

La solution pour vos déchets

Birchler Récupération Sarl



Dépôt: Chemin de Bellevue 2bis
1163 Etoy
Tél.: +41 (0)21 808 84 01
Mob.: +41 (0)79 433 20 03
www.birchler-recuperation.ch

GILLY

Accueil à la sauce helvète

Les Raffa-Pépins ont accueilli comme il se doit les nouveaux habitants autour d'une fondue. De quoi faire connaissance dans une atmosphère détendue. **p. 6**

BURSINS

Chanteur dans l'âme

Pierre Parmelin ne saurait vivre sans chanter. A 80 ans, il compte 45 ans d'activités au sein de la chorale l'Alouette. Portrait du vigneron-chanteur. **p. 7**

AUBONNE

Petit pont de bois à rénover

L'Arboretum va lancer une recherche de fonds pour rénover le pont de bois qui enjambe la Sandoleyre. Construit en 1996, il souffre de l'humidité. **p. 8**

VENREDI 19 FÉVRIER 2016 LA CÔTE

AU CŒUR DE LA CÔTE

ROLLE - AUBONNE

La paix dans le monde viendra de l'intérieur de soi

ROLLE Mark Milton a fondé Education 4 Peace qui ambitionne de faire de la connaissance de soi une dimension éducative comme préalable à la paix.

JOCELYNE LAURENT
jlaurent@lacote.ch

Maître de ses émotions, Mark Milton l'est assurément. Homme de convictions, charismatique, convaincant sans employer un ton professoral, il sait captiver son auditoire, s'exprimant de façon claire et sans hâte, démontrant, par l'exemple, qu'il est possible de mettre en pratique ses convictions les plus intimes. «Maître de tes émotions, la connaissance de soi pour tous» est le titre du premier ouvrage conçu et réalisé sous l'égide de Education 4 Peace, fondation que le Rollois a créée en 2002 et dont il est le directeur.

L'ouvrage est un condensé, à la fois concret et ludique, des valeurs prônées par la fondation. Education 4 Peace a pour vocation de transmettre aux jeunes générations et de partager avec elles l'aspiration à la connaissance de soi pour être en paix avec soi et les autres. Un préalable incontournable aux yeux de Mark Milton, convaincu que la paix dans le monde ne peut passer que par un mouvement de retour sur soi.

Le témoignage de Zinedine Zidane

Cette première publication pédagogique, qui s'adresse à tous les sportifs, amateurs ou professionnels, parents, entraîneurs ou éducateurs, est le résultat d'une collaboration avec l'UEFA, dans le cadre de son programme «Respect». L'ambition est de donner les moyens aux nouvelles générations de sportifs, et à tous ceux qui les encadrent, d'acquérir une cinquième aptitude, hormis celles physi-

VISIONNAIRE, MARK MILTON?

Mark Milton livre, dans la préface de l'ouvrage «Maître de tes émotions», son espoir pour l'avenir de notre planète. «Un jour nous vivrons dans un monde où tous les jeunes auront accès à une éducation qui leur permettra de développer et assumer leur bien-être émotionnel et la qualité de leurs relations. Par l'école et le sport, ils découvriront des compétences liées à la connaissance de soi, l'écoute et l'altruisme. La connaissance de soi est l'une des grandes aventures du XXI^e siècle.» **www.education4peace.org**



Mark Milton a fondé Education 4 Peace en 2002, en se basant notamment sur son expérience de directeur de la Main tendue durant dix ans. Britannique d'origine, en Suisse depuis qu'il a 7 ans, le Rollois s'est formé en communication et relations humaines. SIGFREDO HARO

que, technique, tactique et mentale: l'attitude ou la maîtrise des émotions. «C'est une compétence à part entière», affirme Mark Milton.

Les fédérations nationales suisse, belge et française de football ont d'ores et déjà choisi d'intégrer la connaissance de soi comme un nouvel axe pédagogique à enseigner. Et, après la participation, lors de la première édition du livre, en 2014, de nombreux acteurs prestigieux du monde footballistique, Mark Milton a confié, pour la réédition de ce printemps, l'écriture de la préface et de quelques chapitres pratiques au grand Zinedine Zidane qui livre un témoignage poignant sur sa propre expérience. Tout le monde se souvient de son fameux coup de boule.

L'intime conviction de Mark Milton a pris naissance lors de son expérience de directeur de la Main tendue, de président de la Fédération internationale des services de téléphone d'urgence (IFOTES) et enfin de coach pour différentes entreprises. Une pratique au cours de laquelle il

a été inspiré par la pensée de Marshall Rosenberg, élève de Carl Rogers, psychologue, auteur du concept de communication non violente. «Mon expérience à la Main tendue m'a permis de réaliser à quel point la connaissance de soi et l'écoute sont indispensables pour accroître la qualité de nos liens avec soi et les autres.»

«La paix commence par soi»

De là est née une autre conviction: «Il est fondamental que les enfants puissent développer cette aptitude. Il m'est paru évident que si l'on pouvait apprendre dès le plus jeune âge à écouter – s'écouter et écouter l'autre – cela favoriserait l'émergence de valeurs essentielles à la cohabitation harmonieuse entre les humains, telles la paix, l'amitié, le respect, l'amour et la considération». Il affirme: «La connaissance de soi permet d'être en accord avec soi-même et de développer sa paix intérieure. La paix que l'on a envie d'offrir au monde, elle commence par soi.»

Les jeunes générations étant plus aptes

à intégrer le changement, le directeur de Education 4 Peace place beaucoup d'espoir en elles: «Le jour où les dirigeants seront issus de générations qui auront appris dès leur plus jeune âge la connaissance de soi et du coup l'éducation à la paix, l'on changera de paradigme. On y arrive gentiment», affirme, optimiste, le Britannique. Naïf et idéaliste le Rollois? Oui et non, sachant que sa fondation est à l'origine de réalisations qui ont su motiver plusieurs organisations nationales et internationales ou séduire, avant Zidane, Boris Cyrulnik, grand théoricien de la résilience.

En 2007, la fondation a organisé, en collaboration avec IFOTES et avec le soutien de l'OMS, le premier congrès mondial, à Prato, en Italie, sur le thème de la santé émotionnelle. Au niveau national, elle a contribué à introduire, à l'EPFL, du coaching entre pairs. En Islande, elle a mis sur pied une sorte de «Davos spirituel», où les dirigeants évoquent les valeurs qui les animent et comment ils les mettent en pratique. **o**



Côté obscur de la force, refuser tu dois!

«Tous les êtres humains naissent libres et égaux en dignité et en droit». Cette belle Convention des droits humains signée par la Suisse met en exergue la reconnaissance de la dignité inhérente à tous les membres de la famille humaine et de leurs droits égaux et inaliénables. Ce texte est le fondement de la liberté, de la justice et de la paix. Cet idéal rassurant, nimbé d'espoir et d'engagement nous a sublimé! Qu'en avons nous fait... Avons-nous vraiment pu croire qu'une place existait pour chacune, pour chacun dans ce monde? Près de chez nous, autour de nous? Nous avons à voter pour le renvoi des «étrangers» nés en Suisse et qui ont grandi chez nous de même que pour les touristes criminels. L'expulsion sera obligatoirement prononcée sans aucun égard aux circonstances, cette personne est-elle née en Suisse, a-t-elle grandi en Suisse, est-elle mariée en Suisse, a-t-elle des enfants en bas âge? Aujourd'hui, il est admis que l'on puisse expulser un étranger ayant commis des crimes. Pour autant, il est fondamental qu'intervienne un examen de la proportionnalité pour que les droits élémentaires de l'intéressé soient respectés. Au fait, nous votons également pour un second tube au Gothard. C'était qui déjà ces mineurs qui travaillaient au creusement de ce tunnel? Nous avons fait un rêve, il se transforme en cauchemar. La peur des autres nous rend cruels. Notre petit confort mesquin est menacé. Avant d'aller aux urnes le 28 février, exerçons-nous à toujours plus de lucidité, de discernement donc à terme de liberté. **o**

Nelly de Tschamer, préfet honoraire.

PUBLICITÉ

Hyundai
Ne cherchez pas plus loin: venez directement chez votre partenaire officiel Hyundai à St-Oyens.
Garage Gabriel Grosjean, Rte de Gimel 19, 1187 Saint-Oyens.
Téléphone 021 826 31 97, www.garagegrosjean.hyundai.ch

ATLANTIDE WELLNESS CENTER SA
+ DE 4000 M² DE PLAISIR!
CH. DES FONTENAILLES 23 - CH-1196 GLAND
TÉL. 022 364 31 45 - WWW.ATLANTIDE-FITNESS.COM

G. = Clerc
Electricité
Téléphone
Internet
021 825 50 25 1180 Rolle
Contrôles officiels selon OIBT

Chauffage
refroidissement
Ventilation
climatisation
Sanitaire
Un seul partenaire
VON AUW SA
bureau technique • installations • entretien
1028 PRÉVERENGES • Route de Genève 3
Tél. 021 804 83 00 • Fax 021 804 83 01
www.vonauw.ch