

Ma santé est aussi l'affaire de ma commune



LA CHRONIQUE SEXO
D'ANNE DEVAUX

Le couple libre et ses servitudes

«L'union libre, c'est cela la solution: un adultère sous contrôle», selon l'écrivain Frédéric Beigbeder.

Et si la fidélité au sein du couple n'exigeait pas l'exclusivité sexuelle? Tel est le principe de vie que se donnent les couples libres. En déclarant la fidélité charnelle comme une hypocrisie, la promesse de rester fidèle porte en elle le germe de l'infidélité. La construction du couple libre n'est pas plus spontanée que celle d'un autre. La confiance, valeur cardinale, intègre la liberté d'incartades sexuelles dans le contrat. La liberté y est soumise à une discipline afin de ne pas entacher l'amour qui scelle le couple.

Alors quoi? Des plans cul sans engagement sentimental? Rien de nouveau sous les nuages de la vie conjugale ou maritale, diront les cyniques. Sauf que sous le soleil du couple libre, le droit de vivre des expériences sexuelles hors couple, agréé par chaque partenaire, n'est pas guidé par la frustration. Au contraire, l'épanouissement de chacun, dans une totale transparence, enrichit le couple et le renforce. A une condition fondamentale: «respecter les règles fixées par le couple pour ne pas laisser les aventures extraconjugales devenir des relations amoureuses», précise Cécile Meyer, sexologue au Centre couple et sexologie de La Côte.

Par exemple, «même si la relation tierce peut durer six mois, un an ou plus, pas de message, pas de nuit ensemble, pas d'enfant, se protéger... La promesse est de ne jamais permettre qu'une relation annexe menace le couple», ajoute Cécile Meyer. Tout doit rester léger et sans projection d'avenir.

Aïe, aïe, aïe! N'y aurait-il pas de l'hypocrisie à croire que l'attirance sexuelle échappe à une floppée de paramètres inconscients qui font aussi battre le cœur? Tout est dans l'art de la communication au sein du couple, d'où le mensonge est exclu. Et il faut une sacrée confiance en soi et en l'autre pour ne pas laisser la jalousie et le doute s'immiscer dans les failles.

Fidélité charnelle versus liberté sexuelle contrôlée? A chacun sa servitude volontaire.

PROMOTION Nyon, Gland et Le Vaud ont été les premières communes labellisées en santé dans la région. Eclairage sur l'apport du label dans leurs politiques communales.

PAR ANNE.DEVAUX@LACOTE.CH

Sans que cela soit clairement dit, la commune est l'entité la plus immédiate à pouvoir changer une partie de la donne dans la promotion de la santé. Dans les moments de crise ou de risque sanitaire comme le Covid-19 ou les canicules, les autorités locales ont la responsabilité d'agir au plus près de leur population. Restauration collective, durabilité, cohésion sociale, sports et loisirs, aménagement du territoire, tissu économique, finances, la commune détermine en partie notre environnement, le quel influence notre santé. Le label «Commune en santé» créé en 2014, soutient les villes, bourgs et villages qui façonnent un environnement collectif et local favorable à la santé de chacun.

communal tant auprès des élus que de l'administration». Il souligne les synergies évidentes entre développement durable et santé. L'aménagement des espaces publics, le choix des matériaux, mais également la végétalisation pour rafraîchir le centre-ville ont un impact direct sur la santé. Les voies de mobilité douce qui allient décarbonation de l'atmosphère et activités physiques forment un duo «win-win», dicit Thomas Deboffe. Plus les communes investissent dans un environnement identifié comme propice à la santé, plus elles donnent de l'élan à la responsabilité collective dans ce domaine.



Les voies de mobilité douce qui allient décarbonation de l'atmosphère et activités physiques forment un duo win-win."

THOMAS DEBOFFE
VILLE DE NYON

Élargir la notion de santé

Nyon a été la première ville de la région de La Côte à décrocher le label en 2018. La préparation du dossier, notamment l'inventaire des mesures déjà en place, qui n'avaient pas été pensées en faveur de la santé mais s'avéraient déjà bénéfiques, réserve une bonne surprise.

Pour Thomas Deboffe, délégué à l'énergie et au développement durable à la Ville de Nyon, «la santé est souvent réduite à la pratique du sport, manger sainement et se soigner, le label élargit la notion et permet de thématiser la santé au niveau

Créer une politique globale de santé

«La labellisation est une prise de conscience de nos possibilités», déclare Isabelle Money, municipale à Gland, «Commune en



La vigne de la Duché à Nyon, sous le château: un poumon vert aménagé, lieu de promenade et d'événements comme la Fête de la vigne. SIGFREDO HARO

santé» depuis 2020. Son dicastère intègre la politique de la santé. La ville vient d'ailleurs d'engager une personne déléguée à la santé qui entrera en fonction au mois de janvier. «Elle accompagnera le développement dans ce domaine d'une manière transversale pour que la commune soit encore plus in-

citative et les projets plus participatifs», précise-t-elle. Pour la municipale, «le Covid-19 et les canicules ont permis d'analyser a posteriori tout ce qui participait à la promotion de la santé. Maintenant, on y réfléchit en amont».

L'objectif «santé» doit être global, en favorisant tout ce qui la maintient et l'améliore, à commencer par l'urbanisme. La lutte contre l'isolement, la sédentarité, la malbouffe, passe par des actions concrètes sous forme d'activités sportives, culturelles et de loisirs gratuites ou accessibles à toutes et tous. Isabelle Monney ne cache pas que promouvoir la santé est l'apanage de communes disposant de services communaux pouvant soutenir la Municipalité dans le développement de ces mesures.

Au-delà du label

Le village de Le Vaud a été labellisé en 2019. La nouvelle Municipalité a décidé de ne pas reconduire le label. Selon elle, une

commune en santé ne se décrète pas par un label, il appartient aux habitants d'en dresser le constat.

«Aujourd'hui, on ne peut plus faire l'impasse, tous les projets doivent aller dans le sens de la santé et du bien-être: la nourriture, la qualité de l'air, la durabilité, les liens sociaux», affirme l'équipe municipale par la voix de son syndic, Sylvain Pécoud. «Nous poursuivons le travail engagé sous le label et continuerons à le développer».

Les réalisations en faveur de la biodiversité et d'énergies renouvelables mettent l'accent sur la décarbonation. L'étude d'un sentier ludico-sportif reliant Le Vaud, Marchissy et Bassins est en cours avec le soutien du Groupement forestier de la Serine. En revanche, Le Vaud tient à son label Fourchette verte, «non pas pour le label en lui-même, mais pour la garantie en plus-value qualitative qu'il apporte au quotidien aux plats servis à la cantine scolaire», relève le syndic.

Le rôle d'Unisanté

A côté du label intercommunal «Commune en santé», Unisanté met différentes prestations à la disposition des communes. «Le label est une porte d'entrée pour entamer le dialogue avec les communes et mettre en place une démarche participative avec un accompagnement», insiste Oriana Villa, responsable vaudoise du label. «Souvent, les communes réalisent beaucoup de choses en faveur de la santé sans les identifier comme telles», ajoute-t-elle.

Cette année, indépendamment du label, une nouvelle offre spécifiquement vaudoise d'appel à projets aux communes en promotion de la santé a été lancée. Unisanté a ainsi reçu 49 projets dont 14 répartis entre les districts de Morges et de Nyon. Gland et Bougy-Villars

font partie des 15 finalistes qui recevront 4000 francs pour leurs projets «place de jeux et mouvement». Oriana Villa a été surprise par ce boom des demandes qui confirme une appropriation pragmatique de la thématique santé au niveau communal. Elle l'annonce d'emblée, «les objectifs attendus/espérés ne sont pas mesurables». Unisanté s'appuie sur des études de santé publique pour évaluer les mesures qui ont le plus d'impact sur le changement et l'adoption d'habitudes plus saines. Et propose également des formations destinées aux élus et aux personnels communaux pour une approche pratique de la promotion de la santé, ainsi que des ateliers sur mesure à la demande des communes.

PUBLICITÉ

Daniel Robert
ORTHOPÉDIE

continue et devient

ortho
concept



Centre Articom, route de Divonne 46, 1200 Nyon - 022 365 52 60 - orthoconcept.ch