super journée passée au parc PortAventura où elles ont découvert des « attractions folles » ou une sortie au marché lors de laquelle elles ont pu « tester plein de trucs nouveaux ». « Je me rappelle une sorte de patate torsadée au goût de carton, rigole Gladys. On a cru que les pommes de terre étaient périmées, mais non, c'était juste dégueu ! »

Des souvenirs de nourriture, les amies en ont d'autres, en Suisse cette fois-ci. Car pour réaliser leur voyage, les filles ont organisé plusieurs ventes de pâtisseries. « Lors de la Gland Spring Run, de l'inauguration du Skate Park, ainsi que dans des supermarchés », précisent-elles. « Ces opérations ont permis de financer environ 50 % de leur séjour, qui a coûté autour de 700 francs par personne », complète Samy Ben-Slama.

Responsable du Centre de Rencontres et de Loisirs de Gland, ce dernier se réjouit de pouvoir accompagner des ados dans de telles démarches. « Nous

avons lancé en 2024 ce programme d'aide aux projets de jeunes, explique-t-il. Le voyage à Barcelone a été le premier réalisé dans ce cadre. Le but est de leur proposer un appui pour l'organisation de leurs vacances. Nous les soutenons par exemple dans la construction de leur budget, le choix des moyens de transport et la réservation dans des structures d'hébergement. Nous les accompagnons aussi sur place lorsque les participants sont encore mineurs. »

Une présence qui a principalement pour objectif d'assurer la sécurité physique et morale des jeunes. « Hormis en cas de problème, ils ou elles gèrent le quotidien, indique Samy Ben-Slama. On leur expose notre point de vue si demandé, mais on est également amené à les laisser se planter. Cela fait partie de l'apprentissage. »

Cette belle expérience vécue l'année dernière a donné des idées à d'autres élèves glandois, puisqu'un nouveau groupe de filles est en train de préparer des vacances à Barcelone, prévues en août 2025. Le CRL

propose par ailleurs différents voyages, dont le programme est mis sur pied par les animateurs. Cette année, il sera par exemple possible de participer à des camps itinérants en Croatie, Italie ou Suisse, à un camp « Glisse » à Biarritz ou « Eau vive » près de Lyon, ainsi qu'à un séjour à Europapark.

« En 2026, nous avons également l'ambition d'inscrire des jeunes de 17 à 24 ans au 4L Trophy, un raid automobile solidaire destiné aux moins de 28 ans et couru exclusivement en Renault 4L, ajoute Samy Ben-Slama. Le parcours relie la France au Maroc, où les participants apportent des jouets, des fournitures scolaires, de la nourriture et des dons. »

Un beau programme qui permettra sans nul doute à des dizaines de Glandois de faire le plein de souvenirs et d'émotions !

+ crl-gland.ch

été 2025



**Du 30 juin au 11 juillet
Camp itinérant Croatie**

Un camp de 13 jours afin de découvrir la Croatie. Pula, Zadar, Split, Rijeka nous permettront de découvrir les magnifiques sites et plages croates. Sur le retour, le groupe fera une halte afin de découvrir également la magnifique ville de Venise.



**Du 14 au 18 juillet
Stage «Eau vive»**

5 jours de sport, d'activités aquatiques telles que l'hydrospeed, le kayak, mais aussi la plage et la piscine. Nous visiterons également la région grâce à des courses d'orientation et d'autres jeux prévus par notre équipe.



**Du 21 au 25 juillet
Camp à la montagne**

À la découverte des Diablerets, dans les Alpes vaudoises, par le biais d'activités: accrobranche, visite du glacier et descentes en luge d'été... 5 jours pour découvrir la montagne différemment.



**Du 28 juillet au 5 août
Camp «Glisse»**

Un camp pour découvrir la côte Basque, notamment Biarritz et Saint-Jean-de-Luz à travers des activités comme la pirogue hawaïenne, le surf, des ballades, visites et baignades.



**Du 6 au 15 août
Camp itinérant Italie**

Un camp itinérant à la découverte des villes de Florence, Rome, Naples et Vérone. Des sites et monuments connus mondialement, mais aussi l'ascension du Vésuve et une journée au parc d'attractions Gardaland.



**Du 20 au 23 octobre
Séjour Europa Park**

Séjour à Europa Park, le parc d'attractions qu'on ne présente plus. L'un des plus beaux parcs de loisirs du monde avec plus de 100 attractions et spectacles, ainsi que de superbes décors.

Séjours courts ou plus longs... dynamiques, de qualité, autour d'activités originales, culturelles et sportives



BOUGE & SORS À GLAND

BOUGE

Course populaire

27 avril 2025

On vous attend nombreux pour encourager les coureurs ce dimanche 27 avril à Montoly. Devenue un événement incontournable de la ville, la Gland Spring Run réunira à nouveau plus de 1000 participants, qui s'élanceront à l'assaut des divers parcours de 1, 2, 5 et 10 kilomètres. Pour cette 7e édition, l'ambiance sera, comme toujours, au rendez-vous avec des animations et des stands gourmands. Que vous soyez sportif ou non, en famille ou entre amis, venez profiter d'un moment convivial et festif! Plus d'informations sur glandspringrun.ch.

Festivités

18 mai 2025

Le Centre Sportif d'En Bord vous invite à une journée de découverte et de convivialité pour profiter pleinement de ses nombreuses installations! Que vous soyez passionné de tennis, de foot, de skateboard, de cyclisme ou que vous ayez simplement envie de tester des activités ludiques comme le teqball ou la pétanque, il y en a pour tous les goûts. Rejoignez-nous pour bouger ensemble et faire de cette journée un moment inoubliable!

Course en relais

18 mai 2025

Le club de course à pied de Gland, La Foulée Glandoise, organise une course en relais de 3 heures au centre sportif d'En Bord le dimanche 18 mai. Un défi sportif convivial à partager en équipe! Plus d'informations sur lafouléeglandoise.ch.

Initiation

25 mai 2025

Si votre enfant souhaite découvrir le basketball, ne manquez pas la matinée d'initiation organisée

par le BBC de Gland le dimanche 25 mai 2025. Une occasion parfaite pour s'initier à ce sport dynamique et ludique, tout en développant des compétences physiques et sociales. Séances organisées par catégories d'âge dès 8 ans pour une expérience adaptée à chacun. Plus d'informations par mail: admin@bbcgland.ch.

Yoga & Zumba Wine

4, 11, 18 et 25 juin 2025

Tous les mercredis du mois de juin, venez vivre une expérience unique venue tout droit de Californie, alliant bien-être et plaisir gustatif! Participez à un cours de yoga ou de zumba de 60 minutes, suivi d'une dégustation de vin offerte par le Domaine de la Capitaine. Profitez également de l'occasion pour savourer des planchettes sur leur magnifique terrasse. En cas de pluie, le cours se déroulera sous tente et la dégustation aura lieu dans le carnotzet. Un moment convivial et relaxant à partager entre amis!

+ Retrouvez le programme sportif détaillé sur bouge.gland.ch



SORS

Théâtre de Grand-Champ

Spectacles à ne pas louper!

Amor – Choisir sans renoncer

1er mai et 2 mai à 20h

Un couple quarantenaire cisgenre et monogame, épuisé par la routine et en quête de sens est confronté à ses frustrations et aux mutations des normes socioculturelles. Ils questionnent leur relation et cherchent à aimer de manière authentique et libre tout en explorant les contradictions et les complexités du couple moderne.



Abracadabra - Béatrice Berrut

11 mai à 17h

Bienvenue dans l'univers magique de Béatrice Berrut avec un programme enchanteur inspiré des musiques de films fantastiques comme Harry Potter, La Belle au Bois Dormant et Mary Poppins. Avec des prestations sur les plus grandes scènes mondiales, Béatrice mêle virtuosité et créativité avec brio.

Les métamorphoses de Lilo

16 & 17 mai à 18h

Après la perte de son grand-père, Lilo se renferme sur elle-même. Avec l'aide de deux amis imaginaires et lors d'un séjour chez sa tante, elle entreprend un voyage initiatique en forêt. Ce périple, raconté avec humour et chansons, lui permet de surmonter son deuil, de mieux comprendre son grand-père et de gagner en confiance.

Sessanta spritz - le vrai!

Du 21 au 23 mai à 20h

Entre comédie musicale, théâtre et humour, Sessanta Spritz vous invite à une soirée pétillante et nostalgique. Adriano et Mattia revisitent avec soleil et fantaisie les chansons italiennes des années 60 à 90, accompagnés de textes rafraîchissants de Simon Romang. Porté par Davide Autieri et Cédric Liardet, ce duo promet une dolce vita musicale.

À la Bibliothèque

Emprunte ton Théâtre

Dès le 15 de chaque mois, pour le mois suivant

Envie de participer gratuitement à tous les événements du Théâtre de Grand-Champ pendant 1 mois?

Rien de plus simple! Venez à la bibliothèque demander un pass «Emprunte ton théâtre» en présentant votre carte de la bibliothèque. Deux pass disponibles chaque mois.

Viens jouer à la biblio – Jeux de société

sur le thème des jeux primés (adultes et enfants dès 7 ans)

30 avril de 14h à 17h

Venez jouer en solo ou en famille et profitez d'un moment de détente. Animé par Les Ludivores. Gratuit, sur inscription.

Les Nocturnes de la bibliothèque

22 mai de 18h à 20h30

Les Nocturnes, c'est une ouverture mensuelle supplémentaire, le jeudi jusqu'à 20h30. Les services habituels sont disponibles: emprunts, retours de documents, conseil personnalisé.

Viens jouer à la biblio – Initiation aux jeux de rôle (dès 16 ans)

22 mai de 18h à 21h

Les associations «Les Ludivores» et «SwissRPG» animeront une soirée jeux de rôle durant les Nocturnes de la bibliothèque. Gratuit, sur inscription.

Tricote-parlote

Tous les mercredis

Chaque mercredi, de 17h à 19h, venez tricoter, crocheter et discuter en bonne compagnie autour d'un thé ou d'un café. La plupart du temps un(e) bénévole sera présent(e) pour vous accompagner et vous prodiguer de précieux conseils!

Entrée libre, ouverte aux adultes (dès 16 ans), débutants comme confirmés.

+ Retrouvez le programme culturel détaillé sur sors.gland.ch



LES BRÈVES

LE RENDEZ-VOUS DES TOUT-PETITS

Familles glandoises, à vos agendas! La Ville organise, le samedi 10 mai de 9h à 16h, la 2^e édition du Festival des tout-petits au Collège des Perrereys.

Pensé pour les enfants de 0 à 6 ans, cet événement propose une multitude d'activités adaptées à leur âge: musique, mouvement, lecture, jeux... Une belle occasion pour les petits et leurs parents de partager des moments privilégiés.

Des stands d'information sur les partenaires de la petite enfance seront également présents pour faire découvrir l'offre existante aux familles.

FAITES RÉPARER VOS OBJETS AU REPAIR CAFÉ

Vous avez un objet cassé qui pourrait encore servir? Plutôt que de le jeter, offrez-lui une seconde vie grâce au Repair Café. Dans un lieu convivial, chacun peut apporter ses biens endommagés et bénéficier d'un accompagnement bénévole pour les réparer gratuitement.

Avec le soutien de la Fédération romande des consommateurs (FRC), l'association Demain La Côte organise régulièrement des Repair Cafés dans la région. Les prochaines dates à Gland, au restaurant scolaire de Grand-Champ, sont les samedis 14 juin et 13 septembre 2025 de 11h à 16h.

LUTTONS CONTRE LE FRELON ASIATIQUE

Le frelon asiatique a pris ses quartiers en Suisse depuis 2017. Le district de Nyon ne fait pas exception. Sa propagation y est d'ailleurs extrêmement rapide: le nombre de nids recensés est passé de 1 en 2022 à 65 en 2024, dont 6 signalés sur le territoire glandois. Combattre cette espèce invasive est primordial, car elle représente une menace sérieuse pour la biodiversité indigène.

Si vous apercevez un frelon asiatique ou un nid, commencez par prendre une photo ou faire une vidéo, en veillant à ce qu'au moins un individu soit clairement visible sur les images. Tenez-vous à distance – au moins cinq mètres – et évitez tout contact direct. Notez ensuite les détails de votre observation, comme la date, l'heure, le lieu et l'environnement (forêt, ruches, etc.). Annoncez ensuite le cas suspect sur la plateforme nationale frelonasiatique.ch. Si la présence d'un nid est confirmée, la Taskforce frelon asiatique vous contactera pour vous indiquer la marche à suivre. Une fois le nid détruit, il est important de le signaler sur la même plateforme, en précisant la date d'intervention et l'entreprise responsable. Les frais de destruction sont pris en charge à 100 % par la Ville de Gland, jusqu'à un montant de CHF 700.–.

Les Cartons du Cœur La Côte deviennent les Cartons Solidaires

SOLIDARITÉ // Aide aux personnes démunies

La Ville de Gland soutient l'opération des Cartons Solidaires (anciennement Cartons du Cœur La Côte), une initiative visant à collecter et distribuer des denrées alimentaires ainsi que des produits d'hygiène de première nécessité. Association à but non lucratif, entièrement bénévole et indépendante, Les Cartons Solidaires ont pour mission d'aider les personnes les plus démunies de Gland et de la région.

Chaque semaine, Les Cartons Solidaires apportent un soutien alimentaire à plus de 80 personnes, un nombre en constante augmentation. Aussi surprenant que cela puisse paraître, la faim existe aussi près de chez nous. Personne n'est à l'abri d'un coup dur: chômeurs, personnes en fin de droit, familles monoparentales, personnes âgées, jeunes en quête d'un premier emploi, travailleurs précaires, etc.



Mais une chose est sûre: Les Cartons Solidaires ne laisseront tomber personne.

+ cartons.solidaires@gmail.com -078 653 59 60

Une chasse au trésor incontournable!



VIVAG // Vide-Grenier à Montoly

Le 3 mai 2025, la salle polyvalente de Montoly se transformera en un véritable trésor pour les amateurs de bonnes affaires et de découvertes insolites. De 10h à 16h, le vide-grenier organisé par l'association Vivag vous invite à plonger dans l'univers des objets oubliés et des souvenirs d'antan.

Cette initiative, portée par les aînés glandois, est l'occasion parfaite pour faire le tri dans leurs greniers, caves et armoires. Ces passionnés de la mémoire collective ont décidé de partager avec vous des objets qui ont marqué leur histoire, mais qui n'attendent qu'un nouveau foyer. Que vous soyez à la recherche d'une perle rare, d'un petit objet utile ou simplement d'une belle histoire à raconter, vous trouverez certainement votre bonheur parmi les stands.

L'événement est ouvert à tous, petits et grands, et promet une ambiance conviviale et chaleureuse. C'est l'occasion idéale de passer une journée agréable en famille ou entre amis, tout en soutenant une belle initiative locale. De plus, en achetant des objets de seconde main, vous participez à une démarche écoresponsable en donnant une seconde vie à ces trésors.

Ne manquez pas cette chance de dénicher des objets uniques à bas prix et de faire des rencontres enrichissantes. Rendez-vous le 3 mai à la salle polyvalente de Montoly pour une journée placée sous le signe de la convivialité et de la découverte!

Venez nombreux et préparez-vous à faire de belles trouvailles!



La naturopathie, une approche intégrative du bien-être

Interview avec Candice Lauren Medevielle, naturopathe & infirmière HES à Gland

Candice, comment décririez-vous votre approche en naturopathie ?

Je propose une approche naturelle et personnalisée, qui prend en compte la globalité de la personne. Mon objectif est d'aider mes patients à retrouver équilibre et vitalité en agissant sur les causes profondes de leurs déséquilibres de santé, et non simplement sur les symptômes. Cela passe par un travail sur l'alimentation, la gestion du stress et des émotions, le sommeil ainsi que la promotion de l'activité physique en adaptant chaque soin aux besoins spécifiques de chacun.

En quoi votre parcours en soins infirmiers enrichit-il votre pratique en naturopathie ?

Ma formation d'infirmière HES me permet d'avoir une compréhension approfondie des mécanismes physiopathologiques et de collaborer en toute complémentarité avec le corps médical. J'accompagne régulièrement des patients atteints de TDAH, de troubles

digestifs, de fatigue chronique ou de douleurs persistantes. Mon rôle est alors d'aider à atténuer certains effets secondaires, renforcer l'organisme et optimiser la santé de manière naturelle et durable.

Votre approche repose également sur des bases scientifiques.

Pouvez-vous nous en dire plus ?

Absolument ! J'ai à cœur de proposer un soin intégratif fondé sur la recherche scientifique, combinant connaissances médicales et médecines naturelles. La naturopathie repose sur des principes ancestraux, mais elle évolue aussi grâce aux avancées récentes en neurosciences, microbiote intestinal et psycho-neuro-immunologie. Cette démarche me permet d'offrir des solutions adaptées et efficaces, en phase avec les réalités de la santé moderne.

Vous consultez également en anglais. Est-ce un atout pour votre patientèle ?

Oui, totalement. Étant bilingue français-anglais, j'accompagne aussi les expatriés et anglophones vivant en Suisse. Cela leur permet d'avoir un suivi dans leur langue maternelle.

Comment fonctionne le remboursement de vos consultations ?

Mes consultations sont remboursées par la majorité des assurances complémentaires sous les labels ASCA & RME, selon les conditions de chaque contrat. Cela rend la naturopathie plus accessible pour mes patients.



Cabinet de médecine complémentaire
Chemin de la Crétaux 4
1196 Gland (VD) - Suisse
Téléphone : 079 643 39 92
Email : medeviellecandice@gmail.com

Offrez-vous un break au restaurant du Tennis Club de Gland !

Besoin de souffler, loin du tumulte du quotidien ? À seulement deux minutes du centre de Gland, l'Équipe de Sabo vous accueille du mardi au dimanche de 9h à 23h dans un cadre verdoyant et apaisant. Un grand parking gratuit est à votre disposition pour faciliter votre visite.

Que vous soyez pressé.e à l'heure du déjeuner ou en quête d'un moment de détente, nous avons tout prévu. Notre menu du jour à 20.-, salade comprise, vous garantit un service rapide et une cuisine savoureuse, avec en prime, chaque vendredi, de délicieux filets de perche (supplément de 2.-). Lorsque le soleil brille, installez-vous sur notre terrasse et profitez d'un bon repas en plein air.

Le soir, laissez-vous tenter par nos plats à la carte ou par nos fameuses pizzas, signées du Chef Giotto. Fort de plus de 20 ans d'expérience à la pizzeria Les Fontaines à Nyon, il vous régale avec des recettes authentiques et généreuses.

Vous cherchez un lieu pour célébrer un anniversaire ou organiser une soirée entre amis

sans vous soucier du bruit ? Nous vous offrons la possibilité de privatiser l'espace pour profiter pleinement de votre événement. Et pour les entreprises en quête d'un cadre inspirant, nous proposons une formule tout-en-un pour vos séminaires et événements professionnels avec la possibilité d'une initiation au Padel pour allier travail et loisir.

Quelle que soit l'occasion, le restaurant du tennis Club de Gland est l'adresse idéale pour se ressourcer tout en savourant une cuisine de qualité !

Bon à savoir : le Tennis club de Gland offre huit courts extérieurs (terre battue synthétique) ouverts toute l'année et cinq courts intérieurs (moquette avec granules). Depuis un an, deux terrains de Padel tennis couverts sont ouverts au Centre sportif. Construits sous l'impulsion de la Municipalité dans le cadre du projet de réaménagement d'En Bord, les terrains sont gérés par le Tennis Club Gland et peuvent être réservés en ligne via leur plateforme.



**UNE REMISE DE 10.-
SUR PRÉSENTATION DU BON**

Offre valable jusqu'au
30 septembre 2025

Restaurant du Tennis Club de Gland
Centre sportif En Bord, 1196 Gland
Tél. 022 552 33 66

Cours de danses de tous les pays pour les seniors

VIE LOCALE

Depuis septembre 2019, Pro Senectute propose un cours de danse de tous les pays aux seniors de la région. Il a lieu toutes les deux semaines dans la salle paroissiale, sous le temple de Gland.

Gisèle Maillard et Danielle Dupraz, formées par Pro Senectute, animent tous les quinze jours (hors vacances scolaires) un cours de danse de tous les pays dans la salle paroissiale de Gland. Elles continuent de se former chaque année pour pouvoir proposer un répertoire plus large. Les chorégraphies proposées viennent de tous les pays et continents. Des danses assez énergiques alternent avec d'autres plus calmes, plus méditatives. Il n'y a aucun prérequis pour participer, même ceux ou celles qui n'ont jamais dansé peuvent venir. Le but est de se retrouver pour danser, de s'amuser, de rester dans le plaisir, de respecter les capacités et limites de chacun et aucune pression n'est mise sur les danseurs. Deux à trois fois par an, des musiciens viennent animer la leçon, comme ce mercredi 26 mars, avec Aurelio Moccia à la clarinette et Alain Lejout à l'accordéon. Le groupe compte une douzaine de danseurs et danseuses, venant de Saint-Prex à Nyon. La salle peut accueillir une vingtaine de personnes, donc les nouveaux participants sont les bienvenus. Pendant la période du Covid, le cours s'est donné à Rolle, dans un parc. Les danseurs ont apprécié ces moments de convivialité qui les coupaient de leur isolement et il est même



Sarah Liman

arrivé que des gymnasiens se joignent au groupe pour danser avec eux. Moment de partage apprécié autant par les jeunes que par les aînés.

Les participants apprécient la joie que leur procure la danse, mais également les liens qu'ils créent entre eux. Des amitiés se créent et certains se voient en dehors pour partager des passions communes. Ils constatent également des bienfaits sur leur santé physique : un meilleur équilibre, une meilleure coordination et posture.

Gisèle Maillard donnera un cours de danses de tous les pays le dimanche 18 mai de 10h à 12h à Rolle, dans le cadre de la Fête de la Danse.

De 10h à 11h pour tous publics et de 11h à 12h pour les seniors. Il aura lieu sur la terrasse du Casino théâtre, en cas de beau temps ou dans la salle communale, en cas de pluie.

Les cours à Gland ont lieu tous les quinze jours de septembre à fin juin, le mercredi de 13h15 à 15h15 dans la salle paroissiale qui se trouve sous le temple. La première leçon est gratuite. Puis, le coût pour les deux heures de danse est de 16 CHF. Les inscriptions peuvent se faire par Internet sur le site de Pro Senectute Vaud/activités/danse, par téléphone au 021 646 17 21 ou en passant en fin de leçon, à 15h, pour obtenir les informations.

Sarah Liman

Internet Vitesse max +
App TV Smart à
CHF 69.- / mois
au lieu de CHF 82.-*

Téléviseur Samsung 55" UHD 4K
offert



Scannez le QR code
pour profiter de l'offre!

bla blo
bli

Le multimédia d'ici.

Livré par votre voisin :

seic

seic.ch | 022 364 31 31

* Offre soumise à conditions, voir seic.ch

Une batterie de stockage pour augmenter son autoconsommation



La batterie de stockage est une option intéressante pour différer la consommation d'électricité photovoltaïque que vous produisez. En effet, l'électricité solaire est générée en journée, alors que les ménages consomment principalement en soirée, lorsque l'installation ne produit plus. Stocker une production excédentaire plutôt que de la refouler sur le réseau de votre distributeur vous permet d'augmenter votre consommation propre.

Les avantages de l'autoconsommation

L'utilisation de l'électricité produite par ses propres panneaux solaires permet de réduire significativement ses factures d'électricité. Consommer son énergie évite les coûts d'achat et de transport. La dépendance à votre distributeur et la vulnérabilité face aux fluctuations des prix sont ainsi réduites.

Le stockage de l'électricité photovoltaïque

Des batteries (lithium-ion dans la plupart des cas) sont employées pour conserver la production excédentaire et la consommer

lorsqu'on en a besoin. Un ménage peut ainsi utiliser plus de 80% de l'électricité produite sur le toit de sa maison, alors que sans batterie, le taux d'autoconsommation se monte habituellement à 30%.

Caractéristiques de la batterie

La batterie peut être installée en même temps que les panneaux photovoltaïques ou ajoutée ultérieurement pour compléter l'installation. Dans ce dernier cas, il convient de s'assurer que l'onduleur est capable de gérer la batterie puisqu'il contrôle sa charge et sa décharge. Le choix d'une batterie domestique va être déterminé par la taille de l'installation photovoltaïque et la quantité d'électricité injectée sur le réseau. Plus le refoulement est important, plus la capacité de stockage de la batterie doit être grande.

Bien choisir son prestataire

Une entreprise certifiée «Les Pros du Solaire» par Swissolar est un gage de qualité et de fiabilité dans un marché en pleine expansion. Vous aurez ainsi l'assurance que la batterie installée est homologuée pour la

Suisse et conforme aux normes en vigueur. N'hésitez pas à comparer plusieurs offres, puis demander au prestataire choisi un dossier complet incluant un schéma de l'installation, ainsi que les performances et garanties des équipements. Certaines communes allouent des subventions et l'installation est déductible des impôts. Renseignez-vous auprès des autorités compétentes.

SEIC est bien entendu à votre disposition pour répondre à vos questions et discuter plus particulièrement de votre projet. Notre équipe saura vous conseiller sur les meilleures solutions d'autoconsommation et gérer votre projet. N'hésitez pas à nous contacter, nous nous ferons un plaisir de vous renseigner.

SEIC

Énergies - Transition énergétique - Installations - Multimédia
Av. du Mont-Blanc 24 - 1196 Gland
T. 022 364 31 31 - www.seic.ch



AS Simili

Accessoires auto - Quincaillerie de la Côte

DÉSTOCKAGE ET LIQUIDATION
sur de nombreux produits signalés
en magasin*

* jusqu'à épuisement du stock

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

- Appareils ménagers
- Outillages
- Grills



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

Pros-Léman
Electroménager

21 Rte de Nyon / 1196 Gland

La Capsule
Beer Shop
www.lacapsule.beer

Kaiso Coaching, pour une carrière épanouissante et pleine de sens

GENS D'ICI

Après plus de 20 ans de carrière dans le marketing et le digital auprès de très grandes sociétés, Anne-Sophie Mürset s'est lancée dans une activité plus concrète, plus locale, plus ancrée, en ouvrant son propre cabinet de coaching de carrière en août 2024, à Gland.

Après une restructuration en 2023, elle décide de changer de voie plutôt que de suivre son employeur en Allemagne. Désormais maman, elle aspire à prendre part plus activement à la vie glandoise. Elle décide donc de faire appel à un coach pour établir le bilan de sa vie personnelle et professionnelle; c'est le déclic qu'elle attendait! Elle entreprend alors elle-même une formation en coaching, obtient son diplôme quelques mois plus tard, puis se forme encore pendant 6 mois à la PNL (programmation neurolinguistique) avant d'ouvrir son cabinet, clair et accueillant, en août dernier. Dans le but de créer du lien social, elle s'installe auprès d'autres thérapeutes de bien-être dans le sud de Gland.



Quelle mission pour le coach de carrière ?

Sans jugement, Anne-Sophie Mürset est à l'écoute de ses clients. Leur profil est divers: ceux-ci peuvent être en recherche d'emploi, d'autres en poste, certains sont des jeunes qui sont bloqués quant à leur orientation professionnelle. Sa mission est de les accompagner, à l'aide d'un programme structuré d'une dizaine de séances, avec des thèmes spécifiques et

tournés vers l'action. En aucune manière, elle ne cherche à prodiguer de conseils; elle amène ses clients à se responsabiliser, à se retrouver eux-mêmes pour qu'ils puissent s'épanouir tant au travail que dans leur vie personnelle.

Afin qu'ils puissent amorcer leur changement et trouver cet alignement de vies, Anne-Sophie Mürset s'appuie sur plusieurs outils.

Passionnée par le Japon, elle va utiliser principalement deux méthodes en provenance de ce pays. Tout d'abord, l'Igikai. C'est une véritable philosophie de vie au Japon, qui signifie «raison d'être». Chaque personne va trouver son équilibre autour de 4 axes. Le bénéfice pour le client, c'est qu'il va identifier son talent, ses forces, aligner son envie professionnelle avec ses valeurs et donc, retrouver de la motivation, du sens et du plaisir dans son travail. Parfois, cela va apporter un gros changement de carrière, parfois, simplement un rééquilibrage. Le Kaizen est le deuxième outil d'origine japonaise. C'est le fait d'avancer à petits pas. Cette méthode est tellement importante pour Anne-Sophie qu'elle s'en est inspirée pour le nom de son cabinet...

Valérie Bujes



Anne-Sophie Mürset vous accueille avec plaisir à son cabinet de la rue Mauverney 20C, en anglais ou en français (ou par visioconférence) 078/891 35 31 · www.kaiso-coaching.com

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



Institut Jyoti

AYURVÉDA • MASSAGES • AROMATHÉRAPIE • PENTANALOGIE

www.ayurveda-therapies.ch

Sur rendez-vous

Tél. 076 324 17 83

Grand-Rue 30 - 1196 Gland

Agréée ASCA

chateaudeluins.ch

Domaine viticole

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

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@bluwin.ch
www.berger-sanitaire-chauffage.ch



La Puce à l'Oreille

Toilettage pour chiens

www.lapucealoreille.ch

Valérie Bollhalder
Route de Duillier 18 - 1260 Nyon
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

TOITURE WILLY GONCERUT SA

Votre confort c'est votre toit !



Oui, votre toit peut rapporter ou coûter cher s'il est mal isolé ou mal entretenu ! Le toit a pour vocation de protéger l'habitat des intempéries, et de contenir la chaleur durant l'hiver ou la fraîcheur durant l'été !

Toiture Willy Goncerut SA est spécialisée dans la rénovation énergétique afin d'améliorer le confort de votre habitat. Un coefficient thermique respectant les normes actuelles contribuera à augmenter la valeur de votre bien immobilier.

30 ans de savoir-faire

La société Toiture Willy Goncerut SA fête ses 30 ans cette année. Elle est installée depuis plus d'une année à Gland, dans la zone industrielle des Avouillons.

Monsieur Willy Goncerut s'est associé en 2022 avec Monsieur Fabio Rodrigues afin de transmettre son savoir-faire acquis depuis 30 ans, et permettre ainsi à l'entreprise de rayonner de nombreuses années encore sur la région lémanique.

Rénovation énergétique et photovoltaïque

Depuis 15 ans, Toiture Willy Goncerut SA a su se spécialiser dans la rénovation et les transformations énergétiques. Elle vous accompagne dans les démarches administratives permettant l'octroi de subventions. Le gain thermique obtenu après travaux permet de faire des économies de chauffage et de gagner en confort d'habitation.

Entretien et nettoyage de votre toiture

Être propriétaire implique de faire face à de nombreux défis liés à l'entretien et au nettoyage de la toiture. Toiture Willy Goncerut SA propose des contrats de maintenance, afin que la toiture puisse résister au temps.

N'hésitez pas à nous contacter pour établir un devis et trouver des solutions pour votre toit.

Nos collaborateurs se déplacent chez vous et prennent le temps de vous conseiller et de vous apporter les solutions adaptées à votre bien.

Si vous avez des questions, nous sommes là pour vous.



toiture-sa.ch

Toiture Willy Goncerut SA

Route des Avouillons 17B - Box 60
1196 Gland
T. 022 369 41 40
E. info@toiture-sa.ch

Un nouveau chapitre s'ouvre pour Zenith Voyages

L'agence Zenith Voyages, sise à l'Avenue du Mont-Blanc 9 à Gland, a récemment changé de propriétaire. L'agence, connue pour son service client exceptionnel et son expertise en voyages personnalisés, a été rachetée par un jeune couple local. Avec une vision fraîche et ambitieuse, leur principal objectif sera de s'adapter aux nouvelles tendances du marché.

Les nouveaux propriétaires, Massimo Sidoti et Waylay Rojas Rodriguez, habitants de la région, sont enthousiastes à l'idée de cette nouvelle étape et ont exprimé leur désir d'apporter une nouvelle perspective à l'entreprise. «Notre approche consistera à moderniser les services que nous proposons, sans perdre le côté personnalisé qui a toujours distingué Zenith Voyages. Nous souhaitons développer des contacts avec les entreprises locales en leur faisant bénéficier de nos services».

L'effectif de Zenith Voyages restera le même, composé de six personnes, dont les deux nouveaux propriétaires, le directeur Massimo Sidoti et Waylay Rojas Rodriguez qui exercera la fonction de comptable.

Une offre tournée vers l'avenir

L'agence propose une large gamme de



destinations, des plus traditionnelles aux plus méconnues. Que ce soit d'un simple billet d'avion, au forfait tout inclus, en passant par un autotour à la carte ou un circuit guidé

francophone, l'agence saura y répondre. «Nous voulons offrir à nos clients des expériences uniques, en les aidant à découvrir des endroits nouveaux et excitants».

Les projets de développement sont également au programme. L'agence veut proposer des séjours personnalisés et des destinations plus variées, tout en mettant l'accent sur une expérience unique. «Nous commencerons à créer des voyages entièrement conçus dans les moindres détails par nos spécialistes dans chaque destination en collaborant étroitement avec des agences sur place. Imaginez-vous en Namibie en bivouac avec votre guide privé, sur votre moto en train de traverser le Zimbabwe, ou encore lors d'une randonnée dans les interminables plaines Irlandaises»

Zenith Voyages SA

9, avenue du Mont-Blanc
CH-1196 Gland
T +41 22 364 46 91
info@zenithvoyages.ch

Au-Potager Gland, se reconnecter à la terre

VIE ASSOCIATIVE

Depuis 3 ans, l'Association Au-Potager multiplie les ateliers pratiques de jardinage et les conférences. Son but est d'encourager la culture potagère bio et respectueuse du sol.

A sept minutes de la plage de Gland, en empruntant le chemin de la Falaise, se trouve un jardin, loin du bruit et de l'agitation du monde. On s'y rend à pied ou à vélo. Sur un terrain, mis à disposition par Pascal Chollet de la Petite Lignière, sont aménagées des petites parcelles individuelles de 15m² ou 30m². Une cinquantaine de jardiniers amateurs viennent y travailler la terre, à leur convenance, mais selon un plan de culture commun. Le concept d'Au-Potager

(qui compte six jardins similaires, à Prangins, Nyon, Rolle, Ecublens, Meynier et Gland) est de donner l'opportunité de cultiver son propre potager, guidé par des professionnels. Son objectif est d'encourager la culture potagère sans produits phytosanitaires, en bonne compréhension des enjeux liés au sol et à la biodiversité. Les plants sont issus de l'agriculture biologique et sont produits à quelques mètres de là par l'entreprise Schilliger. De plus, les outils de travail sont mutualisés et un système d'irrigation au goutte à goutte facilite l'entretien de chaque parcelle. Il sera nécessaire d'y consacrer 2 à 3 heures par semaine, parfois plus au moment des plantations. «Se rendre au jardin, c'est évacuer le stress en se reconnectant à la nature. Et c'est aussi la jolie récompense de récolter ses propres légumes, bons

et sains», s'enthousiasme Antoine Pichot, membre du Comité de l'association.

Apprentissage des bonnes pratiques

Maraîcher professionnel et enseignant à l'école d'agriculture du Valais, Pierre De Weck se rend chaque semaine sur place. Il conçoit le plan de culture, surveille les plantations, conseille, transmet son savoir-faire et dirige des ateliers pratiques sur place. Le jardin potager a été créé sur un terrain planté d'arbres fruitiers, selon un mode d'exploitation agricole que l'on nomme «agroforesterie». Les cultures sont déplacées tous les ans, afin de favoriser l'équilibre des nutriments présents dans la terre. «Il reste des parcelles à louer, n'hésitez pas à vous lancer», confie Sandrine Goettmann, présidente du comité Au-Potager Gland.

Lauréat du prix SEIC

Cette formule qui s'inscrit dans la politique de la SEIC a séduit la clientèle de l'entreprise qui a choisi de sponsoriser cette association locale lors de son opération de Noël. «Je remercie la SEIC et les Glandois qui ont choisi de soutenir notre démarche. Cette aide financière va nous permettre de poursuivre nos actions pédagogiques auprès du grand public», souligne Sandrine Goettmann.

Atelier le 25 mai

Dans le cadre de la première édition de la Fête de la Nature de la Ville de Gland, Au-Potager Gland organisera un atelier pratique sur la culture des tomates. Vous êtes toutes et tous conviés à cet événement gratuit, le dimanche 25 mai au jardin, chemin de la Falaise. Ateliers à 9h30 et 10h30. Places limitées. Inscription obligatoire par mail à durable@gland.ch

Géraldine Chytil



De gauche à droite: Pierre De Weck, enseignant et maraîcher, Antoine Pichot et Sandrine Goettmann, membres du comité Au-Potager Gland.

NOUVEAU À GLAND

STUDIO
coiffure - ongles

Envie d'une coupe qui vous ressemble ou d'une couleur parfaitement maîtrisée?

Hélène Burri vous accueille dans son salon de coiffure et ongles cosy avec vue sur jardin et parking gratuit à proximité.

RDV au 078 685 94 87

Chemin des Magnets 19A · 1196 Gland

les Délices
du traiteur à Gland

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

Cabinet de médecine complémentaire

Candice Lauren Medevielle
Naturopathe Dipl. MTE & Infirmière HES

Agréée ASCA / RME Consultation sur RDV 079 643 39 92
ou depuis le site www.mtenaturopathie.ch
Ch. de la Crétaux 4 - 1196 Gland

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 44 72



VOTRE VISION, VOTRE AUDITION, C'EST NOTRE SAVOIR-FAIRE !

ON VOUS AIDE À LES PRÉSERVER.



Optic 2000 Gland
Prenez rendez-vous
022 364 18 18



500.- CHF

À L'ACHAT D'UN
ÉQUIPEMENT
AUDIO*

Validité : du 27.04.2025 au 31.07.2025
Sur présentation du bon directement en
magasin.

*Voir conditions en magasin

200.- CHF

À L'ACHAT D'UNE
PAIRE DE VERRES
PROGRESSIFS*

Validité : du 27.04.2025 au 31.07.2025
Sur présentation du bon directement en
magasin.

*Voir conditions en magasin

100.- CHF

À L'ACHAT D'UNE
PAIRE DE VERRES
UNIFOCAUX*

Validité : du 27.04.2025 au 31.07.2025
Sur présentation du bon directement en
magasin.

*Voir conditions en magasin

Optic 2000 Gland
Rue Mauverney 18C - 1196 Gland

Les Fleurs de Bach : la préoccupation excessive pour autrui

BIEN-ÊTRE

Parmi les 7 groupes d'émotions que recouvrent les Fleurs de Bach, l'une d'elles est la préoccupation excessive pour autrui. Ce groupe comprend 5 élixirs que nous allons détailler en montrant les traits de caractère qui y sont associés et l'amélioration qui se produit suite à la prise des fleurs.

Beech / hêtre

Traits de caractère: intolérance, intransigeance, irritabilité, inflexibilité, caractère dur, râleur, tendance à l'isolement.

Ces traits de caractère sont souvent dus à des maltraitances subies. Ces personnes se coupent des autres pour moins souffrir. Elles ont un fort sentiment d'insécurité et projettent leurs craintes sur les autres. Elles veulent que les choses se fassent toujours de la même façon, car cela les rassure. En cas de désaccord avec une situation, elles redoutent de manifester leur opposition, de peur des conséquences.

Suite à la prise: tolérance, indulgence, compréhension, acceptation, empathie.

Les personnes voient à nouveau la beauté de ce qui les entoure et perçoivent la différence sous un autre angle. Il faut veiller à créer une atmosphère aussi paisible que possible pour elles et à instaurer un climat de confiance.

Chicory / chicorée sauvage

Traits de caractère: anxiété de séparation, dépendance affective, possessivité, accaparement de l'attention, demande affective exagérée, préoccupation excessive pour les autres, autoritarisme, rancune.

Il s'agit de personnes que l'on peut qualifier de « pot de colle ». Elles se sentent facilement laissées de côté sans réelle raison objective, elles boudent ou se manifestent bruyamment si elles n'obtiennent pas ce qu'elles veulent.

Elles ont du mal à devenir autonomes. La constante demande d'attention est liée à la peur de ne pas être aimé.

Suite à la prise: autonomie affective, amour inconditionnel, laisse l'autonomie et la liberté aux êtres aimés.

Les personnes savent qu'elles sont aimées. Elles savent interagir avec les autres sans les envahir. Elles deviennent plus autonomes. Elles acceptent de ne pas obtenir immédiatement ce qu'elles veulent. La solitude est mieux vécue.



Rock water / eau de roche

Traits de caractère: perfectionnisme, grande exigence envers soi-même et autrui, très strict et discipliné, contrôle permanent, rigidité mentale, met la barre très haut.

Ces personnes ont un idéal élevé et veulent toujours être au top niveau. Elles souhaitent être un exemple pour les autres. Elles sont inflexibles et obstinées et ne supportent pas le changement dans leur routine. Elles sont centrées sur elles-mêmes. Elles peuvent aller jusqu'à réprimer certains besoins vitaux, tel que le repos.

Suite à la prise: souplesse envers soi-même, flexibilité d'esprit, joie de vivre, adaptabilité, spontanéité.

Elles s'accordent des moments de repos. Elles acceptent de réaliser des tâches avec plus de flexibilité envers elles-mêmes et les autres.

Elles sont capables de modifier leurs routines et deviennent plus spontanées.

Vervain / verveine

Traits de caractère: surmenage par excès de zèle, enthousiasme excessif, hyperactivité, agitation, impulsivité, tempérament volcanique, révolte contre les injustices.

Il s'agit de personnes constamment sous tension, des piles électriques, en état d'hyper-vigilance et qui ne dorment pas beaucoup. Elles peuvent basculer dans l'épuisement ou la dépression car elles vont au-delà de leurs limites. Elles ont du mal à se relaxer. Elles détestent l'injustice.

Suite à la prise: modération, calme, lâcher prise, capacité à se relaxer, capacité à s'économiser.

Ces personnes n'ont plus besoin de convaincre. Elles sont plus ouvertes d'esprit. Elles retrouvent un calme intérieur. Elles se sentent plus apaisées, tranquilles et posées.

Vine / vigne

Traits de caractère: dominateur, agressif, autoritaire, tyrannique, accepte mal l'autorité.

Il s'agit de personnes qui veulent faire la loi et qui veulent tout maîtriser. Elles cherchent à écraser les autres, ne tolèrent pas les contrariétés et ont souvent une affectivité peu développée. Elles sont peu empathiques et souvent incapables de se remettre en question. Elles se désintéressent de ceux qu'elles ne peuvent pas dominer.

Suite à la prise: respect d'autrui, autorité sage et compréhensive, guide les autres avec bienveillance.

L'autorité naturelle est utilisée à bon escient. Les personnes encouragent au lieu d'écraser. Elles acceptent de ne pas tout maîtriser et de commander. Elles respectent les autres et deviennent moins agressives.

Sarah Liman



Jardins de Jim



VOTRE PAYSAGISTE

Rue du Borgeaud 18 · 1196 GLAND · 079 560 76 96

Jardinsdejim.ch · james@jardinsdejim.ch



WILLY TOITURE
Votre confort c'est votre toit

+41 22 369 41 40 · info@toiture-sa.ch





SCHILLIGER À GLAND

OUVERT

tous les DIMANCHES et
FÉRIÉS jusqu'au 9 juin

Week-ends
Anniversaire

3-4 & 10-11 MAI

Célébrez nos 80 ans
avec nous!

80
ANNÉES



Cultivons l'inspiration

www.schilliger.com



6H30 - 21H30 - 7/7



LA PETITE LIGNIÈRE

Rte Suisse 55 - 1196 Gland

Nos **fraises** et nos
asperges vous attendent.
Fraîcheur et saveur garanties!



Cauderay Electrotecnic Léman SA

Installations électriques, Photovoltaïque, Mobilité électrique,
Remise en conformité OIBT, Câblage universel & Dépannages.

info@electricite-cel.ch | www.electricite-cel.ch | Tél 022 364 14 75 - 1196 Gland

BSR

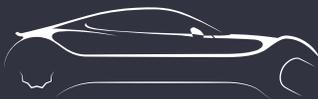
IMPRIMEURS

bsrimprimeurs.ch

022 354 09 90 | 1196 GLAND



TOYOTA



garageduvernay.ch

Garage du Vernay votre agent local Toyota et Mitsubishi



Chemin du Vernay 10 - 1196 GLAND - Tél. 022 354 07 07 - Réparations toutes marques - www.garageduvernay.ch