

**1. Votre projet en deux lignes :**

Faire un grand sauna public au bord du Lac sur la Plage publique de Vidy-Bellerive fonctionnant avec du bois.

**2. Montant demandé pour réaliser le projet (max. CHF 20'000.- à détailler dans un [fichier annexe](#)):**

20.000 CHF

**3. Votre projet en détail :**

L'Association Nouvelles Perspectives organise toute l'année des activités en plein air avec le projet « Bouger en plein air » soutenu par la Ville de Lausanne. Il s'agit de promouvoir la santé et le bien-être de participants, avec une activité physique régulière et modérée et de la baignade dans le Lac Léman. L'eau est spécialement froide pendant l'automne, l'hiver et le printemps et cela prodigue des effets bénéfiques qui ne sont plus à démontrer<sup>1</sup>. L'incorporation d'un sauna serait un outil majeur pour favoriser la création d'un lien social pour les habitants de la région, développer une offre de loisirs originale pour les lausannoises et lausannois, comme de ses visiteurs, promouvoir le bien-être et la santé de cette population lausannoise. De plus, en hiver, les usagers de la plage et amateurs des baignades en eau froide apprécieront grandement de pouvoir maintenir les habits chauds et pouvoir se vêtir dans un lieu chauffé. Les participantes et participants sont nombreux, ils ne viennent pas tous dans les mêmes horaires. Ces deux années de restrictions sanitaires et de confinement, ont vu augmenter le nombre d'adeptes aux baignades d'eau froides dans le Lac. On peut dire qu'il s'agit d'une trentaine de personnes, si ce n'est plus, qui défilent dans le courant de la matinée pour se baigner dans l'eau froide pendant toutes les saisons. Nous proposons que ce lieu fonctionne avec une entrée gratuite pour les membres inscrits au projet « Bouger en plein air » et qu'il soit payant pour les non membres du projet avec une entrée de 3 Chf/personne et par tranche de 45min. On demandera aux usagers de se munir de deux linges (un pour s'asseoir et éviter le contact peau/bois et l'autre pour se sécher) et de contribuer à la propreté des lieux. Le budget n'étant pas très élevé pour la construction d'un sauna, nous envisageons de demander une contribution à des organismes privées qui voudraient bien participer à ce projet.

**4. L'objectif, la raison d'être de votre projet :**

La baignade en eau froide apporte des bienfaits extraordinaires pour la santé, cela a été étudié et démontré par des scientifiques. Cependant, pendant les mois froids de l'année, il est très difficile de faire le premier pas. Nous pensons que la construction d'un grand sauna apportera une impulsion positive pour les habitantes et habitants de Lausanne et les incitera à cette pratique bénéfique pour leur santé.

**5. Localisation exacte de votre projet si elle est connue :**

---

<sup>1</sup> <http://institutions.ville-geneve.ch/fr/bm/interroge/archives-questions-reponses/detail/question/la-baignade-en-eau-froide-a-t-elle-des-vertus-therapeutiques-br/> ; <https://www.rts.ch/audio-podcast/2021/audio/les-bienfaits-de-la-baignade-en-eau-froide-25177554.html>

Plage publique de Vidy à côté de la Piscine privée de belle Rive, derrière le Théâtre de Vidy et à côté du Mini-Golf. Cet endroit compte avec des douches, des toilettes et deux couverts avec des bancs.

Il y a des terrains en suffisance pour placer la construction qui pourrait être enlevée pendant l'été.

### **5. Le nom de votre association :**

Association Nouvelles Perspectives

[www.nouvelles-perspectives.ch](http://www.nouvelles-perspectives.ch)

Référence : <https://www.bythelake.ch/a-nyon-un-sauna-confidentiel-face-aux-montagnes/>

Exemples :



