

# Femmes

MAGAZINE

## WE ARE FAMILY

LA MODE ENFANT: DES ADULTES AVANT L'HEURE ?



INTÉRIEUR

JE VEUX DU SOLEIL

FOCUS

ÉGALITÉ DES SEXES: LUXEMBOURG PIONNIER ?



# Voyez Plus Loin

#FashionReimagined

Grandes marques de -30% à -60%  
[mcarthurglenluxembourg.com](http://mcarthurglenluxembourg.com)







WHITE SHADE

## 20 APPARTEMENTS À MERL

14 de 3 chambres  
6 de 4 chambres

[www.whiteshade-jdl.com](http://www.whiteshade-jdl.com)



BUREAU DE VENTE  
27B, boulevard Marcel Cahen  
1311 Luxembourg  
+352 26 92 87 25  
[info@jdlux.lu](mailto:info@jdlux.lu)



LES JARDINS DE LUXEMBOURG



# Mélatonine 1-0

MARIA PIETRANGELI

Vous avez constamment le sourire, et d'un seul coup la vie est devenue plus légère... Ne cherchez plus... le soleil a (enfin) fait son apparition dans notre charmant petit pays. Véritable atout santé, il est surtout bon pour le moral. Un petit tour du côté de la mode, la rédaction vous propose de renouveler vos sous-vêtements qui, tout en discrétion, se dévoileront sous les tenues légères que vous allez arborer.

Envie de matières plus décontractées ou légères, le retour du denim se fait en grande pompe et se déclinera dans toutes les pièces de votre garde-robe.

Des sujets moins légers avec nos experts en droit qui nous renseignent sur le licenciement et notre rubrique « Finances » consacrée au patrimoine, pour le protéger et le transmettre. Le dossier « Business » consacré à la SARL à 1 euro et l'interview d'une cheffe d'entreprise l'ayant testée, va permettre aux détracteurs de cette mesure de revoir leur position.

Notre journaliste s'est interrogée sur les modèles sociaux véhiculés par la mode enfant qui devenue, aujourd'hui est un véritable business, tendant à faire de ces chères petites têtes blondes des adultes bien avant l'heure. Un peu trop, d'ailleurs ? L'orientation, un casse-tête à la fois pour les parents inquiets pour l'avenir de leur progéniture, et pour les enfants qui, eux, s'ils savent ce qu'ils ne veulent pas faire, ne

savent pas toujours ce qu'ils veulent faire. Découvrez la nouvelle tendance healthy qui n'a rien d'une activité sportive : le poke bowl. Un chef, un produit nous entraîne ce mois-ci chez la seule femme Bocuse d'or qui est... Luxembourgeoise.

Avez-vous deviné de qui il s'agit ?

Il y a parfois des rencontres qui réconcilient avec les rêves. Anne Brionne y songeait lorsqu'elle n'avait que 12 ans, aujourd'hui, cette mère de famille nombreuse est devenue une artiste reconnue que ce soit au théâtre ou au cinéma. C'est la passion de la musique qui a motivé Pol Belardi, ce bassiste et compositeur du cru, qui, malgré son jeune âge, a déjà plusieurs albums à son actif.

Une autre artiste, Laurianne Bixhain, originaire de Wiltz, s'est lancée dans la photographie dans un monde où tout un chacun se revendique photographe. On quitte le Luxembourg pour aller à la rencontre de personnalités à l'étranger. Premier arrêt, la Belgique avec Sylvain Willenz, connu pour ses collaborations avec la marque Ligne Roset. Ses objets aux coupes efficaces et affûtées qui lui ont valu de décrocher de prestigieux prix.

Du romantisme avec Elise Hameau, cette créatrice parisienne de robes de mariées dont l'objectif de ses créations est que les filles se sentent elles-mêmes le jour J...

Un mantra à appliquer au quotidien ? Excellente découverte.

OURS

## DIRECTION

Maria Pietrangeli & Patricia Sciotti

## RÉDACTRICE EN CHEF

Maria Pietrangeli

## PHOTOGRAPHE

Simon Cabrejo

## CONSEILS EN COMMUNICATION

Julie Bénére, Alexandrine Florian,  
Marine Lambert & Kevin Martin

## MISE EN PAGE

Alinéa Éditions et communication Sàrl  
Audrey Ridremont  
Stagiaire : Loris Klein

## RÉDACTEURS

Dr François Agudo / Alix Bellac / Julie Bénére /  
Lisa Beys / Sarah Braun / Antonio Da Palma  
Ferramacho / Magali Eylenbosch /  
Raphaël Ferber / Frédéric Frabetti / Godefroy  
Gordet / Aurélie Guyot / Christine Mick /  
Maria Pietrangeli / Michèle Rager / Jeanne  
Renauld / Carmen Rimondini / Karine Sitarz /  
Dr. Oswaldo Mazariegos Solis / Kévin Storme /  
Valérie Thévenaut /

## SOCIÉTÉ ÉDITRICE

Alinéa Éditions et communication Sàrl  
74, rue Ermesinde L-1469 Luxembourg  
Tél. : +352 26 45 85 86

Toute reproduction de ce magazine,  
même partielle, est interdite.

## ABONNEMENT - 11 numéros / an

Coupon à envoyer à Femmes Magazine  
avec preuve de paiement

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

Luxembourg 33€ / Pays frontaliers 35€

À verser sur le compte BGL

LU29 0030200166890000



20 200 exemplaires

[www.femmesmagazine.lu](http://www.femmesmagazine.lu)

join us !



## COVER

Mannequin : Martyon pour l'agence Notoys / Photographe : Simon Cabrejo / Hair artist : Andrea Vieira pour le salon Eric Stippa / Make Up artist : Peggy Timmermans pour Guerlain / Styliste : Julie Bénére / Production : Julie Bénére et Maria Pietrangeli / Lieu : Musée d'Histoire Naturelle à Luxembourg ville.

# Sommaire

## Mode



- 08 LAST MINUTE!
- 10 CATWALK  
Alexandre Vauthier & Maison Schiaparelli
- 12 MODE  
Matière adorée
- 20 MODE  
Le code a changé
- 28 INTERVIEW CRÉATEUR  
Elise Hameau : « Peu importe les conventions, ou ce que veut votre grand-mère »
- 30 DRESS CODE  
La vie en rose
- 32 TRENDS
- 34 BLOG PARTY FASHION
- 35 MAKING OF

## Wellness



- 76 BEAUTÉ  
Cheveux : L'art et la matière
- 83 CONCOURS
- 86 L'AVIS DE LA RÉDAC  
Huile de Jasmin Chanel
- 88 BEAUTY CASE
- 90 SEXO  
La pédophilie
- 91 BLOG PARTY BEAUTY
- 92 HEALTHY  
Le poke bowl, la nouvelle tendance healthy
- 94 SANTÉ  
Neuf mois cool... mais pas trop !

## Magazine



- 36 DOSSIER  
Immobilier : Luxembourg regarde vers l'avenir
- 46 FOCUS  
Égalité des sexes : Luxembourg pionnier ?
- 48 ELLE  
Dans la peau d'Anne
- 50 LUI  
Pol Belardi  
Voyages en musique
- 52 BUSINESS  
1 euro pour créer mon entreprise
- 54 INTERVIEW BUSINESS  
Claire Delcourt : « La S.à.r.l.-S m'a permis de monter mon projet plus rapidement »
- 56 ACTU BUSINESS
- 57 NOS EXPERTS EN DROIT  
Le licenciement fondé sur des raisons économiques
- 58 FINANCES  
Protéger et transmettre son patrimoine
- 60 ADEM

## Tribu



- 98 DREAM LIST  
Printemps-été : Le vestiaire parfait
- 104 CAS D'ÉCOLE  
Le casse-tête de l'orientation : l'avenir de mon enfant est en jeu
- 106 WE ARE FAMILY  
La mode enfant : des adultes avant l'heure ?
- 110 FOR KIDS
- 112 BOOKS
- 113 WANTED

## Have fun



- 61 ONLINE
- 62 IN THE CITY
- 64 À VOIR
- 65 À ÉCOUTER
- 66 À LIRE
- 68 INTERVIEW CULTURE  
Laurianne Bixhain, photo sensible
- 70 SAVE THE DATE

## Art de vivre



- 114 UN CHEF, UN PRODUIT
- 116 RECETTES
- 117 WINE LOVERS
- 118 INTÉRIEURS  
Je veux du soleil !
- 122 MOODBOARD  
La loi de la nature
- 124 INTERVIEW DESIGNER  
Design précis - Sylvain Willenz
- 126 BLOG PARTY LIFESTYLE
- 127 IT-CAR  
AUDI Q2 : La surprise des anneaux !
- 128 VOYAGES  
Varsovie, la belle écopée
- 130 HOROSCOPE





# Last minute!

DERNIERS COUPS DE CŒUR DE LA RÉDAC' AVANT L'ENVOI À L'IMPRIMERIE, QUELQUES BRÈVES DU BUREAU... FEMMES MAGAZINE, COMME SI VOUS Y ÉTIEZ!

7

C'est le nombre de fois qu'il (me) faudrait tourner la langue dans la bouche, histoire d'éviter les disputes en bouclage... Mea Culpa.



## Happy birthday Touche Éclat!

Que celle qui n'a jamais cliqué un stylo Touche Éclat, l'illumineur mythique d'Yves Saint Laurent, lève le doigt? Souvent copié jamais égalé, le it-produit célèbre cette année son quart de siècle et s'offre une robe céleste pour l'occasion. À découvrir sur les trois nuances star : N°1 Luminous Radiance, N°2 Luminous Ivory, N°3 Luminous Peach, qui, pour l'occasion, délaissent également leur écrin traditionnel pour un joli sachet rempli d'étoiles dorées. On adore!

→ **Touche Éclat 25 Star Edition, Yves Saint Laurent**

Entendu à la rédac

« S'il n'a pas de trou, c'est qu'il est fourré. »

(Spéciale investigation autour d'une boîte de donuts, un vendredi soir...)



## COUP DE CŒUR

Frédéric Fekkai a délaissé l'univers de la coiffure pour lancer une nouvelle ligne de cosmétiques inspirée de sa terre natale, la Provence. Une idée merveilleuse et poétique qui a donné naissance à une très belle gamme de senteurs déclinés en soins pour le corps, fragrances et senteurs d'intérieur. Gros coup de cœur pour la bougie Miel de Lavande, dont les effluves délicats et sophistiqués habilleront vos soirées d'été.

→ **Bougie Miel de Lavande, Bastide, à shopper sur [www.bastide.com](http://www.bastide.com)**



## Attention it-bag!

Voilà un sac qui cumule tous les bons points. Petit format, à porter en trotter ou en clutch et logo XXL – résurgence des nineties – pile dans la veine du moment. Le petit J'Adior de la maison Dior a affolé la rédac'. Forcément, on adore!

→ **J'Adior, flap bag, Dior**



## Louboutin nous fait à présent les yeux doux

Après avoir sublimé nos pieds (et nos jambes), nos lèvres et nos mains, Christian Louboutin va conquérir nos yeux avec sa ligne de maquillage joliment baptisée *Les Yeux Noirs*. « J'ai toujours été fasciné par le pouvoir du regard » explique le créateur qui s'est inspiré de l'Inde pour créer un mascara, un eye-liner, un crayon pour les yeux et un autre pour les sourcils, déclinés dans des teintes classiques et exotiques, inspirées du Kathalaki, une danse traditionnelle indienne. De quoi nous faire les yeux revoler!



## La collab' improbable

La collab' la plus régressive et décadente de la saison. Celle que vient de signer Puma avec les Minions... Non non, vous ne rêvez pas. À l'occasion de la sortie du troisième volet de *Moi, moche et méchant* au cinéma, le studio créatif de PUMA a invité Stuart, Carl et Kevin à se joindre à leur team. Notre pièce préférée de la ligne (vêtement et accessoires)? Les sneakers Banana qui vont nous donner le smile!

→ **PUMA x Minions, à shopper à partir du 1<sup>er</sup> juin sur l'eshop PUMA et dans une sélection de points de vente**



# SIMPLY STYLE

**130** MARQUES TENDANCE · *Des prix réduits\*\* toute l'année*

A Zweibrücken The Style Outlets, vivez une aventure shopping sans limite. Dans l'ambiance chic de nos boutiques, découvrez **plus de 130 grandes marques internationales à prix réduits\*\* toute l'année**. Grâce à une offre inégalable en mode, sport, accessoires, chaussures et décoration, vous trouverez aisément votre pièce préférée pour la nouvelle saison. Une architecture design unique, 2 600 places de parking gratuites et des possibilités de restauration aussi diverses que variées feront de votre escapade shopping une expérience inoubliable.

Abercrombie  
& Fitch

adidas outlet

ARMANI  
OUTLET

ESCADA

ESPRIT

FOSSIL

KARL  
LAGERFELD

LACOSTE

MARCCAIN

Marc O'Pol

MICHAEL KORS

rich&royal

SCOTCH & SODA  
AMSTERDAM COUTURE

SWAROVSKI

VERSACE ... et plus encore

**SHOPPING DU DIMANCHE : 2.4 | 9.4 | 23.4 | 13h – 18h**

Ouvert du lundi au samedi, de 10h à 19h

Allemagne A8 Sortie 34 « Contwig » · [www.thestyleoutlets.de](http://www.thestyleoutlets.de)

 zweibrücken  
the style outlets

\* Le style tout simplement / \*\* par rapport au dernier prix conseillé



# ALEXANDRE VAUTHIER



Attention, sexy. Nul autre ne sait souligner les courbes et les lignes féminines comme Alexandre Vauthier. Il réitère son tour de force pour la saison 2017, avec une collection sulfureuse et glittr à souhait.

Vêtues de cuir argent à la Barbarella, de sweat imprimé étoile, de combi-poom-poom-short rutilant, arborant un one hair shoulder à la Jerry Hall, les mannequins déambulent avec un je-ne-sais-quoi de style eighties, mais résolument contemporain, et outrageusement sexy.



TEXTE SARAH BRAUN  
SÉLECTION DES IMAGES JULIE BÉNIÈRE



« IL Y A DEUX CHOSES QUI ME  
FASCINENT CHEZ LA FEMME :  
LA FAÇON DONT ELLE SE TIENT,  
AVEC SES ÉPAULES,  
ET LA NAISSANCE DE SA POITRINE.  
JE TROUVE CELA EXTRÊMEMENT  
ÉROTIQUE. »  
ALEXANDRE VAUTHIER







«TOUTES LES FEMMES  
S'HABILLENT DE LA MÊME FAÇON.  
PARTOUT DANS LE MONDE: POUR  
AGAÇER LES AUTRES FEMMES»  
ELSA SCHIAPARELLI



## MAISON SCHIAPARELLI

BERTRAND GUYON



Pour célébrer les 90 ans de la maison, le nouveau directeur artistique Bertrand Guyon a repris tous les symboles et motifs chers à la pionnière créatrice, qu'il a égrenés et déclinés sur les différentes pièces de sa collection : les cœurs, les homards de Dali, mais surtout les yeux et les bouches. Présentée dans les salons de la maison, ouverte pour l'occasion, la ligne 2017 s'annonce haute en couleur et gaie. Une ode à la vie, à l'amour et à la mode.





# ***Matière adorée***

LA SAISON SERA DENIM OU NE SERA PAS. S'IL EST BIEN UNE ÉTOFFE  
DONT ON NE SE LASSE JAMAIS, C'EST LE JEANS.  
DES PIEDS À LA TÊTE ET DE LA TÊTE AUX PIEDS.  
EN TOUCHES OU EN TOTAL LOOK. UNI OU PATCHÉ. BRUT OU DÉLAVÉ,  
TOUTES SES DÉCLINAISONS, JUSQU'À L'OBSSESSION.

TEXTE SARAH BRAUN  
SÉLECTION DES IMAGES JULIE BÉNIÈRE



















SANDRO



DÉCOUVREZ  
NOS NOUVEAUX  
MAGASINS À  
DUDELANGE  
ET JUNGLINSTER

**CITABEL**  
SPORTS

3, rue du Château d'Eau  
L-3364 Leudelange  
5 Am Duerf **NEW**  
L-3436 Dudelange

**INTERSPORT**  
LUXEMBOURG

5, rue des Mérovingiens  
L-8070 Bertrange  
2, Allée John W. Léonard  
L-7526 Mersch  
Centre commercial Laangwiss I **NEW**  
L-6131 Junglinster

[www.citabel.lu](http://www.citabel.lu) [www.myintersport.lu](http://www.myintersport.lu)











# Le code a changé

JEUX DE DENTELLE ET DE TRANSPARENCE, LA LINGERIE ABANDONNE SES CARCANS POUR DES PIÈCES ÉVANESCENTES, LÉGÈRES COMME L'AIR, QUI SE JOUE DES MATIÈRES ET DE LA TRANSPARENCE. BODY'S DÉLICATS, TRIANGLES ENFANTINS, CULOTTES DÉSUÈTES SUBLIMENT LES FORMES, GALBENT LES CORPS ET APPORTENT UN VENT DE SENSUALITÉ. TORRIDE.

TEXTE SARAH BRAUN  
SÉLECTION DES IMAGES JULIE BÉNIÈRE

HUNKEMÖLLER





### ***Black star***

Iconiques, les dessous noirs  
se la jouent sexy soft  
toute en transparence et en légèreté.







## ***Body crush***

Le body retrouve ses lettres  
de noblesse cette saison  
et s'érige en fashion statement.  
En black & white, on l'affiche fièrement.







ETAM

INSTITUT  
LA MAISON DE LA BEAUTÉ

Une équipe de professionnels  
au service de votre bien-être



DE -15% A -30%  
SUR VOTRE CURE  
SUR MESURE!  
BILAN GRATUIT

UNE LIGNE PARFAITE POUR L'ÉTÉ ?  
PACK CURE MINCEUR

Remodelez votre silhouette  
Affinez vos rondeurs  
Raffermissiez votre peau  
Éliminez les toxines

Chaque cure est personnalisée à chaque morphologie.  
Offres exclusives jusqu'au 31 juillet 2017\*

UNIVERSAL CONTOUR WRAP

PACK CURE DETOX

Perte de centimètres en 3 séances seulement !



-15% SUR  
VOTRE  
CURE DE  
3 SOINS

\* voir conditions sur notre site web

14, Bld. Robert Schuman, L-8340 Olm / Capellen  
Tél.: (+352) 30 81 39  
[www.maisondelabeaute.lu](http://www.maisondelabeaute.lu)

## ***Like a virgin***

Jeux de dentelles  
et blanc immaculé, l'équation ingénue  
gagnante du printemps.







# Elise Hameau :

## « PEU IMPORTE LES CONVENTIONS, OU CE QUE VEUT VOTRE GRAND-MÈRE »

LA CRÉATRICE ELISE HAMEAU A CONQUIS NOS CŒURS AVEC SES ROBES DE MARIÉE AU CHARME À LA FOIS INTEMPOREL, DÉLICIEUSEMENT DÉSUET ET PROFONDEMENT ÉCLECTIQUE, MAIS SURTOUT AVEC SA PHILOSOPHIE: ÊTRE SOI-MÊME ET LÂCHER-PRISE LE JOUR J. JUSQU'À CONVOLER EN BASKETS? ET POURQUOI PAS? UN LEITMOTIV EN TOILE DE FOND DE SA TOUTE PREMIÈRE COLLECTION DESTINÉE À LA CÉRÉMONIE CIVILE.

SARAH BRAUN



Bianca Jagger l'a d'ailleurs inspirée pour cette petite ligne composée de 10 pièces. D'elle, elle aime «la sobriété de sa robe blanche, ce côté rock et ce mélange des codes masculins et féminins.» Son vestiaire condense tout ces univers: un jupon, un top en dentelle, mais aussi un tailleur-pantalon, et surtout un incroyable bomber rouge en satin estampillé «Dancing Queen».

Un premier pas vers une ligne de prêt-à-porter? En aucun cas. «De plus en plus de mariages se déroulent sur deux jours et nécessitent donc deux tenues. Et puis la robe blanche, quasi sacrée... Les mœurs ont changé, les mariages sont plus festifs, champêtres, désinvoltes même! J'avais envie que ces pièces puissent être portées à la mairie, mais aussi pour aller danser, s'amuser, que les copines se les prêtent entre elles. En fait, je voulais que ces vêtements aient une autre vie, après les noces.»

Si Elise Hameau a choisi l'univers du mariage, c'est parce qu'il cristallise tout ce qui la passionne. Ancienne journaliste de mode, elle est retournée à ses premières amours en lançant sa propre maison de couture, en 2012. Formée au Studio Berçot, elle ne se reconnaît pas dans le prêt-à-porter 'classique' lorsqu'elle reçoit son diplôme. Elle délaisse la création durant quelques années. À New York, elle collabore avec les stylistes de Wool and the Gang. Le déclic, elle se lance. «Créer des robes de mariée me permettait de conjuguer le made in France (hommage à sa maman couturière, ndlr.), de petites collections, un rythme plus cool, le travail de belles matières et un contact privilégié avec mes clientes. Je conçois chaque robe sur mesure, puis elle est réalisée dans nos ateliers français. Nous veillons à offrir la qualité haute couture, tout en restant dans une gamme de prix créateur.»

Chaque année, elle dessine une collection de 12 ou 14 modèles, nourris de son incommensurable culture. Férue de livres et d'art, amatrice de voyages, passionnée de mode, tout peut faire jaillir en elle le début d'une histoire qui donnera naissance à un nouveau modèle. Un savant

melting pot, qui a façonné la plus belle de ses robes. La sienne, pour son mariage, l'année passée. «Une création unique, tout en dentelle, rebrodée de grosses fleurs. Je portais aussi une couronne de fleurs, un peu comme une matriochka russe. Elle incarne la perfection parce qu'elle me ressemble avant tout. C'est le plus important. Les filles, le jour de votre mariage, vous devez vous sentir vous-même, peu importe les conventions, ou ce que veut votre grand-mère (rires). Si vous n'aimez que les sneakers, alors remontez l'allée en baskets! Le grand jour n'arrive qu'une seule fois dans une vie! Enfin normalement (rires)!»

Une liberté d'esprit, un vent d'audace qui imprègne chaque vêtement de sa collection civile. «J'ai dessiné un vestiaire que les femmes peuvent s'approprier. Mixer les pièces entre elles. Switcher entre les escarpins et les sneakers. À l'image de nos vies fourmillantes et multiples. J'aime l'idée de casser les codes établis.» Indomptable, Elise Hameau? Un esprit de rébellion auréolé de douceur. Un savant dosage des deux pour celle qui jongle constamment entre ses casquettes de styliste et de chef d'entreprise, mais toujours en veillant «à lancer des blagues derrière son ordinateur». Le bonheur attirant le bonheur, la talentueuse créatrice attend des jumeaux pour cet été. Un nouveau chapitre qui la comble, sa joie est palpable. Pour terminer l'interview, nous lui demandons quel est son mantra. Elle rit. «Oh, j'ai un peu honte, car il me vient d'un film qui prend le contre-pied total de ma culture: 'Oublie que tu n'as aucune chance, vas-y, fonce!', la célèbre réplique de Jean-Claude Dusse dans le film *Les Bronzés font du ski*. Lui parle de ses conquêtes. Moi, je l'applique à tout ce que j'entreprends.» Et ça lui réussit plutôt bien, non?







Innovation  
that excites

NISSAN **INTELLIGENT MOBILITY**

## NOUVELLE NISSAN MICRA COMPLICE DE TOUTES VOS AUDACES



### LES JOURNÉES AUDACIEUSES

DÉCOUVREZ VOTRE COMPLICE, LA NOUVELLE MICRA,  
DU 18 MARS AU 30 AVRIL.



Alerte de franchissement  
de ligne blanches

Freinage d'urgence  
autonome

Around View Monitor  
Intelligent-vision 360°

NISSAN.LU



Route de Thionville 535  
Zone industrielle Lëtzebuenger Heck  
Rue de Bastogne 170

L-5887 Alzingen  
L-3844 Schiffflange (Foetz)  
L-9011 Ettelbruck

Tél.: +352 44 45 45  
Tél.: +352 57 44 22  
Tél.: +352 81 26 84

Annoncesur: Nissan Belux s.a. (Importateur), Bat 12, 2630 Aartselaar - TVA BE0838.306.068 - RPM Anvers. Photos non contractuelles. Informations environnementales: A.R. 19/03/2004: [www.nissan.lu](http://www.nissan.lu)

MICRA 85-108 G/KM 3,2-4,6 L/100KM

DONNONS PRIORITÉ À LA SÉCURITÉ.



Le +



CHLOÉ  
+ TOO FACED

La rédac



### ESSENTIEL

Rose blush pour ce summer coat dans lequel on se lovra avec plaisir les matinées un peu fraîches.



### H&M

Blanc et volanté.  
Less is always more.

## LA VIE EN ROSE



### MAISON SCOTCH

Le tote bag est toujours d'actu.



### C&A

Denim brut effiloché. Parfait.



ANDREW GN



ISSEY MIYAKE

## LE

### LOOK TARA JARMON

Le manteau d'été? On adore. Mais dans une matière fluide et légère, un coloris paste. Tant qu'à faire, on le choisit rose, nuance star de la saison. Associez-le à un bloomer et un t-shirt blanc: effortless, trendy et chic. Que demander de plus?



### ZADIG & VOLTAIRE

Python rose et glitter, un fashion crush pour ces boots d'été.

A woman with long blonde hair is standing in a lush garden, wearing a white halter-neck dress with a vibrant floral pattern of red, blue, and yellow flowers. She is looking off to the side with a slight smile. The background is filled with green foliage and colorful flowers, creating a soft, bokeh effect.

# The Perfect Dress

Robe cintrée

# 19€



[WWW.C-A.COM](http://WWW.C-A.COM)



# TRENDS

QUELLES SONT LES DERNIÈRES NOUVELLES QUI AGITENT LA PLANÈTE FASHION?  
RÉSUMÉ DE CE QU'IL FAUT SAVOIR  
ET DE CE QU'IL NE FAUT SURTOUT PAS MANQUER...

AURÉLIE GUYOT

## Mode

### MARGIELA: LES ANNÉES HERMÈS

Attention, voici l'exposition mode la plus attendue de l'année ! Cap sur Anvers pour découvrir le travail et l'univers si particulier du cultissime créateur Martin Margiela, alors qu'il officiait chez Hermès. Durant 12 collections, il ne cessera de surprendre, à grands coups d'innovations et de déstructurations. Ce sont ces années d'audace que parcourt le MoMu d'Anvers : perfection des coupes, matériaux recyclés (une première !), maîtrise de l'épure... Un magnifique patrimoine, qui influence encore et toujours les créateurs contemporains.

➡ **Margiela : les années Hermès, jusqu'au 27 août au MoMu d'Anvers. Plus de détails sur [www.momu.be](http://www.momu.be)**



## Tendance



### DES PETITS CLOUS

Ce printemps reste dans les clous. Cuir, jeans, tee-shirts et vestes de demi-saison se font précieuses ou rock et se parent de clous dorés ou argentés, pour une allure pointue et sophistiquée. Manteau parsemé de clous étoilés chez Zara, sac Lady Dior total look, boots et escarpins chez Asos... Il y en a pour tous les goûts et tous les budgets !

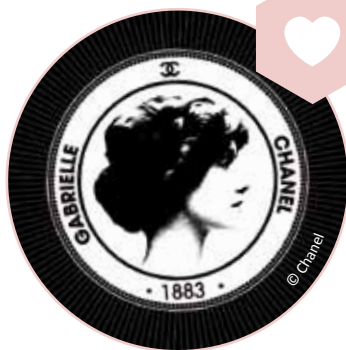
## Expo



### BACK TO AMY

Londres, 23 juillet 2011. Rappelez-vous, Amy Winehouse succombait d'une énième overdose. Elle laisse derrière elle des millions de fans endeuillés. Outre ses magnifiques chansons et ses tragiques excès, on retient d'elle son style si particulier, ses minirobes bustiers cintrées et ses escarpins vertigineux ou au contraire, son allure simple et street de jeune anglaise. Le *Jewish Museum* lui rend hommage, et expose, entre autres, la fameuse robe Luella Bartley qu'elle portait au Glastonbury Festival en 2008.

➡ **Amy Winehouse - A family portrait, jusqu'au 24 septembre au Jewish Museum de Londres. Plus de renseignements sur: [www.jewishmuseum.org.uk](http://www.jewishmuseum.org.uk)**



### L'INSOUMIS

Karl Lagerfeld, directeur artistique de la Maison Chanel, dédie cette année 2017 à Gabrielle, aka Coco, femme des plus inspirantes s'il en est. Les lancements d'un sac et d'un parfum sont annoncés, et des mini films sont prévus tout au long de l'année. Le 18<sup>e</sup> épisode s'intitule *Gabrielle ou l'insoumission*, et nous dévoile le parcours de la créatrice. De quoi s'inspirer et rêver !

➡ **À découvrir sur [www.inside.chanel.com](http://www.inside.chanel.com)**

## Fashion



### TEE-SHIRT FOREVER

Le tee-shirt est dans tous ses états ! De l'édition limitée Dior 'We should all be feminist' ou tee-shirt à coeurs Elise Chalm, ce basique se réinvente pour devenir un fashion statement. On l'associe avec un jean, des escarpins et une veste structurée pour casser son côté faussement négligé, ou glissé dans une jupe crayon, des résilles et une paire de sneakers aux pieds.



# ENVIE DE RECEVOIR **LA** DERNIÈRE INFO DU MOMENT?



## ABONNEZ-VOUS À NOTRE NEWSLETTER!



INSCRIVEZ-VOUS SUR [WWW.FEMMESMAGAZINE.LU](http://WWW.FEMMESMAGAZINE.LU) |   

## IT'S FASHION

ANNA, BETTY, CLAUDE ET SUNZIBAR DÉVOILENT LEURS PLUS JOLIS LOOKS  
ET LEURS COUPS DE CŒUR DU MOIS!




Anna  
Katina



» Le rose poudré est ma couleur préférée pour le printemps. J'aime associer cette couleur avec des imprimés de fleurs ou alors, au contraire, avec une veste en cuir pour casser le côté trop romantique.  
[www.annakatina.com](http://www.annakatina.com) |   



Betty  
John

» Pink is in the air! Mon achat coup de cœur de ce printemps? Ce jeans rose blush déniché chez Zara, que j'ai combiné avec un pull en cachemire blanc. La petite touche wild? Ces sandales léopard signées Sézane!  
[bettyfashionlouge.com](http://bettyfashionlouge.com) |   

Claude  
Marx



» Avril ne te découvre pas d'un fil. Pour les matins encore frais, je mise tout sur ce manteau rose, que je mixe avec une maille toute douce et légère.  
[www.imaginethesuwallows.com](http://www.imaginethesuwallows.com) |   



Sunzibar

» Le rose était sur tout les catwalks, lors de la fashion week printemps-été 2017, à l'instar de Valentino et Balenciaga. Ils m'ont beaucoup inspirée, comme pour cette robe, ultra légère, style boho chic, en soie, dont le motif m'évoque mes fleurs préférées: les magnolias.  
[www.sunzibar.com](http://www.sunzibar.com) |   

# Backstage

Ah le denim... Depuis sa création, à la fin du XIX<sup>e</sup>, il n'a cessé de se réinventer, de se réinterpréter. Du vêtement de travail, il est devenu un objet de désir et une arme de séduction... massive. Cette saison, on l'aimera toujours en blouson, que l'a associée à un jupon et des sneakers pour créer un personnage de danseuse street wear, résolument moderne et profondément féminine. Une femme, c'est tout ça à la fois. Maryon notre danseuse d'un jour porte un blouson et une blouse Maje, un jupon Tara Jarmon et des baskets Gigi Hadid pour Reebok. Aux oreilles, des éclairs rainbows signés Suzywan.

/////////  
SARAH BRAUN



» Nous remercions chaleureusement tous nos partenaires pour cette cover blue jeans: Merci aux attachés de presse Maje de nous avoir envoyé blouson et top, à la boutique Tara Jarmon, au centre-ville, pour le jupon, et à la boutique Stitch Luxembourg de nous avoir prêté les sneakers Gigi Hadid x Reebok en avant-première. Merci également à Passe moi l'sel Chérie pour les boucles d'oreilles Suzywan. La mise en beauté a été confiée à Peggy Timmermans pour Guerlain, pour le make-up, tandis qu'Andréa du salon Eric Stipa Luxembourg s'est chargée de la coiffure. Et enfin, et surtout, à Simon Cabrejo qui a capté l'éclat de la toile mythique et l'insolente beauté de notre modèle Maryon (de l'agence Notoys), dans le cadre historique du Musée d'Histoire Naturelle de la ville de Luxembourg.



# IMMOBILIER: *Luxembourg regarde vers l'avenir*

ALORS QUE LA 12<sup>E</sup> ÉDITION DU MIPIM (MARCHÉ INTERNATIONAL DES PROFESSIONNELS DE L'IMMOBILIER) VIENT DE S'ACHEVER À CANNES, FORCE EST DE CONSTATER QUE LE LUXEMBOURG REGARDE VERS SON AVENIR IMMOBILIER.

SACHA SALOMON



Il faut dire que le Grand-Duché est, depuis plusieurs années déjà, confronté à différents défis: une population qui ne cesse de croître, un attrait tout particulier vers l'achat plutôt que la location. Et puis, il y a l'avenir. La question écologique, l'écoresponsabilité, la consommation énergétique. Le tournant digital aussi, qui s'apprête à impacter l'immobilier. Autant de facettes qui sont en train de dessiner un tout nouvel horizon pour le secteur.

## **VERS DES CONSTRUCTIONS PLUS VERTES**

Si Luxembourg regarde vers l'avenir, c'est pour mirer un ciel vert. Si la question du logement est fondamentale et fait résolument partie des priorités du gouvernement, celui-ci ne saurait être envisagé dans les années à venir sans être associé à l'idée d'éco-responsabilité.

Nous sommes allées à la rencontre du ministre du Développement Durable et des Infrastructures, **François Bausch**, pour évoquer les positions du gouvernement quant au virage vert que s'apprête à prendre le pays.

## ***Pensez-vous que le gouvernement actuel soit assez concerné par les questions d'écologie?***

Dans tous les domaines, oui, mais restons dans la construction. L'État a le devoir moral d'être la locomotive dans la volonté d'atteindre ces buts et doit agir d'une façon exemplaire et précurseur, voire se montrer ambitieux d'aller au-delà.

Le secteur « bâtiments » est notamment le plus prometteur en vue de gains réalisables suite à une meilleure performance énergétique. C'est pourquoi l'Administration des Bâtiments

Publics poursuit, depuis plus d'une quinzaine d'années, des stratégies de construction durable et a su les approfondir pour en développer les principes essentiels. Ces principes sont notamment assurés par des nouvelles constructions à faible consommation d'énergie, garanties par une planification intégrée de tous les acteurs de la maîtrise d'œuvre visant un concept énergétique spécifique et adapté à chaque projet. Les immeubles étatiques construits depuis le début des années 2000 ont été réalisés selon les derniers concepts de durabilité et d'efficacité énergétique en date, et ce dès leur planification. Les nouvelles constructions peuvent d'ores et déjà être réalisées avec des consommations d'énergie fossile réduite à zéro.

Dans cette nouvelle ligne de conduite entrent les projets-pilotes des bâtiments publics: en 2015, le bâtiment à énergie positive pour l'Administration de la nature et des forêts à Diekirch, ainsi que le Lycée Atert à Rédange ont été mis en service. Autre projet qui a été présenté en décembre 2016: une maison pour jeunes adultes à Schiffflange. La caractéristique majeure d'un tel bâtiment se traduit par le fait que, sur une année, il produit plus d'énergie (électricité, chaleur) qu'il n'en consomme pour son fonctionnement. Une attention particulière est prêtée à ce que très peu d'énergie grise soit utilisée.

Enfin, la Directive sur les marchés publics entre également dans cette démarche. La réforme sur la passation de marchés publics aura un impact important sur le secteur de la construction et il s'agit, entre autres, de prendre en compte lors de l'attribution des marchés d'autres critères tels que le choix des matériaux et d'écartier toutes les substances nocives.

Enfin, le gouvernement préconise l'utilisation de matériaux écologiques, à travers Les recommandations et réflexions formulées par le dossier écologique *Leitfaden für nachhaltiges Bauen und Renovieren* qui propose la mise en œuvre de produits et de matériaux sélectionnés selon différents critères écologiques lors des études pour les projets de construction et d'assainissement des bâtiments publics. Ainsi, depuis 2014, tout bois utilisé dans les projets doit être certifié.

**Le ministère du Développement Durable s'est associé à la commune de Schiffflange pour la rénovation de la première maison à énergie positive. Qu'est ce qui a motivé ce choix?**

L'objectif est de collecter des expériences pour nos futurs projets, de tirer des conclusions positives et négatives des différentes mesures prises. Il nous importait également de montrer les possibilités de réhabilitation d'une maison mitoyenne typique de la région, afin de motiver les gens à investir dans l'assainissement énergétique. Notre ambition est résolument de donner l'exemple et d'ouvrir la voie.

Il s'agit d'un projet pilote de rénovation, transformation et extension d'une maison unifamiliale mitoyenne de 1950 pour les besoins des Maisons d'enfants de l'État en vue d'y loger de jeunes adultes. Son but est de réaliser une maison dans laquelle la production d'énergie sera supérieure à la consommation d'énergie. Il s'agit d'un projet phare dans la construction des bâtiments publics au Luxembourg, l'État s'y retrouve parfaitement dans son

Membre de






# immobilière

## Romain THILL SARL

Achats
Ventes
Locations



**Depuis 1976**

Nous vous proposons des biens et nos services de qualité depuis 40 ans et nous vous accompagnons de la mise en vente de votre bien, jusqu'à la signature de l'acte notarié.



**Une équipe à votre service**

Toute notre équipe sera heureuse de vous accueillir afin de vous proposer toute notre gamme en matière de maisons, appartements ou de terrains et trouver avec vous, le bien qui vous correspond.



**Agence de proximité**

Notre agence spécialiste des transactions immobilières de votre région.



Nous vous accueillons du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 et de 14h00 à 19h00, le samedi de 10h30 à 17h30 sans interruption.

Nous parlons luxembourgeois, Allemand,  
Français, Anglais et Portugais.

10, route de Longwy  
L-4750 PÉTANGE

Téléphone (+352) 50 17 47  
Télécopie (+352) 50 35 34  
[www.immo-rthill.lu](http://www.immo-rthill.lu)

rôle de précurseur et de laboratoire de la société civile.

**Les travaux de cette rénovation ont été estimés à 670 000 euros.**

**Au regard de ce chiffre, ne vaut-il pas mieux construire du neuf? Cela ne risque-t-il pas de décourager les particuliers?**

Les conclusions de ce projet sont très positives, étant donné les avantages au niveau de l'énergie grise de l'existant qui est équivalente à zéro. Peu de compromis ont été faits par rapport à une nouvelle construction. Il a été conclu que les assainissements partiels doivent aussi être encouragés.

**Quel avenir voyez-vous pour l'immobilier « green » à Luxembourg ?**

À l'encontre de ce que nous avons connu au cours des dernières décennies, la ville de demain regroupera toutes les fonctionnalités: se loger, travailler, se divertir, consommer. Elle sera conçue pour les humains et non pour les voitures. L'aspect social y jouera un rôle fondamental. Il passera par la mixité, ainsi que par la création de structures partagées et d'espaces communs, conçus en concertation avec les usagers à travers un processus de participation citoyenne.

La digitalisation de la société nous ouvre de nombreuses possibilités, notamment en matière de gestion de la mobilité et des déchets, mais aussi au niveau des bâtiments eux-mêmes, qui tendent aujourd'hui à devenir intelligents. Non seulement pour nous apporter davantage de confort, mais également afin de nous permettre d'économiser de l'énergie et des ressources. Demain, les bâtiments pourront également être les lieux où l'on cultivera les végétaux dont nous avons besoin pour nous nourrir. Le concept d'Urban Farming a déjà fait ses preuves dans d'autres pays et il présente un potentiel énorme pour le Luxembourg, dans lequel des projets de ce type commencent à voir le jour.

Ces éléments sociaux et écologiques vont dans le sens du développement durable. Les villes qui réussiront le pari de les réunir au cours des prochaines années seront aussi et surtout celles qui seront les plus attractives et les plus compétitives du point de vue économique. C'est pourquoi il est très important, si nous voulons mettre en œuvre avec succès la stratégie de Jeremy Rifkin sur la troisième révolution industrielle, de favoriser la recherche et le développement dans les domaines de la mobilité, de l'énergie et de la construction durables pour faire du Luxembourg un laboratoire vivant dans ces domaines.

L'État a l'obligation de donner le bon exemple. Ainsi, des projets comme ceux qui sont menés au Kirchberg et à Belval ou d'autres qui pourraient l'être en commun avec le secteur privé sur d'autres territoires intéressants pourraient servir de modèle.

**Sur les 1.8 milliard investis par le gouvernement en 2017, 359 000 sont consacrés au développement des bâtiments publics. Quels sont les projets majeurs pour l'année?**

844 millions seront investis dans le rail et les transports publics et 359 millions dans les bâtiments publics. De plus, environ 180 millions serviront à la construction et l'entretien

d'infrastructures routières. Ne citons que quelques projets-phares tels que le Tram dans la Ville de Luxembourg, ou encore la nouvelle ligne de train Luxembourg-Bettembourg. Dans la construction, sont prévus surtout des infrastructures scolaires (Lycée Differdange, Lycée technique pour professions de santé Ettelbruck, Lycée Clervaux ...), mais également sanitaires et sociales (CIPA Sud, Bibliothèque nationale, Centres pour réfugiés...) et, enfin, l'assainissement de structures existantes (Lycée Robert Schuman, Lycée de garçons, Université à Limpertsberg, Lycée technique du Centre...).

**Une grosse partie du budget va également dans le développement de la mobilité. En quoi cela va-t-il impacter le marché de l'immobilier luxembourgeois?**

Le Luxembourg mise dorénavant sur des investissements énormes dans des solutions multimodales et durables. Un élément-clé est la réorganisation du transport en commun, vers une approche polycentrique et multimodale. A travers le pays, une vingtaine de pôles d'échange, permettant à l'usager un changement facile et rapide entre différents modes de transport, sont en train d'être construits. Neuf de ces pôles d'échange sont situés sur la ligne du futur tramway qui traversera intégralement l'agglomération de la Ville de Luxembourg sur une longueur de 16 km pour y devenir une véritable colonne vertébrale du transport en commun. S'y ajoutent la construction de nouvelles gares ferroviaires en périphérie du centre-ville et la réorganisation des bus régionaux qui s'appuieront dès lors sur la ligne du tram et qui relieront les différents pôles de développement entre eux sans devoir passer par le centre-ville. D'autant plus, au niveau national, un doublement des emplacements sur P&R (13 100 emplacements additionnels) est en cours d'être mis en œuvre. Leur objectif est de permettre un échange rapide et proche des frontaliers vers le transport en commun. Ces sites P&R seront équipés avec des bornes de charge pour véhicules électriques afin d'avancer en matière d'une mobilité individuelle moins polluante. En matière de mobilité douce, de nouvelles pistes cyclables, des emplacements classiques et sécurisés (mBox) et des vélos à libre-service (Vel'oh) de la Ville de Luxembourg complèteront l'offre multimodale aux pôles d'échange. La construction va donc s'orienter à 100% à l'offre du transport public ; de nombreuses sociétés construisent par exemple, le long de la future ligne du tramway. Il en est de même pour l'immobilier particulier qui ne va plus s'orienter au déplacement en mode privé, mais va privilégier la chaîne multimodale de transport.

**SHIFFLANGE: LA PREUVE PAR L'EXEMPLE D'UNE COMMUNE TOURNÉE VERS LE GREEN**

Si la capitale axe sa politique en faveur de l'écologie, elle n'est pas la seule. Véritable pionnière à l'échelle luxembourgeoise dans le secteur, la commune de Schifflange planche depuis 1997 sur le sujet. Le dernier projet en date vient d'ailleurs d'être présenté. Réalisé conjointement avec l'Administration des Bâtiments publics et en collaboration avec le Bureau d'architecte Nicklas architectes, il prendra forme au 55 rue des Fleurs. Il s'agit en effet de la première maison publique à énergie positive.



# CONSEILS, GUIDES, INSPIRATION...

atHome.lu vous accompagne dans  
votre projet immobilier



Découvrez le blog : [www.athome.lu/blog](http://www.athome.lu/blog)



**atHome.lu**  
Luxembourg lives here

## « LE DOMAINE DU LOGEMENT EST TOUT SIMPLEMENT TROP ÉNERGIVORE, C'EST L'UN DES PREMIERS SECTEURS SUR LESQUELS NOUS NOUS DEVONS D'AGIR POUR RÉDUIRE NOTRE CONSOMMATION »

La raison d'un tel projet pour la commune de Schiffflange ? Presque une évidence, en fait. **Guy Spanier**, conseiller climat pour la commune, nous explique : « notre ambition était de démontrer que l'on pouvait rénover n'importe quel bâtiment – celui-ci date des années 50 – et l'amener vers une classe énergétique ambitieuse, tout en maintenant la cohérence urbanistique du quartier. Si la commune ne montre pas l'exemple et n'ouvre pas la voie, qui d'autre pourrait le faire ? » Et il est vrai que depuis plusieurs décennies déjà, la préoccupation énergétique est au cœur de la politique de la ville de Schiffflange. Si, depuis 2004, une comptabilité énergétique est entrée en vigueur, le conseiller climat nous précise qu'elle existait déjà depuis 1997. « L'économe d'énergie est résolument fondamentale dès lors que l'on envisage l'avenir de l'immobilier. Le domaine du logement est tout simplement trop énergivore, c'est l'un des premiers secteurs sur lesquels nous nous devons d'agir pour réduire notre consommation. » Ainsi, depuis 2002, la ville consacre une très large part de son budget à l'écoresponsabilité, dont quelque 120 000 euros destinés à la sensibilisation de la population et 150 000 euros consacrés à la modification des installations énergétiques des bâtiments communaux. La ville n'hésite d'ailleurs pas à impliquer les citoyens, à l'image du projet « Jugendsolar », une action menée avec les jeunes de la commune, afin de construire une installation de production d'énergie par panneaux photovoltaïques destinés à alimenter une pompe qui servira à récupérer les eaux de pluie collectées sur le toit de la maison des jeunes afin d'arroser le jardin potager, installé sur la place de l'Hôtel de Ville.

Dire que la commune agit sur tous les fronts ? À peine exagéré, quand on sait qu'elle a également mis en place des subventions pour les ménages qui souhaitent procéder à des travaux d'assainissement énergétiques. De même, depuis 2004, la commune de Schiffflange met un point d'honneur à donner l'exemple, avec l'assainissement de tous les bâtiments publics, d'abord avec une réduction thermique, et, depuis quatre ans, une diminution de la consommation électrique. Enfin, toutes les nouvelles constructions seront équipées d'un système visant à récupérer les eaux de pluie, qui seront utilisées pour les chasses d'eau des locaux sanitaires. Dernièrement, la ville s'est également attaquée à la lutte contre le rejet de CO<sub>2</sub>, qui figurera dans les cahiers des charges des nouvelles constructions, au même titre que la nécessité de faire le choix de matériaux écologiques comme du bois issu de production certifiée FSC ou PEFC, des revêtements muraux et des peintures écologiques à base de chaux ou d'argile...

### *Le projet de la maison 55 rue des Fleurs*

Au regard de toutes les actions menées par la commune de Schiffflange, le projet de rénovation de la maison du 55 rue des Fleurs prend tout son sens.

Si l'Administration des Bâtiments publics n'en est pas à son coup d'essai en terme de construction passive, ce projet-là, lui, ouvre la voie aux habitations privées. À terme, elle sera destinée à accueillir six jeunes bénéficiant d'un encadrement ponctuel.

Choisie parmi une liste de neuf projets, la maison du 55 rue des Fleurs a attiré l'attention de l'Administration des Bâtiments publics grâce à différentes caractéristiques. Il s'agit en effet d'une maison typique de la région, datant des années 50, qui souffrait d'un état général très vétuste, et ne présentait aucune isolation en façade ni en toiture, avec de nombreux ponts thermiques. De nombreux mauvais points résultants à un CPE H-I-G. Alors qu'une rénovation standard lui aurait permis d'espérer accéder à un (petit) E-D-E, le projet lui permettra d'atteindre un A-B-A. Pour ce faire, le bureau d'architectes Nicklas Architectes a établi un projet de rénovation intégrale de la bâtisse, en donnant la priorité à des matériaux choisis en fonction de leur basse énergie grise, incluant un assainissement énergétique. Au passage, la maison va subir quelques changements puisque les combles y seront à présent habitables, et une extension sur trois niveaux est également prévue sur les plans. En outre, afin de diminuer sa consommation énergétique sont prévus des travaux destinés à réaliser une isolation extérieure performante, grâce notamment au recours au triple vitrage (contre un simple vitrage actuellement). Enfin, le bâtiment sera équipé de plusieurs installations techniques contribuant à faire baisser la note énergétique : une chaudière à pellets, une ventilation mécanique avec récupérateur de chaleur, ainsi que des appareils ménagers efficaces (A++). Pour finir, des panneaux solaires assureront les besoins en eau chaude, tandis que l'électricité proviendra de panneaux photovoltaïques.

Le coût d'un tel projet ? 670 000€, un investissement, certes, mais rentable sur le long terme.





A vos côtés depuis 2004



**Vous désirez acheter, vendre,  
ou louer un bien immobilier?**

En choisissant CL Immobilière,  
vous optez pour un partenaire privilégié,  
compétent, efficace et dynamique.

**Parlez-nous de votre projet immobilier,  
CL Immobilière s'occupera du reste!**

CL IMMOBILIERE  
39, rue Léon Jouhaux, L-4155 ESCH/ALZETTE  
Tél. : +352 26 53 41

[www.cl-immo.lu](http://www.cl-immo.lu)



**CONSEILS ET ESTIMATIONS GRATUITS  
DE VOTRE BIEN**

ACHAT - VENTE - LOCATION - ESTIMATION - PROMOTION

6, rue Windhof | L-8384 Koerich  
| Tél.: 26 10 80 15 | GSM: 621 180 041

[millebiertg@pt.lu](mailto:millebiertg@pt.lu)  
[www.aim.lu](https://www.aim.lu)



## L'IMMOBILIER À L'HEURE DU DIGITAL

Si devenir propriétaire est bel et bien une priorité pour bon nombre de Luxembourgeois, il n'empêche que la quête du bien parfait s'apparente bien souvent à celle du Graal, avec presque autant de péripéties à la clé.

À peine publiées, à peine retirées pour cause de bien déjà vendu (ou loué) : les petites annonces vont à une vitesse vertigineuse. Prendre son temps, faire le tour des agences pour trouver la maison de ses rêves est plus que dépassé en 2017 : en effet, de plus en plus d'acheteurs potentiels passent en effet par la toile pour dénicher le bien de leurs rêves. Pourtant, cette méthode née de l'ère digitale est loin d'être la plus fiable. «Cela permet de se faire une première idée, c'est vrai, mais combien de déceptions avons-nous dû encaisser lors de la découverte du bien en vrai», déplore Natacha, qui cherche à devenir propriétaire au centre-ville. Les photos c'est bien, voir en vrai c'est mieux. Sauf que le temps manque cruellement, et qu'il faut aller vite. C'est pourquoi de plus en plus d'agences ont désormais fait le choix de sauter le pas du digital en offrant à leurs clients la possibilité d'effectuer des visites en 3D. La technologie est directement inspirée de l'univers des jeux vidéos et a déjà fait ses preuves de l'autre côté de l'Atlantique, aux Etats-Unis, avant de gagner le marché immobilier européen. Le but ? Permettre aux potentiels acheteurs de réaliser une visite virtuelle des biens en 3D avec des images sans distorsion. En amont, chaque bien a été scanné, permettant ainsi au futur acheteur de visiter les lieux, sans avoir à se déplacer, simplement depuis son ordinateur, sa tablette ou son téléphone. Un gadget ? Plutôt un outil destiné à la rentabilité. Ainsi pensées, les visites sont moins chronophages, tant pour les clients, qui peuvent se faire une idée nettement plus précise du bien qu'ils envisagent, que pour les professionnels, qui échappent à l'écueil des visites touristiques. Une méthode qui s'apparente également à un gage de bonne foi, puisqu'ainsi, les

agences jouent la carte de la transparence.

À Luxembourg, plusieurs sociétés immobilières ont succombé aux sirènes de ce nouvel outil aussi ludique que révolutionnaire, qui a notamment séduit les promoteurs de constructions neuves. À commencer par LBH Immo, qui s'est associé les services de la start-up française Cognitik, afin de sauter le cap. Ainsi, deux biens de haut de gamme de la résidence «Les Hauts du Kirchberg» ont été intégralement scannés pour pouvoir être visités, sans même avoir à se déplacer. Pour le président de LBH Immo, la réalité virtuelle sera surtout un avantage indéniable pour les ventes de constructions neuves. «Acheter sur plan est toujours une étape un peu difficile et la réalité virtuelle immersive permet de prendre conscience des volumes, de faire des tests, et de se projeter réellement dans son futur appartement», nous avait-il confié lors du lancement de l'astucieux gadget.

Même son de cloche du côté d'atHome. La plateforme immobilière - rachetée début 2017 par ses dirigeants à son actionnaire historique Rea - surfe largement sur la vague digitale, dont elle a très vite cerné les enjeux. Et les avantages. Interrogé sur le sujet, le CEO d'atHome Luxembourg, Tim Pittevels, met en lumière les intérêts de recourir au digital dans le secteur immobilier. « Nous avons en effet un véritable rôle de digitalisation du processus immobilier sur le marché luxembourgeois. Grâce à la force de notre marque, notre audience, et notre expertise digitale et immobilière, nous souhaitons prendre en charge le projet immobilier dans sa globalité, et pas seulement la phase de recherche. L'expérience utilisateur est au cœur de nos préoccupations, et l'innovation au centre de notre stratégie. Ainsi, depuis quelques mois, il est désormais possible de visiter un bien neuf (pas encore construit) sur notre site internet grâce à la visite virtuelle. Et le réalisme est impressionnant ! »



# Besoin de plus d'espace?



**property\***

Property S.A. | 35, Allée Scheffer | L-2520 Luxembourg | T (+352) 26 86 13 | [info@property.lu](mailto:info@property.lu) | [www.property.lu](http://www.property.lu)

**\* just what you're looking for!**

## Interview

### TIM PITTEVILS, CEO D'ATHOME GROUP S.A « LE MARCHÉ IMMOBILIER A ENCORE DE BEAUX JOURS DEVANT LUI! »



***Vous annonciez un changement significatif de votre visibilité en ligne. Est-ce cela l'avenir de votre profession ? Moins de contact, plus de digital ?***

Nous avons en effet un véritable rôle de digitalisation du processus immobilier sur le marché luxembourgeois. Grâce à la force de notre marque, notre audience, et notre expertise digitale et immobilière, nous souhaitons prendre en charge le projet immobilier dans sa globalité, et pas seulement la phase de recherche. L'expérience utilisateur est au cœur de nos préoccupations, et l'innovation au centre de notre stratégie. Ainsi, depuis quelques mois, il est désormais possible de visiter un bien neuf (pas encore construit) sur notre site internet grâce à la visite virtuelle. Et le réalisme est impressionnant !

***Pourquoi avoir fait le choix de vous associer au site [www.femmesmagazine.lu](http://www.femmesmagazine.lu) pour diffuser vos petites annonces?***

Un investissement immobilier est une phase très importante dans la vie de chacun, et, le plus souvent, c'est un projet qui se réalise à deux (65% de nos utilisateurs en recherche sont des couples, avec ou sans enfant). C'est pourquoi le lectorat de Femmes Magazines est une cible particulièrement intéressante pour un groupe comme atHome. Et l'on sait tous que c'est très souvent la femme qui a le dernier mot à ce sujet (sourire)! Par ailleurs, l'un de nos principaux objectifs est certes de continuer à développer l'univers autour de la recherche immobilière, mais bien plus d'informer nos utilisateurs et de les inciter à aller plus loin. Nous voulons leur offrir un service supplémentaire, en quelque sorte, en leur apportant un contenu qui a trait au lifestyle, à la décoration ainsi qu'à l'aménagement. Des univers que Femmes Magazines connaît bien !

***Quelle part de votre clientèle les femmes représentent-elles?***

Les femmes représentent plus de la moitié de notre audience. Ce sont d'ailleurs très souvent elles qui sont leaders dans la prise de décision concernant le logement.

***Quand on sait que 70% des résidents sont propriétaires et que l'accession à la propriété est une priorité, comment se porte le marché locatif à l'heure actuelle?***

À l'échelle mondiale, on observe depuis quelque temps une véritable recherche de flexibilité, et le Luxembourg n'échappe pas cette tendance, notamment en raison de la forte proportion d'expatriés qui y vivent. La question du logement est fortement impactée par cette tendance: les gens désirent ne pas s'engager, avoir la possibilité de déménager facilement, sans contrainte, en fonction de l'évolution de sa vie. Cette première raison rend le marché locatif au Grand-Duché très dynamique.

De plus, au Luxembourg, le nombre de nouveaux arrivants chaque année ne cesse d'augmenter. Ces nouveaux résidents, à la recherche d'un logement en location pour la très grande majorité, contribuent à la forte croissance du marché locatif. Enfin et surtout, un achat immobilier n'est pas un acte anodin, et les prix élevés au Luxembourg rendent le passage à l'acte plus délicat. De nombreux résidents lui préfèrent donc la location dans un premier temps, qui présente en outre l'avantage de leur permettre de pouvoir accéder à de plus grandes surfaces.

***Au salon MTPIM à Cannes la semaine passée, le ministre de l'Économie Étienne Schneider a présenté le marché luxembourgeois comme «dynamique et ecofriendly», partagez-vous cette vision ?***

Avec son marché économique très dynamique, et la croissance de sa population, le Luxembourg a placé l'urbanisme au cœur-même de ses préoccupations. Le gouvernement investit énormément dans les transports et les infrastructures, et les nouvelles constructions répondent désormais à des normes définies et rigoureuses en matière d'écologie. Le gouvernement encourage également la rénovation grâce à différentes aides mises en place. Le «modèle classique» que l'on connaît depuis près d'un siècle - maison et jardin - commence à disparaître au profit d'immeubles, qui permettront d'absorber la croissance rapide de la population. Les mentalités évoluent, et l'on observe de nouvelles manières de vivre « ecofriendly ». Les Pays-Bas, par exemple, font figure de pionniers avec la mise en place de nombreux espaces partagés. Le Grand-Duché commence, tout doucement, à s'y mettre également. Ce sont des manières d'habiter très inspirantes qui se mettent sans aucun doute en place petit à petit chez nous !

***Comment voyez-vous l'avenir du secteur immobilier à Luxembourg?***

Selon les chiffres d'une étude réalisée par PWC, les perspectives de croissance de la population au Luxembourg sont très importantes : +50% entre 2012 et 2020 (correspondant à la croissance organique de pays et à l'arrivée de nouveaux résidents, ndlr.). Cela ne peut que continuer à impacter le marché immobilier dans le pays et à le rendre plus dynamique encore. On peut d'ailleurs déjà observer toutes les transformations et les nouvelles constructions en cours. Qu'on se le dise, le marché immobilier a encore de beaux jours devant lui !



# F O N C I E R E

*depuis 1982*

---

**MARC & MAX HOBCEIT**  
**691 160 330 / 621 188 500**

---

Nous achetons des objets à démolir / rénover  
des terrains à PAP de grandes et petites envergures.

Paie ment à l'acte notarié avec garantie bancaire.  
Participations des vendeurs possibles.



# Égalité des sexes : LUXEMBOURG PIONNIER ?

EN MATIÈRE LUXEMBOURG ELDORADO PROFESSIONNEL POUR LA GENT FÉMININE ?  
SANS ALLER JUSQUE-LÀ, IL FAUT RECONNAÎTRE QUE NOUS POUVONS NOUS ESTIMER CHANCEUSES.  
LE PAYS AFFICHERAIT EN EFFET L'UN DES CHIFFRES LES PLUS BAS AU NIVEAU EUROPÉEN EN MATIÈRE  
D'ÉCART SALARIAL. DE LÀ À OUVRIR LA VOIE ? POSSIBLE !

SARAH BRAUN



## ECART SALARIAL: MENTION BIEN

Si la question de l'égalité des sexes va bon train depuis quelques années, le Luxembourg n'avait pas attendu que le féminisme soit à la mode pour se pencher sur la question. Un effet, un règlement grand-ducal daté du 10 juillet 1974 stipulait d'ores et déjà que la rémunération salariale devait être la même quel que soit le sexe. Une loi, malheureusement, fort peu appliquée, le poids du modèle patriarcal était alors encore trop présent, malgré les balbutiements du féminisme. Depuis, l'idée a fait son bonhomme de chemin et la libération des mœurs et de la société a continué à creuser le sillon. Tant et si bien que, depuis le 15 décembre 2016, il est impossible de s'y soustraire puisque figure désormais inscrit dans le Code du Travail que «pour un même travail ou pour un travail de valeur égale», hommes et femmes doivent bénéficier de la même rémunération. Les employeurs qui

s'y refusent risquant une amende pouvant atteindre le 25 000 euros. Une avancée considérable à l'échelle du pays, mais bien plus, au niveau européen, où le Luxembourg occupe une position de leader quant à la question de l'égalité des sexes.

D'autant que, si l'on s'en réfère à une étude réalisée par PwC, le Grand-Duché serait parmi les premiers, à l'aube de 2011, à afficher des salaires égaux, quel que soit le sexe. Une prévision plausible, quand on sait que d'un taux d'écart salarial de 10.7% en 2007, nous sommes actuellement à 4.9%, soit presque la moitié. Un récent communiqué du STATEC mentionne quant à lui que les jeunes femmes diplômées gagneraient plus que leur homologues masculins dans notre beau pays. Une information à nuancer toutefois, car ce chiffre a la faveur d'une présence plus largement féminine sur les bancs de l'école. Il n'empêche que ces nouvelles-là font du

bien à l'heure où le statut de la femme, voire sa légitimité, sont sérieusement remis en cause par le nouveau président des Etats-Unis.

Le mois précédent, lorsque nous évoquions avec Christiane Wickler le statut de la femme au Grand-Duché, elle nous avait confié s'estimer chanceuse de s'être lancée dans l'entrepreneuriat au Luxembourg. Présidente de la FFCEL, elle nous expliquait que la Fédération des Femmes Cheffes d'Entreprise au Luxembourg avait pour première finalité «de montrer qu'il existait aussi des femmes-chefs d'entreprises. *In fine*, notre volonté est de devenir obsolète, en allant vers la création d'une génération d'entrepreneurs no gender. L'idée de la fédération est de réunir, et non de séparer. Hommes ou femmes, nous tendons vers le même but.»

C'est dans cet esprit d'équité que le think tank Equilibre vient de voir le jour. Fondé par Larisa Best, épaulée par neuf femmes et un homme, ce groupe de réflexion a été lancé le 23 février dernier, à l'occasion d'un concert à l'Atelier. Plutôt que de s'enfermer dans une idée de lutte pour l'égalité des sexes, Equilibre vise avant à promouvoir la complémentarité comme facteur fondamental pour inclure l'équité au sein de la société actuelle et suivre l'évolution de la pensée, des mœurs et des comportements afférents. En douceur, via un site didactique clair et diverses manifestations qui toutes entendent libérer la parole et informer afin que chacun puisse juger et agir en toute connaissance.

## POLITIQUE: PEUT MIEUX FAIRE

Même son de cloche du côté du Ministère de l'Égalité des Chances. Interrogée sur le dossier, Lydia Mutsch réaffirme l'importance d'agir dès le plus jeune âge pour éduquer les générations à venir: «il est vrai que le travail sur les mentalités est un travail de longue haleine qui doit commencer dès le plus jeune âge. C'est

pourquoi, en complément des actions d'information et de sensibilisation destinées au grand public, le Ministère de l'égalité des chances, en coopération avec les principaux acteurs du domaine de l'enseignement, œuvre notamment en faveur d'une éducation et d'une orientation professionnelle neutres en termes de genre et sensibilise les enfants, élèves et étudiants sur l'égalité des hommes et des femmes.»

Mais pour l'heure, la génération au pouvoir ne laisse que peu de places aux femmes. Elles ne sont encore qu'un tiers à siéger à la Chambre des Députés, d'où l'instauration de quotas. Quand on lui demande si cette initiative ne contribue pas à faire perdurer le modèle patriarcal et à accentuer les clivages, la ministre concède que «les quotas légaux ne font certes pas l'unanimité mais les résultats de cet instrument, à caractère temporaire, sont indiscutables: ainsi en Slovénie, en 2011, 17% des membres du Parlement étaient des femmes. Après l'introduction de quotas légaux, ce pourcentage est passé à 38% après les élections de 2012. En France et en Belgique, le taux de représentation des femmes au Parlement a quasi doublé après l'introduction de quotas légaux. En Belgique, il se situe aujourd'hui à près de 42%.» Les Luxembourgeoises en désamour face à la politique? Il y a également dans cela si l'on en croit la récente étude du Ministère de l'Égalité des chances (datée de 2016) qui mentionne que 84% des femmes ne sont pas actives en politique, même si elles sont 63% à la considérer comme très importante. Une contradiction qui incite le ministère à se mobiliser encore davantage dans une campagne de sensibilisation active, récemment étoffée via un site dédié: [www.votezegalite.lu](http://www.votezegalite.lu).

Autant de petites rivières qui, couplées à une politique familiale qui encourage elle aussi la complémentarité au sein du couple, vont grossir le sillon du fleuve que le pays est en train de creuser pour espérer un jour une parfaite égalité.

## « LES JEUNES FEMMES DIPLÔMÉES GAGNERAIENT PLUS QUE LEUR HOMOLOGUES MASCULINS DANS NOTRE BEAU PAYS »

*Larisa Best*

### « CE QUI IMPORTE, C'EST DE PENSER DIFFÉREMMENT POUR ENRICHIR LE DÉBAT ET S'OUVRIR »

Larisa Best est business angel, entrepreneur et professeur à l'université, mais surtout à l'initiative du think tank Equilibre qui a été officiellement lancé le 23 février dernier.

#### ***Vous prônez la complémentarité plutôt que l'égalité. Quelle est la nuance?***

Cette notion est plus positive. On ne peut pas parler de stricte égalité entre les hommes et les femmes, tout simplement parce que nous sommes divergentes. De par notre patrimoine génétique, nos qualités, nous avons des visions différentes, et c'est tant mieux. Nous avons chacun une valeur ajoutée à apporter et c'est cela que nous voulons mettre en avant. Si, au sein d'un conseil d'administration, une femme se comporte comme un homme, quel est l'intérêt? Ce qui importe, c'est de penser différemment pour enrichir le débat et s'ouvrir. Après, bien sûr que nous voulons être traitées de la même façon, mais cela relève du respect en premier lieu et non d'une guerre des sexes.

#### ***Les récentes études, à l'instar de celle conduite par PwC, font figurer le Luxembourg parmi les pionniers en terme d'égalité, notamment quant à la question des salaires. Partagez-vous cette vision?***

Absolument. Si le Luxembourg est longtemps resté dans un mode de fonctionnement très traditionnel –il y a 20 ou 30 ans, il n'était pas la norme qu'une femme occupe un emploi– le pays s'est ouvert très vite. Cela est entre autres dû à l'apport considérable des expatriés. D'un autre côté, s'il est vrai que le Grand-Duché affiche un chiffre relatif à l'écart salarial parmi les plus bas d'Europe, c'est aussi et surtout parce que plus que le moitié des résidents luxembourgeois travaillent dans la fonction publique ou para-étatique, où les discriminations en terme de salaire sont moins répandues. Dans le secteur privé, comme en politique et au niveau des conseils d'administration, c'est une autre histoire. Il y a encore un long chemin à parcourir. Mais la bonne nouvelle, c'est que bon nombre de sociétés sont demandeuses, et veulent faire avancer les choses. C'est là que nous pouvons intervenir.

#### ***Votre plate-forme a donc une visée informative?***

Tout à fait. Nous sommes une plateforme de réflexion. Nous voulons apporter aux sociétés qui le souhaitent tout un ensemble de best practices pour aller vers davantage d'équité et ainsi stimuler la croissance économique du Luxembourg. Nous observons ce qui se fait chez nos voisins, puis nous étudions comment nous pouvons les appliquer au modèle luxembourgeois. L'avantage du pays est que les gens ont une grande ouverture d'esprit, les choses peuvent avancer très vite. De là à dire qu'en 2022, hommes et femmes gagneront le même salaire, je ne suis pas sûre. Cela reste utopique. Mais nous sommes sur le bon chemin!

# DANS LA PEAU D'ANNE

NI JOHN MALKOVITCH NI CATHERINE DENEUVE, MAIS ANNE BRIONNE. CETTE PERSONNALITÉ INTENSE SE DEVAIT D'ÊTRE MISE EN LUMIÈRE AILLEURS QUE SUR LES PLANCHES.

ALIX BELLAC

« LES PETITES  
CHOSSES  
DEVIENNENT  
GRANDES  
ET FONT DE  
MERVEILLEUX  
BONHEURS »



## Son odeur préférée Le gâteau au chocolat

« qui sort du four qui évoque convivialité et chaleur. »



## Les Vergers sur les hauts de Steinsel

« pour le plaisir des yeux et l'odeur de la nature, notamment lors de la cueillette des pommes. »

Élégance décontractée et ligne de guêpe, personne ne peut imaginer qu'Anne Brionne est mère de famille nombreuse. Mais ce n'est pas pour ce rôle-là qu'elle témoigne (quoique). Femme de caractère et de passion, la charmante quadra joue la comédie depuis l'âge de 12 ans. « Toute petite, je rêvais déjà de monter sur les planches. »

Et c'est ainsi qu'à force de persuasion, la blonde convainc ses parents et joue sans relâche 10 ans durant et pendant toutes les vacances d'été, au Festival du livre vivant du Château de Fougères. La première année, le hasard faisant souvent bien les choses, la troupe attendait sa Cosette désespérément.

Ce sera elle. Toute en passion, Anne renouvelle ses vœux été après été, pendant deux mois, sacrifiant au passage les vacances en famille. À 18 ans, la suite logique, c'est le Conservatoire de Rennes. Néanmoins, on échappe difficilement aux injonctions parentales. Deux DESS en droit viennent ainsi « assagrir » le parcours de notre saltimbanque. De studieuses études, mais sans oublier, jamais, son moteur premier: « J'ai continué tous les étés, à jouer pendant le Festival du Livre Vivant, qui mêlait comédiens professionnels et amateurs. » De ce mode de vie particulier, Anne s'amuse d'ailleurs

rétrospectivement, mentionnant que sur ses bulletins scolaires, il lui était régulièrement conseillé d'adopter une vie personnelle plus sereine. Cette sérénité-là, la jeune femme n'en veut pas et trace sa route. Et c'est dans l'intimité de sa vie privée qu'elle obtiendra ses premières fleurs de noblesse: Alberto, Juliette, Léonie, Edgar... Quatre enfants avec Sergio, l'homme de sa vie rencontré sur les bancs de la fac. Celui-ci l'ayant entraînée au Luxembourg, c'est d'ailleurs là que naîtront les deux derniers. Mais le théâtre, toujours, la happe. Ses rencontres avec Marja-Leena Junker, puis Myriam Muller – à présent directrice du Théâtre du Centaure – seront décisives. Armée d'une toute nouvelle confiance en elle, Anne Brionne repasse le Prix Supérieur du Conservatoire... flanquée de tous ses bébés!

« J'ai tout fait avec eux dans les pattes », s'amuse-t-elle. Jusqu'à jouer, en 2007, en ceinture de son dernier dans *Le Procès de Raskolnikov* au Palais de Justice de Luxembourg. En femme de conviction, ce n'est pas seulement à sa progéniture qu'elle transmet le virus artistique. Avoir été professeure de théâtre pour enfants et ados pendant 12 ans (et aujourd'hui pour adultes) est un motif de grande satisfaction. Et de cette vie à mille à l'heure, la jeune femme est heureuse: « le chemin a été bien fait pour moi. Je fais confiance aux choses qui viennent petit à petit, je n'ai pas d'objectifs » et d'ajouter, soudain songeuse, mais lumineuse: « je me rends compte que les petites choses deviennent grandes et font de merveilleux bonheurs ». Et de bonheur, il en est encore question: après avoir donné la réplique à Isabelle Huppert au cinéma dans *Souvenir*, elle est à l'affiche de *Ce soir, j'ovule*, le 21 avril au centre culturel de Bièvre. Show must go on!



## Son restau :

### Le Ready

« pour son atmosphère vintage londonien et sa cuisine du marché vitaminée (jus détox, gâteau de carottes...) »



## Son film préféré :

*Slumdog Millionnaire* pour ses couleurs et son message : le monde et son histoire peuvent être compris par le prisme du vécu.



# LA PLUS PETITE SALLE DE CONCERT AU MONDE

NOUVELLE  
500 DEEZER



NOUVELLE  
**500**  
DEEZER

## EDITION LIMITÉE AVEC :

- ▶ 4 ans de souscription DEEZER offerte<sup>(1)</sup>
- ▶ Système multimédia écran 7" avec navigation 3D
- ▶ Système beatsaudio
- ▶ Tableau de bord digital 7"
- ▶ Jantes en alliage 15" diamantées
- ▶ Baguettes latérales avec logo 500

3,4-4,9 L/100 KM 89-115 G/KM

(1) Offre valable à l'achat d'une FIAT 500 DEEZER ou 500C DEEZER. Plus d'infos chez votre distributeur Fiat. Ces offres sont valables du 1<sup>er</sup> mars au 31 mars 2017 réservées aux clients particuliers dans le réseau FIAT participant : [www.fiat.lu](http://www.fiat.lu). E.R. Yann Chabert, Annonceur FCA Belgium SA, rue Jules Cockx 12 a - 1160 Bruxelles. RPM : Bruxelles. BCE 0400.354.731. KBC : IBAN BE 86 4829 0250 6150. Informations environnementales (règlement grand-ducal du 17/03/2003) : [www.fiat.lu](http://www.fiat.lu).

**autopolis**  
DRIVEN BY EXCELLENCE

L-8070 Bertrange  
[www.autopolis.lu](http://www.autopolis.lu)

Email : [info@autopolis.lu](mailto:info@autopolis.lu)  
Tél (+352) 43 96 96 2600

GARAGE  
WEIMERSKIRCH & FILS SARL  
Junglinster  
[www.weimerskirch.com](http://www.weimerskirch.com)

GARAGE  
RENÉ BEELENER & CIE  
Rollingen (Mersch)  
[www.boelener.lu](http://www.boelener.lu)

GARAGE  
GRASGES  
Diekirch  
[www.garage-grasges.com](http://www.garage-grasges.com)



[fiat.lu](http://fiat.lu)

# POL BELARDI

## VOYAGES EN MUSIQUE

TRÈS ACTIF, MAIS SEREIN ET DISCRET, LE BASSISTE ET COMPOSITEUR POL BELARDI PARLE DE SA PASSION DES NOTES BLEUES ET DU MÉTISSAGE MUSICAL AVEC UNE BELLE GÉNÉROSITÉ.

KARINE SITARZ

« QUE L'INSPIRATION  
NE TARISSE PAS  
ET QUE CHAQUE  
JOUR SONNE  
AUTREMENT! »



### Son film fétiche

« The Life Aquatic with Steve Zissou »  
de Wes Anderson,  
pour son côté décalé.

Il est rentré de nuit d'un concert à l'étranger et a un cours à Echternach, mais Pol Belardi prend le temps de se raconter autour d'une bonne soupe de nouilles... La musique fait partie de sa vie. À la maison il y avait cette tradition partagée de la chorale, les sons du piano et ce frère qui lui fait découvrir moult musiques. Le jeune Pol s'initiera aux percussions puis suivra cours de batterie et de piano. Il retranscrit ce qu'il entend, reproduit même les bandes-son de ses jeux vidéo, mais il se lasse et à 12 ans se met à composer! À 15 ans, il choisit la basse, captivé par celle des Norvégiens de Motorpsycho. Et son rêve d'ado devient réalité quand, avec son groupe rock The Carps', il assure la première partie d'un de leurs concerts! C'est pendant ses études de piano que Pol renonce au classique pour suivre la voie du jazz qui incarne ce goût de l'impro qui l'habite. Après Esch-sur-Alzette et Luxembourg, il a poursuivi ses études aux Conservatoires de Bruxelles et d'Amsterdam. Là, pour son projet de fin de Master, il imagine un *Urban Voyage*, composition pour une dizaine de musiciens avec lesquels Pol joue déjà dans diverses formations (MetroMara, Little Known Facts) et qu'il réunit pour donner vie au grand collectif éponyme. *Urban Voyage* gagne le Concours Keep an Eye «The

Records» en 2014, et sort un premier CD en 2016. Si *Urban Voyage* est traversé par une trame narrative (l'exode vers la métropole et ses sons pluriels), il en va de même pour *Creation/Evolution*, nouvel album conçu avec Force, le quartet de jazz de Pol rejoint par le guitariste Riaz Khabirpour et le Kaiser Quartett. *Creation/Evolution* c'est «la genèse d'une planète, du big bang à la formation des paysages» et c'est à découvrir live le 26/05 au Like a Jazz Machine à Dudelange. L'opus est né d'un projet avec orchestre à cordes, «j'aime le son organique des cordes» dit Pol qui a invité sa femme la flûtiste et chef d'orchestre Lynn Mohr à le rejoindre pour l'occasion. Ayant compris qu'il ne pourrait vivre de sa musique au pays, Pol donne des cours aux écoles de musique de Differdange, Echternach et Pétange, activité qui le ravit, et anime deux émissions à la radio 100,7 dont *Jazz Revisited* avec Pit Dahm, son ami depuis Amsterdam. À 27 ans, il a une belle actualité, se produit avec de très nombreux groupes, est toujours avide de méttiser les musiques. Tout inspire cet épicurien qui capte «la beauté des choses simples» et dont le rêve est «découvrir le monde à travers la musique»! Il y a eu une tournée en Chine avec Pascal Schumacher, Tokyo et à l'horizon... la Nouvelle-Zélande!



### Son parfum

Eternity Intense  
de Calvin Klein au petit format  
pratique pour le voyage.



### De Gudde Wëllen,

café-concert d'un nouveau genre  
avec bonne musique et bar à gin.



### Sa cantine

Dancing Noodles  
pour ses soupes de nouilles roulées  
à la main comme en Chine.

# FORD VIGNALE

## *offrez-vous le luxe du temps*

SOUICIEUX DE RÉPONDRE TOUJOURS MIEUX À NOS BESOINS, FORD A DÉVELOPPÉ UNE GAMME VIGNALE, ALLIANT TECHNOLOGIES DE POINTE ET SERVICES EXCLUSIFS. ARRIVÉE DEPUIS PEU AU LUXEMBOURG, ELLE COMPREND QUATRE VÉHICULES INÉDITS : LA MONDEO VIGNALE, LE S-MAX VIGNALE, LE EDGE VIGNALE ET LE KUGA VIGNALE. DANS LE COURANT DE L'ANNÉE, LA NOUVELLE FIESTA VIGNALE VIENDRA ENCORE ÉTOFFER L'OFFRE DISPONIBLE.

### UNE VOITURE À VOTRE IMAGE

Parce que notre voiture reflète notre caractère, parce que nous sommes attentives au moindre petit détail, Ford nous propose dans sa gamme Vignale plusieurs options de personnalisation, à l'image de ses nouvelles jantes en alliage, de ses cerclages de feux antibrouillard désormais noirs ou de ses finitions Titanium. Pour nous garantir un style unique, l'ensemble des finitions sont réalisées par des maîtres-artisans au sein des ateliers Ford, qui allient savoir-faire traditionnel et techniques de dernier cri.



### CONFORT ET SÉCURITÉ SUR LA ROUTE

Les moteurs puissants mais économes en carburant de la gamme offrent au volant une sensation inégalable. Les différentes technologies d'assistance à la conduite, telles que la caméra avant grand angle et le limiteur de vitesse intelligent, viennent renforcer la sécurité. Besoin d'un café ? A la recherche d'un parking ? Grâce à sa commande vocale, le système multimédia connecté vous indique en quelques secondes les cafés, stations-services, parkings, gares, aéroports et hôtels à proximité.

### PRENDRE DU TEMPS POUR VOUS

Au-delà des spécificités techniques, la gamme Vignale, c'est aussi et surtout des services personnalisés haut de gamme. Vous pouvez ainsi compter sur votre Vignale relationship manager, votre point de contact dédié qui prend en charge, selon vos souhaits, la livraison de votre véhicule à domicile, les prises de rendez-vous pour vos entretiens, vos passages au car-wash... De quoi vous simplifier la vie, dégager du temps pour vous, vos proches et vos loisirs. Chaque jour, 24h/24, vous pouvez également bénéficier du Vignale One Call, pour entrer en contact avec un conseiller Ford où que vous soyez et quelle que soit l'heure. Enfin, en tant que client Vignale, vous bénéficiez d'offres privilégiées pour des voyages et des événements culturels ou sportifs VIP.



*Envie de vous offrir le luxe du temps ? N'attendez plus. Et réservez un essai dans votre FordStore le plus proche.*

**Grand Garage P. Wengler**

24-40, Avenue des Alliés, L-9001 Ettelbruck  
Tél.: 81 21 57 1



**Garage Collé**

32-36 Route de Bascharage, L-4513 Niederkorn  
Tél.: 58 48 42 1





# 1 EURO POUR CRÉER MON ENTREPRISE

**LANCER SA SOCIÉTÉ SUR BASE D'UN EURO SYMBOLIQUE, C'EST DÉSORMAIS POSSIBLE AU LUXEMBOURG, GRÂCE À LA S.À.R.L. SIMPLIFIÉE. DES DÉMARCHES FACILITÉES ET DES COÛTS AMOINDRIS, C'EST TOUT BÉNÉFICE POUR L'ENTREPRENEUR QUI SOMMEILLE EN VOUS.**

JEANNE RENAULD

L'idée n'est pas nouvelle. Déjà en 2011, la Chambre de Commerce avait émis le souhait de voir apparaître au Luxembourg un nouveau statut de société: une société à responsabilité limitée simplifiée (S.à.r.l.-S), constituée avec un capital de départ minimal d'un euro. Six ans plus tard, et après de nombreuses discussions, la S.à.r.l.-S est arrivée sur le territoire luxembourgeois au mois de janvier. Ses objectifs sont ambitieux et multiples:

soutenir la croissance, diversifier l'économie et encourager l'entrepreneuriat au sein du pays. Comment? En facilitant les procédures administratives et en limitant les coûts liés à la constitution d'une société. Car on le sait, entre les différentes démarches à effectuer et l'argent à investir, créer son entreprise n'est pas toujours un long fleuve tranquille. La S.à.r.l. simplifiée entend faire valser tous ces obstacles et doper la création d'entreprises chez les jeunes.

Si le Luxembourg a déjà fait des progrès ces dernières années, il reste encore à la traîne en ce qui concerne la «facilité de faire des affaires», selon l'indice «Doing Business Index 2017» calculé par la Banque mondiale. Le Grand-Duché se classe ainsi en 59<sup>e</sup> position (sur 190) des pays où l'environnement réglementaire est le plus favorable aux activités commerciales. Nos voisins, qui ont développé depuis plusieurs années déjà des dispositifs

## « LA S.À.R.L. SIMPLIFIÉE ENTEND DOPER LA CRÉATION D'ENTREPRISES CHEZ LES JEUNES »

similaires à la S.à.r.l.-S, sont mieux positionnés (Belgique: 42, France: 29, Allemagne: 17). La Nouvelle-Zélande, Singapour et le Danemark forment quant à eux le trio de tête.

### UN PROCESSUS ACCÉLÉRÉ

Pour remédier à cette situation, le gouvernement a donc mis sur pied non pas une nouvelle forme de société, mais une variante de la S.à.r.l. Les démarches administratives afin d'établir une S.à.r.l. simplifiée semblent assez claires. Il s'agit d'introduire tout d'abord une demande d'autorisation d'établissement auprès du ministère de l'Économie. Celui-ci remet au futur entrepreneur une autorisation provisoire qui lui permet de s'enregistrer auprès du Registre de Commerce et des Sociétés (RCSL). Grâce à cette immatriculation, le ministère émet alors une autorisation d'établissement définitive. La S.à.r.l.-S n'exige donc pas de passer par la case notaire. L'entreprise peut simplement être constituée par un acte sous seing privé, une procédure moins contraignante qui permet aussi d'alléger la note.

### UN EURO SEULEMENT

Car c'est bien l'aspect financier qui constitue le principal avantage de la S.à.r.l. simplifiée. Elle ne nécessite qu'un capital social d'un euro, d'où son appellation de S.à.r.l. à un euro. « Il s'agit bien sûr d'un apport initial minimum, chacun étant libre de proposer un capital supérieur, pouvant aller jusqu'à 12.000 euros, soit le seuil requis pour la constitution d'une S.à.r.l. classique », explique Guylaine Hanus, Business Manager à la House of Entrepreneurship - One-Stop Shop. À cet euro symbolique, s'ajoutent les frais de l'acte sous seing privé (191 euros), ainsi que ceux liés à l'immatriculation au Registre de Commerce et des Sociétés (15 euros) et à la cotisation à la Chambre de commerce (70 euros). Des coûts donc, au total, bien moins élevés que pour toute autre structure juridique. Afin de protéger d'éventuels créanciers,

un fonds de réserve sera également mis en place. Il prélèvera 5% des bénéfices annuels nets de l'entreprise. « Cette obligation existera jusqu'à ce que le fonds de réserve additionné au capital social souscrit et libéré de la société atteigne le montant du capital social minimum de la S.à.r.l.-S classique, c'est-à-dire 12.000 euros », assure Émilie Pirlot, juriste principale de la House of Entrepreneurship.

### PAS POUR TOUTES LES ACTIVITÉS

Plus souple et plus accessible, la S.à.r.l. simplifiée n'est cependant pas adaptée à tout type d'entrepreneuriat. « Elle est particulièrement recommandée aux entreprises qui fournissent des prestations de services et qui n'exigent pas d'investissements importants à leurs débuts », précise Guylaine Hanus. La S.à.r.l.-S ne conviendra donc pas par exemple à un restaurateur pour qui les frais de départ sont indissociables du lancement de son activité. » De plus, la S.à.r.l. à un euro vise uniquement des activités pour lesquelles une autorisation d'établissement est nécessaire. Il s'agit des activités commerciales, artisanales et industrielles, ainsi que de certaines professions libérales. Les professions médicales, par exemple, ne sont pas concernées. Dans le même ordre d'idée, afin d'empêcher d'éventuels abus et de soutenir l'entrepreneuriat chez les jeunes, la S.à.r.l.-S ne peut être constituée que par des personnes physiques.

Au moment de fonder sa société, le choix du régime n'est donc pas à prendre à la légère. La House of Entrepreneurship propose à cet égard un accompagnement personnalisé et fournit des conseils à tous ceux qui souhaitent développer leur propre activité. « Nous avons pour rôle de sensibiliser, d'informer et d'aiguiller la personne vers la forme juridique la mieux appropriée à son projet, en tenant compte de sa nature, de sa dimension, de son potentiel de croissance, des contraintes réglementaires du secteur... Nous mettons

ensuite les porteurs de projet en contact avec les organismes adaptés. Nous agissons tel un facilitateur d'orientation », explique Guylaine Hanus.

### UNE ÉTAPE VERS LA S.À.R.L.

La S.à.r.l. à un euro ne serait en réalité qu'un moyen de transition vers une S.à.r.l. classique. « La S.à.r.l.-S permet de mieux encadrer la création d'une activité nécessitant peu de fonds, commente Émilie Pirlot. Mais l'objectif, à terme, est d'atteindre la S.à.r.l. Ainsi, une fois la société bien établie, une fois les fonds nécessaires récoltés, l'entrepreneur peut, s'il le souhaite, modifier les statuts de son entreprise et se tourner vers le régime de la S.à.r.l. classique ou tout autre structure juridique. » Au Luxembourg, cette évolution vers une S.à.r.l. n'est toutefois pas obligatoire, contrairement à ce qui était exigé auparavant en Belgique par exemple, où les start-up avaient une durée de vie limitée à cinq ans.

Depuis son lancement le 16 janvier 2017, la S.à.r.l.-S rencontre déjà un beau petit succès. Selon la House of Entrepreneurship, environ 80 autorisations provisoires ont pour l'heure été émises par le ministère de l'Économie à des futures S.à.r.l. simplifiées.

80

80 AUTORISATIONS PROVISOIRES ONT POUR L'HEURE ÉTÉ ÉMISES PAR LE MINISTÈRE DE L'ÉCONOMIE À DES FUTURES S.À.R.L. SIMPLIFIÉES.

## Claire Delcourt :

# « LA S.À.R.L.-S M'A PERMIS DE MONTER MON PROJET PLUS RAPIDEMENT »

JEANNE RENAULD



JEUNE LUXEMBOURGEOISE PÉTILLANTE, CLAIRE DELCOURT VIENT DE SE LANCER DANS L'AVENTURE ENTREPRENEURIALE GRÂCE À LA S.À.R.L. SIMPLIFIÉE. ACTUELLEMENT EN PHASE D'IMMATRICULATION, SA SOCIÉTÉ « ANIMAL HEALTH AND CARE » DEVRAIT ÊTRE CONSTITUÉE DANS LES PROCHAINS JOURS. ELLE NOUS EXPLIQUE EN QUOI CETTE STRUCTURE JURIDIQUE EST IDÉALE POUR SON PROJET.

### ***Comment avez-vous été amenée à créer votre S.à.r.l. simplifiée ?***

Après mes études en biologie à Innsbruck en Autriche, j'ai souhaité réaliser une formation complémentaire, en lien avec l'une de mes plus grandes passions : les animaux. Je me suis donc spécialisée en physiothérapie pour animaux, une pratique encore peu connue qui consiste à remédier aux troubles d'origine musculo-squelettiques, principalement chez les chiens et les chevaux.

Après ma formation de deux ans, terminée en mai dernier, l'idée d'ouvrir mon propre cabinet au Luxembourg est apparue. Mais je me suis vite rendu compte que créer une société n'est pas si évident. Constituer un capital de 12 000 euros notamment est un frein relativement important, surtout lorsqu'on démarre dans la vie active. J'ai donc commencé à travailler dans un lycée, dans l'optique de mettre de l'argent de côté pour pouvoir, à terme, lancer mon activité.

Au mois d'octobre, une personne de mon entourage m'a parlé de la S.à.r.l. simplifiée. Je me suis alors renseignée auprès de la House of Entrepreneurship. Ensemble, nous avons analysé mon dossier, ce qui m'a permis ensuite d'entamer les démarches nécessaires afin de mettre sur pied ma S.à.r.l. à un euro.

### ***En quoi la S.à.r.l. simplifiée répond-elle particulièrement bien aux besoins de votre projet ?***

Mon activité ne demande pas d'investissements financiers importants. Il s'agit de services proposés aux particuliers pour leurs animaux, complétés par la vente de produits et accessoires permettant de soutenir leur rééducation, leur santé. Par exemple, je vends, à la demande, des compléments alimentaires ou du matériel spécifique. Je n'ai donc pas besoin de stock ni de local, car je travaille directement chez le particulier. Je tiens toutefois à préciser que la physiothérapie des animaux n'est pas une profession médicale, elle n'est pas réglementée au niveau du ministère de la Santé. C'est pourquoi j'ai pu bénéficier d'une autorisation d'établissement en vue de constituer ma S.à.r.l. simplifiée.

### ***Quels sont d'après vous les avantages de la S.à.r.l.-S ?***

Grâce à la S.à.r.l. simplifiée, mon projet a pu voir le jour plus rapidement. Avec un capital de départ d'un euro au minimum, cette structure offre à tout un chacun la possibilité de se lancer en bénéficiant d'une responsabilité limitée.

Au Grand-Duché, beaucoup de jeunes ont de très bonnes idées, mais ne prennent pas toujours le risque de créer leur entreprise, par peur, par manque d'argent ou d'expérience. La S.à.r.l. simplifiée est une excellente opportunité pour tester et développer son activité entrepreneuriale, avec des frais et des risques amoindris.





# one-stop shop

*to create*

Pour toute information  
ou prise de rendez-vous,  
contactez-nous:

14, rue Erasme  
L-1468 Luxembourg  
T.: +352 42 39 39 330  
[info@houseofentrepreneurship.lu](mailto:info@houseofentrepreneurship.lu)  
[houseofentrepreneurship.lu](http://houseofentrepreneurship.lu)

Vous avez un projet d'entreprise?  
L'équipe pluridisciplinaire de la  
«House of Entrepreneurship» est à votre  
service pour vous conseiller, vous assister  
et vous accompagner dans toutes les  
étapes de la création et du développement  
de votre entreprise.

HOUSE OF —————  
**ENTREPRENEURSHIP**

# Actu business

RAPHAËL FERBER

Apply



## GoodDrive, la première assurance auto-connectée

Il y a deux ans, Bâloise Assurances Luxembourg s'associait à un projet expérimental : lancer une appli baptisée Game of Road capable d'évaluer notre conduite en temps réel, fonctionnant de manière ludique et s'appuyant sur un système de points, de scores et de badges. L'idée a fait son chemin : aujourd'hui, la compagnie d'assurances mise sur GoodDrive, une assurance auto connectée qui mesure toujours en temps réel la qualité de conduite (vitesse, utilisation du véhicule, risque assuré et style de conduite). L'intérêt de l'appli ? Offrir des baisses du prix de l'assurance, allant jusqu'à -30%, aux jeunes conducteurs disposant d'un permis depuis moins de huit ans, qui « conduisent sérieusement. »

Start-Up



## Epsilon a défendu les couleurs du Luxembourg dans la Silicon Valley

Vainqueur de la Start-up World Cup au Luxembourg au début du mois de mars, Epsilon a représenté le Luxembourg lors de la Grande Finale qui s'est récemment déroulée dans la Silicon Valley. À ses côtés, 15 autres start-up du monde entier étaient en lice pour se disputer le premier prix.

Epsilon s'est distingué au Grand-Duché pour avoir créé un nouveau business model en introduisant de l'électronique dans les chaussures : il y a deux ans, cette start-up basée à Nancy (a enregistré un chiffre d'affaires de deux millions d'euros en 2016) a ainsi conçu des semelles connectées chauffantes permettant de gérer la température des chaussures avec un smartphone. Elle a ensuite présenté ses « smartshoes » au CES 2016 (Consumer Electronic Show), le plus grand salon de l'innovation technologique destiné au grand public, qui se tient chaque année à Las Vegas.

Étude



## La BCEE, employeur le plus attractif du pays

Qui est l'employeur le plus attractif du Luxembourg ? La Banque et Caisse d'Épargne de l'État ! C'est en tout cas ce que révèle une étude commanditée par le prestataire de services en ressources humaines Randstad, qui a interrogé 1500 personnes dans la Grande Région. « 58,2% de ceux qui connaissent l'établissement financier voudraient y travailler » dévoile l'enquête. La BCEE devance les Chemins de Fer Luxembourgeois (CFL), Post Luxembourg, Luxair et la Banque de Luxembourg. Amazon arrive en 10<sup>e</sup> position. L'étude analyse les raisons qui motivent le choix d'un employeur plutôt qu'un autre, à savoir la sécurité de l'emploi, un bon équilibre entre travail et vie privée, une ambiance de travail agréable... et en 4<sup>e</sup> position seulement, le contenu du job.



Me. Frédéric Frabetti & Me. Carmen Rimondini

# Le licenciement fondé sur des raisons économiques

Le contrat de travail à durée indéterminée peut être résilié avec préavis par l'employeur.

Les raisons ayant conduit à la résiliation du contrat de travail peuvent se fonder sur des raisons liées à la conduite, à la performance et à l'attitude du salarié, mais elles peuvent aussi s'appuyer sur des raisons indépendantes de la conduite du salarié, notamment celles liées à la situation économique de la société employeuse.

À titre d'exemple, sans que cette liste ne soit exhaustive, les raisons à la base du licenciement économique peuvent être les suivantes: restructuration de l'entreprise avec réduction du nombre de salariés dans un département spécifique, suppression de poste suite au transfert d'une activité à l'étranger, difficultés financières de l'entreprise...

En effet, aux termes de l'article L.124-5 du *Code du travail*, l'employeur auquel le salarié a demandé les motifs du licenciement avec préavis, est tenu d'énoncer avec précision par lettre recommandée, au plus tard un mois après la notification de la lettre recommandée de demande des motifs, le ou les motifs du licenciement liés à l'aptitude ou à la conduite du travailleur ou fondés sur la nécessité du fonctionnement de l'entreprise, de l'établissement ou du service qui doivent être réels et sérieux. L'indication des motifs doit être fournie avec une précision telle que leur énoncé même en révèle la nature et la portée exacte et permette tant au salarié d'apprécier leur caractère légitime ou non, et de faire la preuve de leur fausseté ou de leur inanité, qu'au juge d'apprécier si le congédiement est intervenu pour des motifs valables ou, au contraire, pour des motifs illégitimes, ou s'il constitue un acte économiquement et socialement anormal.

Il est de jurisprudence constante qu'« afin de suffire aux exigences posées par l'article L.124-5 (2) du *Code du travail*, l'employeur est, en cas de licenciement fondé sur des considérations économiques, tenu d'indiquer les raisons de la réorganisation et de la suppression d'emplois et de relever clairement les mesures de restructuration et leur incidence

sur le poste occupé par le salarié (voir Cour de cassation du 16 janvier 1997, Lux aquaculture c/Dolisy). »

Quant à la responsabilité de l'employeur qui invoque à la base du licenciement des raisons liées au fonctionnement de l'entreprise, il est admis en jurisprudence que « l'employeur, seul responsable des risques assumés, bénéficie corrélativement des pouvoirs l'autorisant à adopter les mesures d'ordre intérieur que lui paraît commander l'intérêt de l'entreprise » (Cour d'Appel, N°24926 du rôle, Mousel/Crédit Suisse).

Toutefois, l'employeur doit fournir des renseignements précis sur l'origine et la cause des difficultés économiques dont il se prévaut pour justifier le licenciement. Il doit justifier les difficultés économiques par des éléments concrets et chiffrés, notamment des documents comptables afin que le salarié et le juge, le cas échéant, puissent apprécier si les motifs invoqués constituent une cause réelle et sérieuse.

La jurisprudence est constante alors que « la suppression de postes suite à la réorganisation d'un secteur d'une entreprise constitue un motif sérieux de licenciement à condition que la prétendue restructuration alléguée soit réelle c'est-à-dire qu'elle présente un caractère d'objectivité se traduisant par des manifestations extérieures susceptibles de vérification » (Cour d'Appel, N° 24151 du rôle) et que « l'exercice des pouvoirs de direction de chef d'entreprise quant à la réorganisation de l'entreprise et quant au choix discrétionnaire des personnes à licencier ne devient abusif que lorsque le congédiement est sans lien avec la restructuration et ne constitue qu'un prétexte ou est exercé avec une légèreté blâmable » (Cour d'Appel, N°24926 du rôle, Mousel/Crédit Suisse).

Il est important de préciser, que lors d'une éventuelle action en justice introduite par le salarié licencié devant le Tribunal du travail, tendant à faire déclarer le licenciement économique abusif et à la condamnation de l'employeur au paiement des dommages et intérêts, la charge de la preuve de la réalité et du sérieux des motifs économiques invoqués incombe à l'employeur alors que la preuve du caractère fallacieux du motif incombe au salarié.



# PROTÉGER ET TRANSMETTRE SON PATRIMOINE

LE PATRIMOINE FAMILIAL EST BIEN SOUVENT LE FRUIT D'UNE VIE ENTIÈRE, PARFOIS MÊME DE PLUSIEURS GÉNÉRATIONS. LE PROTÉGER ET PLANIFIER SA TRANSMISSION SONT DONC DES PRÉOCCUPATIONS LÉGITIMES.

JEANNE RENAULD

« SANS TESTAMENT,  
LES BIENS SERONT  
RÉPARTIS SELON  
L'ORDRE  
SUCCESSORAL  
DÉFINI PAR LA LOI »

Qu'il s'agisse de biens immobiliers, de parts dans une entreprise, de placements bancaires, de propriété intellectuelle, de meubles ou encore d'objets de collection, le patrimoine constitue une véritable richesse, que nous souhaitons transmettre du mieux possible aux générations suivantes, aux êtres qui nous sont chers. Ainsi, au Luxembourg, le patrimoine médian par ménage s'élèverait à quelque 437 500 euros, soit le plus haut montant de la zone euro, qui affiche un score de 104 100 euros (source: Household Finance and Consumption Survey, European Central Bank, 2016).

## L'ASSURANCE-VIE, UNE VALEUR SÛRE

L'assurance-vie est l'un des outils d'investissement les plus courants pour gérer et faire fructifier sa fortune. Un tel contrat est encadré par une réglementation stricte afin de protéger au mieux les avoirs placés et le souscripteur. De plus, l'assurance-vie jouit d'un traitement fiscal favorable. Les primes, les gains en capital effectués lors du rachat ou de l'expiration d'un contrat, tout comme le capital-décès octroyé au bénéficiaire, ne sont pas taxés au Luxembourg. Comme dans tous les autres pays membres de l'Union européenne, les placements relatifs à un contrat d'assurance-vie sont également déductibles fiscalement au Grand-Duché. Outre un investissement protégé, l'assurance-vie permet aussi de transmettre son patrimoine selon ses desideratas. L'investisseur peut déterminer lui-même le ou les bénéficiaires du contrat, qu'il s'agisse d'une ou plusieurs personnes ou encore d'une association.

## UNE DONATION POUR LIMITER LES FRAIS

Pour anticiper sa succession et profiter de certains avantages fiscaux, il est aussi possible d'effectuer une donation de son vivant. Elle peut concerner des biens immeubles ou meubles, comme une voiture par exemple, et s'adresser à des personnes physiques ou morales, telles qu'une association ou une œuvre caritative. Pour être valables, les donations doivent remplir les conditions de forme de l'acte notarié. Elles sont soumises aux droits d'enregistrement, des droits qui varient selon le lien de parenté existant entre le donateur et le donataire. Des frais de notaire, un droit de transcription et des taxes communales peuvent également s'ajouter.

## RÉDIGER UN TESTAMENT

Certains optent encore pour l'écriture d'un testament afin de s'assurer du respect de leurs dernières volontés et éviter d'éventuelles guéguerres dans la famille. Le testament permet en effet de léguer son patrimoine en modifiant l'ordre successoral, même si les descendants ont toujours légalement droit à une part déterminée de l'héritage. Sans testament, les biens seront répartis, après déduction des droits de succession, selon les règles prévues par la loi en vigueur au Grand-Duché, à savoir: les descendants (enfants, petits-enfants, arrière-petits-enfants); les ascendants (parents), les collatéraux privilégiés (frères et sœurs) et leurs enfants; les ascendants ordinaires (grands-parents, arrière-grands-parents...) et enfin, les collatéraux ordinaires (oncles, tantes, neveux, cousins...). Si aucun héritier ne peut être identifié, la succession ira à l'État. Le conjoint, quant à lui, est considéré comme un héritier particulier. Selon ses souhaits, il peut bénéficier soit d'un droit d'usufruit, soit d'une part d'enfant.



# RAIFFEISEN

## OU QUAND LA TRANSPARENCE A DU BON

En matière de gestion bancaire, on aurait tendance à penser que toutes les offres, tous les services ... toutes les banques, se ressemblent.

La banque RAIFFEISEN se différencie pourtant et pas seulement parce qu'elle est une coopérative, structure dont chaque client peut devenir membre. Une nouvelle façon de penser, gérer, développer son patrimoine a vu le jour chez RAIFFEISEN.

### **«JE COMPRENDS MON BANQUIER ET MON BANQUIER ME COMPREND»**

Pour ce faire, une gamme complète de services a été imaginée puis développée. Ainsi, que vous désiriez être informé, guidé ou que vous préféreriez déléguer, vous avez la liberté d'imaginer la gestion de votre portefeuille comme bon vous semble.

Une réelle nouveauté au service de votre sérénité.

RAIFFEISEN, historiquement banque de l'épargne et des crédits aux particuliers et aux professionnels, développe d'autres créneaux.

L'activité Banque Privée, jusqu'alors moins connue, est aujourd'hui mise en lumière. Et dans ce contexte, RAIFFEISEN renforce sa vocation en conseil proactif et régulier.

Depuis le 1<sup>er</sup> janvier, la réelle nouveauté réside dans la possibilité offerte au particulier d'envisager la banque. Sa banque.

« Je comprends mon banquier et mon banquier me comprend », tel est le leitmotiv de Georg Joucken, Head of Private Banking. Ainsi, pour vous accompagner au mieux dans vos attentes, plusieurs formules ont été mises en place.

Ici, pas de fonds maison mais une banque qui a la volonté de proposer en dehors d'une sélection de fonds Lux-Funds et Vontobel une offre complète

à ses clients sur la base de critères de sélection objectifs et ayant fait leurs preuves. Dès lors, votre conseiller financier devient votre partenaire et votre support quelles que soient vos aspirations et ambitions.

Dans un complet souci de transparence et d'impartialité et selon un modus operandi rigoureux et échelonné d'analyses qualitative et quantitative, la banque RAIFFEISEN s'appuie essentiellement sur des informations fournies par MORNINGSTAR qu'elle complète ensuite par ses propres critères pour vous guider vers les fonds les plus indiqués, sur base d'indices de référence et selon vos attentes.

Via une hotline de l'investisseur ou dans chaque filiale RAIFFEISEN, des spécialistes vous renseigneront et vous aurez la possibilité de bénéficier d'un accompagnement performant, souple et ... transparent.

Cette fameuse transparence qui a du bon.

# Candidate's opportunities

UN PARTENARIAT ENTRE L'ADEM ET FEMMES MAGAZINE AFIN DE PROMOUVOIR DES CANDIDATES À LA RECHERCHE D'UNE NOUVELLE OPPORTUNITÉ.



## *Delgado Elsa*

→ **EMPLOI RECHERCHÉ**  
Réceptionniste.

→ **COMPÉTENCES**  
Aide-comptable, secrétariat.

→ **ATOUTS**  
Flexible, dynamique, rigoureuse, bonne présentation.

Titulaire d'un diplôme de fin d'études secondaires techniques de l'école de Commerce et de Gestion, j'ai acquis au fil des années une bonne expérience dans le domaine du secrétariat et de la comptabilité. Je m'intègre facilement dans une nouvelle équipe et sais m'adapter aux nouvelles conditions de travail. Je sais également travailler en autonomie et m'adapte aux exigences de mon employeur.

Holding a Bachelor degree in commercial sciences, I have been working for 8 years in the investment funds industry in charge of the customer relationship and as a support to the sales officers. This allowed me to develop robust skills in communication and sales with always the concern of the detail and the constant concern to supply a high-quality service.

Since two years, I have been producing and broadcasting a radio show for a Luxembourgish local radio. In addition, I worked as assistant for exhibitions and travel agencies.

Hard worker, ambitious, and multi-tasked, I also organize every type of events for any sorts of occasions: I will ensure that your events are taken in charge from A to Z.

## *Jarmouni Assia*

→ **EMPLOI RECHERCHÉ**  
Events Manager, communications, public relations, media broadcaster, gallery assistant, travel assistant agent.

→ **COMPÉTENCES**  
Communication skills, sales support, events management, fast-paced, multi-tasked.

→ **ATOUTS**  
Creative, enthusiastic, dynamic, team player.



## *Lacmeu Stéphanie*

→ **EMPLOI RECHERCHÉ**  
Domaine de la finance, administration, communication, marketing et ressources humaines.

→ **COMPÉTENCES**  
Maîtrise des outils MS office, esprit d'analyse, organisée et discrète.

→ **ATOUTS**  
Aisance relationnelle, esprits d'équipe, organisée, sérieuse et volonté d'apprendre.

Actuellement étudiante diplômée en Bachelor professionnel en Gestion Banque à l'université du Luxembourg, je suis à la recherche d'un premier emploi. J'ai fait un stage de fin d'étude chez Foyer Assurance. Cette formation m'a permis de mieux me familiariser avec les assurances et a confirmé mon envie de poursuivre ma carrière dans la finance.

J'ai un intérêt particulier dans le domaine la gestion des risques, les fonds et la comptabilité des banques. Cependant, je reste ouverte à toute proposition dans la gestion de patrimoine, le marketing, la communication et les ressources humaines.

Je suis capable de travailler de manière autonome et suis dotée d'une capacité d'adaptation très rapide. Je suis en mesure d'assimiler rapidement les informations et de mettre en pratique les méthodes apprises en cours tout en tenant compte des réalités du terrain.

Les entreprises intéressées par les profils présentés peuvent contacter le Service employeurs de l'ADEM via [employeur@adem.etat.lu](mailto:employeur@adem.etat.lu) avec comme objet du mail "Femmes magazine".



PETIT APERÇU DE CE QUI VOUS ATTEND  
SUR NOTRE SITE CE MOIS-CI...



## CES FRAISES, J'EN FAIS QUOI?

Enfin, les voilà de retour pour notre plus grand plaisir. En confiture, en gâteau, en salade, toutes nos idées pour les déguster.

→ Cuisine / Astuces

## DOIT-ON BRÛLER SON SOUTIEN- GORGE?

Non, non, cette question ne sous-tend pas un revival des années Woodstock, mais plutôt de la réelle (ou non) utilité de cette pièce adorée de notre dressing.

→ Mode / Conseils



## PÂQUES: NOS MEILLEURES RECETTES D'AGNEAU

Pas de fêtes de Pâques sans agneau. Petit tour de la rédac' pour découvrir les recettes familiales et ancestrales

→ Cuisine / Recettes

## DOIT-ON SUCCOMBER AU TALON CÔNE?

Un peu plus large que le talon bobine, le talon cône est d'ores et déjà annoncé comme le fashion crush du printemps. Quelle hauteur réglementaire? Boots ou sandales? Et la mule dans tout ça? On a décrypté la tendance pour vous!

→ Mode / Conseils mode



## COMMENT PORTER LE JAUNE?

Couleur star de la saison, solaire et gaie, le jaune signe son grand retour ce printemps. En all over ou par touches, 20 idées de street styles qui vont vous inspirer.

→ Mode / Tendances

## ENTERREMENT DE VIE DE JEUNE FILLE: 5 IDÉES TOP

La saison des mariages s'apprête à débiter. Vous refusez le traditionnel tour de la ville affublée d'un déguisement douteux. Vous avez raison, on a mieux. Cinq idées de week-end entre filles pour enterrement votre vie de jeune fille avec classe et élégance.

→ Société / News



## MAKE-UP: LES MUST HAVE DU PRINTEMPS

Blush deux-en-un, rouges à lèvres gloss, terre de soleil et vernis à ongles. Quels sont les produits qui vont nous affoler cette saison? On vous dit tout.

→ Beauté / Maquillage.



## Citabel : une nouvelle adresse à Dudelange

Bonne nouvelle pour les sportifs en herbe et amateurs de grand air dudelangeois. L'enseigne luxembourgeoise spécialisée dans le sport et le lifestyle Citabel s'installe dans la cité du Sud sur une belle surface de pas moins de 900m². Citabel à Dudelange propose un grand choix de textiles, chaussures de sport et lifestyle ainsi que tout l'équipement sportif nécessaire, parmi les plus grandes marques: Adidas, Nike, Puma, Reebok, Converse, Jack Wolfskin, Pull-In, Quiksilver, Roxy, Fred Perry, Dstrezzed, Napapijri, Scotch & Soda...Et les runners seront ravis d'y trouver la nouvelle technologie Footscan 3D, qui réalise une analyse professionnelle afin de trouver la chaussure parfaitement adaptée.

→ Citabel, 5, 1<sup>er</sup> Duerf, L-3436 Dudelange, Tél. : 27 51 03 85  
Ouvert du lundi au vendredi de 9h00 à 19h00 et le samedi de 9h00 à 18h00  
[www.citabel.lu](http://www.citabel.lu)

## Ze cave nature

Amoureux de vins plus sains, Ze Cave Nature, avec ses 500 références, est sans doute votre nouvelle caverne d'Ali Baba au Luxembourg ! Situé à Howald juste à côté de Nature Elements, boutique dédiée aux cosmétiques, aux compléments alimentaires, à la santé, ainsi qu'à l'alimentation saine, diététique et spécifique, ce nouvel espace abrite des petites merveilles biologiques, biodynamiques, naturels voire SAINS (c'est à dire : sans aucun intrant ni sulfite). Olivier Bens, administrateur délégué, et ses collègues importateurs, collaborent avec des vignerons et des sommeliers qui n'hésitent pas à nous livrer toutes les explications nécessaires. A leur côté, on pourrait rester des heures à déguster – avec modération, bien sûr ! – quelques bonnes bouteilles présentées sur place. Bref, l'assurance de faire le bon choix !

→ Ze cave, 18 Rue des Jongs, L-1818 Howald  
Tél. : 27 48 99 73



## Offrez-vous le luxe d'un wedding planner avec Wedzem !

Envie d'un beau mariage, mais hélas pas les moyens de le financer ? WedZem, première plateforme internet dédiée au mariage participatif, est la solution. Lancée l'automne dernier au Luxembourg, la plateforme s'est vue enrichie de nouvelles fonctionnalités depuis le 1<sup>er</sup> mars, en offrant aux futurs mariés la possibilité d'avoir recours aux services d'une wedding planner, qui se chargera de trouver les prestataires ad hoc, en fonction du budget alloué. « Parce que le plus beau des mariages n'est pas celui qui coûte le plus cher, l'équipe de WedZem propose également une liste de prestataires. Photographes, fleuristes, agences de voyage ou bien encore traiteurs, tous ont été sélectionnés non pas en fonction de leurs tarifs, mais de leur savoir-faire, de leur professionnalisme, de leur engagement. Au Luxembourg, nous avons déjà retenu une quinzaine de partenaires et la liste va s'enrichir au fil des mois », précise Sandrine Noël, à la tête de Wedzem Luxembourg.

→ Pour en savoir plus: [www.wedzem.lu](http://www.wedzem.lu)



## Urban Trail : 8<sup>e</sup> édition

Le 30 avril prochain, la Cité Judiciaire accueillera la ligne de départ de la 8<sup>e</sup> édition 2017 de l'Urban Trail. Victime de son succès, le comité de direction a effet dû se résigner à quitter la Place Guillaume II ou la Place de la Constitution, afin de pouvoir faire face à l'engouement massif de runners luxembourgeois et frontaliers. Amateurs ou confirmés, nombreux sont ceux en effet à y participer. Il faut dire qu'en plus du dépassement de soi, l'Urban Trail offre aux participants l'expérience fantastique de (re)découvrir leur ville au gré d'un parcours qui permet d'admirer les plus beaux sites et panoramas de Luxembourg. Une promenade de santé ? Pas vraiment ! Car il faudra aux runners se frotter aux ruelles pavées qui assurent le lien entre la vallée de la Pétrusse ou le plateau du Kirchberg, longer l'Alzette et ses chantiers battus...

Tout un programme. A noter que pour cette 8<sup>e</sup> édition, le DKV Urban Trail apporte son soutien aux associations Télévie et Amnesty International en reversant 1€ par inscription à chacune de ces deux associations.

→ **Renseignements pratiques et inscriptions (date limite : le 29 avril 2017) sur [www.urban-trail.lu](http://www.urban-trail.lu)**



## Pall Center : Le nouveau temple de l'épicurisme

Depuis 35 ans, le Pall Center – situé à Oberpallen – fait figure de pionnier dans le secteur des shopping center et concept store à Luxembourg.

En 2017, les lieux vont ainsi renforcer leur identité et leur singularité, en créant sur 100 m<sup>2</sup>, un tout nouveau concept alternatif baptisé Chill & Eat. « Le projet est né de nos voyages et de notre passion pour les belles et bonnes choses, l'envie de partager un univers hétéroclite, des objets qui ont du caractère et du sens, qui nous parlent, nous font rêver », explique Christiane Wickler, alors que nous visitons les lieux qui mêlent subrepticement des produits insolites et espaces dédiés à une pause gourmande au coin du feu.

→ **Pall Center, 2, route d'Arlon, L-8552 Oberpallen, Tél.: 23 64 41**

## Le Grand Café reprend du service

Voilà plus d'un siècle que l'établissement trône fièrement place d'Armes. Il aura fallu de longs travaux de rénovation pour lui offrir une nouvelle âme. C'est à Rodolphe Mertens qu'a été confiée la mission de lui redonner ses atours de brasserie d'antan, tout en lui apportant un souffle contemporain.

Du côté de la carte, Salva Barberio a choisi de lui apposer sa formule gagnante, celle du Red Beef. Soit une carte qui fait la part belle aux plats carnés, dans leur plus simple élément. A la carte de nombreuses pièces de bœuf, dont la cuisson à 700°C garantit une viande juste braisée et savoureuse. Les accompagnements sont soignés. Pas de chichis, mais un endroit authentique et convivial, dans lequel on peut dîner à tout heure.

Bref, tout ce que l'on aime. A souligner également, une belle carte des vins, signée par la sommelière Dominique Rizzi.

→ **Grand Café by Red Beef, 11 place d'Armes, Luxembourg, Tél.: 26 27 02 92**







## LIFE – ORIGINE INCONNUE

— Film américain de science-fiction de Daniel Espinosa, avec Jake Gyllenhaal, Ryan Reynolds et Rebecca Ferguson.

Décidément, depuis trois ans et demi, les films dans l'espace n'auront jamais été autant à la mode ! Après *Passengers*, *Premier Contact*, et un peu plus loin dans le temps *Interstellar*, *Gravity* et *Seul sur Mars*, voilà *Life – Origine Inconnue*, film de Daniel Espinosa, réalisateur – notamment – de *Easy Money* (2011) et dont on attend encore qu'il nous scotche à notre fauteuil. Si le casting est solide, on attend de voir comment le scénario – convenu en apparence – se déroule à l'écran : six membres d'équipage font ainsi l'une des plus importantes découvertes de l'histoire de l'humanité : la toute première preuve d'une vie extraterrestre sur Mars, qui s'avère plus intelligente, et un peu plus dangereuse, que ce qu'ils pensaient...

Date de sortie : le 19 avril



## GOLD

— Drame américain de Stephen Gaghan avec Matthew McConaughey, Bryce Dallas Howard et Édgar Ramírez.

Gold nous fait penser à l'excellent *Le Loup de Wall Street* de Martin Scorsese, avec Leonardo DiCaprio, dans le sens où Matthew McConaughey campe ici le même style de personnage déjanté, no-limit, en adéquation avec le rythme du film où tout se déroule en accéléré. Transformé en « un explorateur des temps modernes, magouilleur et rêveur », à moitié chauve et bedonnant, celui qui a atteint le statut de meilleur acteur de la planète il y a deux-trois ans (*Dallas Buyers Club*, *True Detective*) se donne à 200%, jusqu'à la caricature. Un Gold plaqué or.

Date de sortie : le 19 avril



## LES GARDIENS DE LA GALAXIE VOL.2

— Film américain de science-fiction de James Gunn, avec Chris Pratt, Zoe Saldana et Dave Bautista.

À l'heure où les films Marvel sont quelque peu – à notre goût – en perte de vitesse, l'arrivée de ce deuxième volet des *Gardiens de la Galaxie* nous met en joie, presque trois ans après un premier épisode qui nous avait quand même pas mal emballé. Dans cette nouvelle aventure, Star-Lord (alias Peter Quill) va devoir s'associer avec d'anciens ennemis pour avancer dans le cosmos, jusqu'à découvrir sa mystérieuse filiation avec Ego, un personnage-planète bien connu des fans de l'univers Marvel. Au programme, du fun et de l'humour. Enfin, on l'espère...

Date de sortie : le 26 avril



## ORPHELINE

— Drame français de Arnaud des Pallières, avec Adèle Haenel, Adèle Exarchopoulos, et Solène Rigot.

C'est un vibrant portrait de femme à quatre âges de sa vie que dresse le Français Arnaud des Pallières, qui réunit ici la toute jeune Véga Cuzytek, Solène Rigot, Adèle Exarchopoulos et Adèle Haenel. Du quotidien de la petite fille de campagne prise dans une tragique partie de cache-cache à la femme accomplie qui laisse derrière elle son passé d'ado paumée passant d'homme en homme, Orpheline suit la trajectoire d'une femme en quête d'identité et en lutte pour sa liberté.

Date de sortie : le 29 mars



## ARCA - ARCA

Le 7 avril | Electro

« Sad Bitch », « Thievery » ou « Xen », sur l'album du même nom, avaient déclenché en nous un émoi considérable, aussi fort qu'à l'écoute de « Ride of the Valkyries » dans *Apocalypse Now*. Quelque chose d'irréversible qui nous motiva à écouter *Mutant*, le second album du génial producteur vénézuélien Alejandro Gherzi (ou Arca). Un deuxième disque aussi abrasif et sensuel que le premier (*Xen*) qui nous fit croire au retour du génie dans la musique électronique. Arca fait partie des rares compositeurs électro à écrire une musique qui se révèle à la fois brutale et tendre. Un paradoxe que peu d'auteurs électroniques ont compris et qui fait de lui l'un des artistes les plus prometteurs de sa génération et son domaine. Arca revient autour d'un troisième album qui porte son nom, mais aussi les strates de ses peines, ou ses joies, comme nous le font déjà entendre les titres « Piel » et « Anoché ». Entouré, pour toujours, de l'artiste Jesse Kanda, qui signe l'ensemble visuel des clips aux artworks, Arca expérimente une musique qui va laisser des traces.

La rédaction



## TIMBER TIMBRE - SINCERELY, FUTURE POLLUTION

Le 7 avril | Rock folk

Découvert après le titre aussi rythmé que brûlant « Black Water », Timber Timbre était pour nous d'abord un groupe aux tracks ultra sexy, un mélange de guitare électrique aux sons éclectiques, et d'une voix caverneuse, pourtant si chaude à l'oreille... Mais Timber Timbre est bien plus que ça. Carrément fulgurant, leur succès critique et public ne peut confondre personne. Clairement, les Canadiens sont à suivre de très près, ou à récupérer au moins depuis l'étonnant et révélateur « Timber Timbre » en 2009, le sublime « Creep On Creepin' » qui scellera leur réussite, ou dernièrement « Hot Dreams », qui porte un peu moins sauvagement son nom qu'il n'y paraît. Vaporeuse et atmosphérique, voilà qui définirait bien la musique du quatuor canadien. Et à nouveau sur ce sixième opus, *Sincerely, Future Pollution*, se décline la lenteur, parfumée de rythmiques planantes qui les caractérise. Taylor Kirk n'en a pas fini de nous évanouir de sa voix profonde, tandis que les trois musiciens inventent de nouveaux espaces sonores qui continuent, sans cesse, à nous envelopper tendrement.



## DEEP PURPLE - INFINITE

Le 7 avril | Hard Rock

Toujours difficile de voir vieillir ses idoles. C'est à travers eux qu'on se voit évoluer, passer les âges avec délicatesse, enfin, pas tant que ça avec Deep Purple. « Délicat » n'est certainement pas le mot juste. Le groupe nous laisse plutôt une pléiade de gros titres qui nous caressent ou nous cognent juste comme il faut, de « Smoke on the Water » à « Child in Time » en passant par « Highway Star ». Une anthologie constituée de 19 albums, sortis entre 1968 (*Shades of Deep Purple*) et 2013 (*Now What ? !*), auxquels s'ajoute le petit dernier *inFinite*, comme si justement, tout ça n'avait pas de fin. *inFinite* se révèle certes tout à fait nouveau, mais comprend cette plume à la Deep Purple que les aficionados apprécieront. Mené par trois des membres fondateurs du groupe, le lead historique Ian Gillan, le batteur Ian Paice et le bassiste Roger Glover, ce 20e disque est décrit comme « quelque chose qui se passe pour toujours (...), mais aussi qui n'a jamais commencé », d'après le groupe. Une explication nébuleuse qui nous laisse entrevoir un album ouvert.



## CHARAN PO RANTAN - ROSE BALKAN

Le 22 avril | Japan folk

C'est une nouvelle rareté que nous partageons nos amis de chez Specific Recordings, le petit label de Metz, qui aime à nous faire croquer les univers de groupes aux styles divers et variés, mais surtout aux ambiances sonores complètement neuves. Et c'est à peu près la force de Charan Po Rantan, le duo nippon composé des sœurs Momo (au chant) et Koharu (compo, accordéon et choeurs). Un groupe pour le moins exubérant, qui monte en puissance depuis sa création en 2010. Fortes d'une véritable identité, entre costumes bariolés et mises en scène kitsch, et d'une dynamique créatrice propre à une compagnie entière de circassiens, les Japonaises donnent énormément à leur public. Habiles tant dans la J-pop que dans le klezmer, leur musique est détonante, vibrante, parfois sombre, souvent féministe. Avec *Rose Balkan*, elle signe une magnifique compilation qui donne à entendre leur musique intensément bonne.



## Coup de cœur

— MARIE PAVLENKO —

Née en 1974 à Lille, Marie Pavlenko obtient un D.E.A. de Lettres Modernes à la Sorbonne-Nouvelle, avant d'intégrer l'École Supérieure de Journalisme de Lille. Elle fait un long et beau détour par la Jordanie, où elle enseigne le français pendant plusieurs mois, puis s'installe à Paris et pendant quinze ans, et y travaille comme journaliste dans la presse écrite.

Elle passe ensuite du côté obscur, écrit son premier roman (*Le livre de Saskia*) et des scénarios télé, ciné et BD (*Les Envahissants* — Livre de Poche, et *We are Family* — Delcourt). Aujourd'hui, elle vit à Montreuil, aux côtés de sa famille et de ses chats. Elle se consacre à l'écriture de ses livres.



### JE SUIS TON SOLEIL

Déborah démarre son année de terminale sans une paire de chaussures, grâce à Isidore le chien-clocharde qui s'acharne à les dévorer. Mais ce n'est pas le pire, non. Est-ce sa mère qui se met à découper frénétiquement des magazines ? Ou peut-être son père au bras d'une inconnue aux cheveux longs et bouclés ? Le bac est en ligne de mire, et il va falloir de l'aide, des amis, du courage et beaucoup d'humour à Déborah pour percer les nuages, comme un soleil.

— Marie Pavlenko - Flammarion Jeunesse



### NINA

Depuis que son regard a croisé celui de la jeune Nina dans un orphelinat de Moscou, Katiane est sous le choc. Pour cette jeune femme qui œuvre dans l'humanitaire, la petite violoniste prodige donne soudain à son engagement un sens qui la dépasse. De la capitale russe, dont elle découvre tout, jusqu'à Paris, Katiane se replonge dans son passé et explore le surgissement d'une mémoire émotionnelle au-delà du temps et des frontières. Et si Nina n'était pas vraiment une inconnue ? Et si nos rencontres nous donnaient à découvrir une part de nous même ?

— Catherine Enjolet - JC Lattès



### LES AMANTS

Instant de grâce quand, sur le quai de la gare d'Ancy, Jeannette rencontre pour la première fois son « filleul » de guerre, Maxime. Fiançailles et mariage s'annoncent dans un horizon plein de promesses et de liberté. À la lisière du bois de Maulnes, avec ses légendes et son château, Jeannette a vécu dans la solitude avec sa mère, femme à l'impressionnante beauté brune, guérisseuse voire un peu sorcière, selon certains. En marge, Rachel n'a-t-elle pas élevé seule Jeannette, sans jamais révéler à quiconque l'identité du père ? Une relation faite de tendresse et de défiance unit pour toujours les deux femmes. Mais en ce mois de mai 1945, l'arrivée de Maxime va tout bouleverser...

— Lyliane Mosca - Presses de la cité





# FÊTE DU 1<sup>ER</sup> MAI LCGB

REMICH • PRES DE LA PISCINE  
A PARTIR DE 10H00



TOUTE LA JOURNÉE: ANIMATION POUR GRANDS  
ET PETITS, GRILLADES ET COCHON DE LAIT

**ENTREE + PARKING / NAVETTES GRATUITES**

POUR PLUS D'INFORMATIONS: [WWW.LCGB.LU](http://WWW.LCGB.LU)

# Laurianne Bixhain, PHOTO SENSIBLE

CES DERNIÈRES ANNÉES, LA PHOTOGRAPHIE LUXEMBOURGEOISE NE S'EST JAMAIS MIEUX PORTÉE. HÉRITAGE OU NON DES MAÎTRES PHOTOGRAPHES DE BATTY FISCHER, AUX FAMILLES ASCHMAN ET KUTTER, EN PASSANT PAR LE CÉLÈBRE EDWARD STEICHEN... QUOI QU'IL EN FÛT, LAURIANNE BIXHAIN ET SA SENSIBLE PHOTOGRAPHIE, S'INSTALLENT PLEINEMENT DANS CE PETIT MONDE DE L'IMAGE.

GODEFROY GORDET



M (2016), Tirage argentique sur papier baryté  
180 x 120 cm

Originaire de Wiltz, Laurianne Bixhain passe son enfance dans les Ardennes avant de sautiller entre Bordeaux, Istanbul, Berlin, Bruxelles et Leipzig. Aujourd'hui, et ce depuis trois ans, elle s'est finalement installée à Luxembourg, pour y vivre sa photo.

Cette pratique photographique qu'elle a connue un peu par hasard, « par curiosité », à l'image de son attrait, dès son enfance, pour une voie artistique, « je trouve que c'est une activité nourissante, et que lorsqu'on conçoit un projet tout semble possible ».

C'est en 2009, à Bordeaux, qu'elle concrétisera les choses en obtenant un diplôme National d'Arts Plastiques, pour partir l'année d'après via le Programme Erasmus à la Yildiz Teknik Universitesi d'Istanbul. Une expérience qui la touche à jamais, « j'avais envie d'aller aux frontières de l'Europe, de voir une ville traversée par différentes cultures et des architectures que je ne connaisse pas. L'organisation de la ville et des personnes y est étonnante. »

Elle clôturera sa formation académique tout récemment, à la Hochschule für Grafik und Buchkunst de Leipzig, en 2015. Aujourd'hui, sa condition d'artiste photographe implique autant de travail que de vécu personnel, « j'ai besoin d'y consacrer du temps, de lire, de regarder mes images pour arriver à trouver le sens qu'elles prendront. Il faut être à l'écoute. » Bien plus encore, dans cette société dédiée à l'image, et à la prise de vue dite « facile », être artiste photographe aujourd'hui n'est pas chose aisée, « je pense que la technologie de communication et un travail artistique peuvent se mêler, mais ne sont pas nécessairement liés », explique pourtant la Luxembourgeoise. En effet, les médias se multiplient, et leur accessibilité est de plus en plus évidente pour tous, néanmoins, la pratique photographique artistique, elle, reste une véritable recherche de fond, « ma pratique est beaucoup plus lente, elle se construit dans le temps. Les outils d'enregistrement évoluent très vite, mais l'artiste est libre de choisir le média qui lui convient. »



M (2016), Photo-lithographie sur papier Arches 100% coton  
26,25 x 17,5 cm

Ainsi, le travail photographique de Laurianne Bixhain s'attarde sur le support, les reliefs, les textures, mais également les contrastes, et l'harmonie visuelle qu'ils produisent, «la texture et le relief évoquent le toucher d'une matière, d'une surface. Le support -la forme que prennent mes images- est à la fois technique et sensoriel. Le motif et la recherche documentaire autour d'un projet peuvent constituer un espace mental, une ouverture». Une véritable relation entre l'objet capté et la photographe, qu'elle décrit comme, «une interaction physique entre le photographe, l'appareil et le motif enregistré, un dialogue avec l'appareil, sa provenance industrielle et l'environnement dans lequel je me déplace». Un rapport constant entre l'image et le preneur qui s'installe également d'un point de vue pratique. Dans le processus créatif global, Laurianne Bixhain accorde aussi beaucoup d'importance au rendu de développement. «Je pense que le choix du support advient après avoir regardé mes images. Je fais en fonction de chaque image. Le support et le rendu communiquent beaucoup de choses, le chemin de production est pris en compte, la texture des impressions ou du développement provoque également des sensations.»

Un processus d'impression qui la passionne, comme peut le montrer sa série *Préparation des surfaces* créée en 2014. «Le titre est une citation, il s'agit d'une activité industrielle, l'apprêt d'une voiture pour la vente. Celle-ci est trempée dans un bassin pour ensuite être peinte», précise la photographe. Un projet sur lequel elle ancre sur «la surface», ce qui

ne peut être visible au premier coup d'œil. «J'ai grossi la trame de l'image, pour rendre visible la technique d'impression. Le motif et la structure de l'impression sont en quelque sorte dans une relation de concurrence.»

La Luxembourgeoise développe donc un attrait fort pour le développement, la surface de pose, et la matière, mais elle dégage visiblement autant d'intérêt pour la prise de vue que pour le reste du processus photographique, «lors de la prise de vue, je m'approche d'un objet, je tente de capter ce qui pourrait être intéressant, c'est assez instinctif, même si certaines images vues auparavant ressurgissent spontanément.»

Il y a donc dans le travail photographique

**« JE PENSE QUE  
LA TECHNOLOGIE DE  
COMMUNICATION  
ET UN TRAVAIL ARTISTIQUE  
PEUVENT SE MÊLER,  
MAIS NE SONT PAS  
NÉCESSAIREMENT LIÉS »**

de la Luxembourgeoise, du palpable et de l'impalpable, mais, surtout, une démarche ultra sensible, un axe de création qui dégage du sens. *Illumination is the new interior sensation* (2014-2015) en constitue un bel exemple, constitué d'une série qui vient de ses séjours entre Chicago et Istanbul. La ville américaine où elle s'est attardée sur la collection de livres de la Transportation Library et donc sur les flux de transport de la ville. En

couplant cette idée avec des prises de vue d'Istanbul, mélangeant les cultures et environnements. «Cette série questionne ce que peut signifier la mobilité, les déplacements», synthétise l'artiste. «Je donne une atmosphère, je traverse une ville fictive, à distance comme à travers les vitres d'une automobile. Le nom des villes est évocateur, les associations sont nombreuses, sans pour autant être représentée», développe-t-elle ensuite. Ainsi, l'un des objets principaux de sa recherche photographique semble être le lieu et l'environnement qui lui est propre. Quelque chose que l'on retrouve également dans l'un de ses récents projets *Ohne Titel*.

En se focalisant principalement sur le motif et le support, la photo de Laurianne Bixhain nous semble plus conceptuelle que concrète, néanmoins, l'artiste parle plus de «va-et-vient entre des procédés très concrets et une ouverture conceptuelle et documentaire. Documentaire dans le sens où les lieux photographiés déterminent en partie le sens et l'élaboration du travail photographique.»

Finalement, la photographe emmène son spectateur vers d'autres niveaux de lecture face à l'image photographiée. «J'ose espérer que celui qui regarde puisse être transporté, se projeter dans le motif et la matière des photographies, comme au toucher d'une matière textile, à travers le regard.» Son travail artistique, une fois rendu public, est autonome, «il me semble que celui qui regarde, y projetera sa propre intériorité», conclut Laurianne Bixhain.



Save  
the date

Expo



## PIONÉIERFRAEN AM JOURNALISMUS ZU LËTZEBUERG

Cette exposition itinérante se veut être un hommage à toutes les femmes journalistes du Luxembourg au 20<sup>e</sup> siècle. À travers 17 portraits, l'exposition présente la vie et l'œuvre journalistique de ces femmes qui ont façonné les médias et la société au siècle dernier.

Cette expo engagée est à voir du 31 mars au 22 avril à la Cité Bibliothèque de Luxembourg puis du 30 juin au 7 juillet au centre de littérature de Mersch.

Du 31 mars au 22 avril 2017  
Cité Bibliothèque (Luxembourg)  
→ [www.bimu.lu](http://www.bimu.lu)

Concert



## CLOCK OPERA

Changement d'ambiance pour le quatuor britannique : dans son dernier album *Venn*, le ton et les mélodies sont devenus bien plus mélancoliques, sombres, intrigantes, soignées comme on en a l'habitude, mais toujours teintés d'électro, au service de la voix de Guy Connelly, qui monte toujours plus haut. Cinq ans après *Ways To Forget*, Clock Opera se présente au Guddu Wëllen avec son nouveau claviériste Nic Nell, qui a pris la relève de Dan Armstrong, pour un concert qui s'annonce envoûtant.

Le mardi 04 avril 2017  
De Guddu Wëllen  
→ [www.deguddewellen.lu](http://www.deguddewellen.lu)

Concert



## JULIEN DORÉ

Trois ans après son passage à la Philharmonie, Julien Doré revient au Luxembourg présenter son quatrième et nouvel album *&*, « un album cocon, solaire, humain, bardé de son écriture unique, entière et poétique » qui exprime son besoin de renouer avec lui-même & les autres, avec la Nature & le Monde. Sur scène, le chanteur français dégage une classe folle tout en se voulant particulièrement proche de son public, qu'il charme autant qu'il fait rire. Immanquable !

Le mercredi 05 avril 2017  
Rockhal (Belval)  
→ [www.rockhal.lu](http://www.rockhal.lu)

# Festival

CASINO 2000#  
SAVEURS & LEGENDES  
25 > 27 MAI 2017

JEUDI 25 MAI

ALANIS MORISSETTE - THE GUARDIANS  
SCORPIONS - SCORPION  
GUNS N'ROSES - HOLY ADDICTION  
AEROSMITH - MAMA KIN  
JIMI HENDRIX - VODOO WILD  
THE CURE - THE OBSCURE

VENDREDI 26 MAI

★ DSL - DIRE STRAITS LEGACY  
CAT STEVENS - ED STEVENS  
DANIEL BALAVOINE - CLIN D'OEIL A BALAVOINE  
STING - OLIVE ENSCENE  
MADONNA - VOGUE  
THE BEATLES - THE MENLOVE

SAMEDI 27 MAI

★ IMAGINATION - FEAT. LEE JOHN  
FRANCE GALL - HONG KONG STARS  
ZAZ - CYNTHIA BRIGANTI  
SIMPLE MINDS - WATERFRONT  
QUEEN - BOHEMIAN DUST  
ROBBIE WILLIAMS - SUPREME RW  
COLDPLAY - GOLDRUSH

1 PASS  
JOUR  
19€pers.



casino2000.lu • ticketmaster.fr  
ticket-regional.lu • fnac.com

CASINO  
2000

MONDORY - LES HAIES  
LUXEMBOURG

CONCEPTION & ORGANISATION

RESERVE AUX PERSONNES MAJEURES



# tendance

new  
date

new seasons ahead.


## be first.

24 – 27.6.2017

A partir de 2017, les nouveautés internationales dans les segments de l'habitat et des cadeaux pour les saisons automne / hiver et printemps / été fêtent leur première présentation dès le mois de juin.

Des informations complémentaires sur le site Internet:  
[tendance.messefrankfurt.com](http://tendance.messefrankfurt.com)

info@messefrankfurt.be  
Tél. +32 (0) 2 880 95 88

 messe frankfurt

Théâtre



## MOULINS À PAROLES

Cette pièce d'Alan Bennett mise en scène pour le TOL par Jérôme Varanfrain nous plonge dans trois récits cyniques et percutants, où se croise l'humour, le drame et la tendresse. L'une des trois femmes dont on partage le quotidien ne cesse ainsi de rédiger des lettres pour se plaindre d'avoir trouvé un cheveu dans une saucisse achetée au supermarché, quand la première boit sous le regard moralisateur de son mari, pasteur anglican, et que la troisième n'a en tête que les petits conflits qu'elle vit à son bureau alors que la maladie gagne du terrain...

Les 6, 7, 13, 14, 21, 22, 26, 27, 28 avril,  
et les 4, 5, 6, 11 et 12 mai

Théâtre ouvert de Luxembourg (Luxembourg)

→ [www.tol.lu](http://www.tol.lu)

Théâtre



## VU DU PONT

On se réjouit du retour d'Ivo van Hove au Grand Théâtre qui, après *La Répétition*, *Persona* et *Antigone*, nous présente *Vu du Pont*, une tragédie dans le milieu des émigrés, des dockers italiens, dans le New York des années 1950, avec notamment Charles Berling et Caroline Proust. Une pièce dont le sujet est très contemporain, à l'heure où nombreux sont ceux à être condamnés à l'exil, tenaillés entre le rêve d'un retour dans leur pays d'origine et celui d'intégrer la patrie d'accueil. En France, la pièce, qui mêle amour, jalousie, colère et vengeance, a été unanimement saluée.

Les 27, 28 et 29 avril 2017  
Grand Théâtre (Luxembourg)

→ [www.theatres.lu](http://www.theatres.lu)

Théâtre



## DE SCHEINE MÄNNCHEN

Avec cette farce, Guy Rewenig se joue des habitudes de la vie et des stéréotypes de genre. D'un jour à l'autre, tout a changé : deux femmes et un homme, qui ont jusqu'alors confortablement cohabité dans leur smart home, sont contraints de se réorganiser afin de ne pas sombrer. Ils se confrontent, se lancent des reproches, se font la guerre, essaient de gérer les problèmes, se lamentent ou crient leur rage. Qui gagnera ? L'homme narcissique et égoïste ? Ou les deux femmes pragmatiques qui cherchent avant tout à trouver une solution pour survivre à cette catastrophe ?

Le 28 avril 2017  
Centre des arts pluriels (Ettelbruck)

→ [www.cape.lu](http://www.cape.lu)



# Schéin Ouschteren

Les **Chocolats du Cœur**  
célèbrent **Pâques** avec  
des créations originales  
et gourmandes !

Chocolats du ♥

ŒUFS · DAMIER DE PÂQUES · BOÎTES ARTISANALES...



MONTAGE « MOUTON » · TABLETTE · LAPINS DE PÂQUES...

Les fêtes de Pâques arrivent à grands pas !

Les Chocolats du Cœur vous ont concocté  
des douceurs chocolatées qui feront  
fondre de plaisir petits et grands.

A découvrir sans plus attendre !

Tous nos chocolats de Pâques sont aussi  
disponibles dans notre Bar à chocolat.



Labellisé Fairtrade Zone, ce Bar à Chocolat  
est un lieu de rendez-vous incontournable  
de Walferdange.

Ouvert du mardi au jeudi de 10h30 à 18h30,  
le vendredi de 10h00 à 18h30,  
le samedi de 10h00 à 17h30. Parking gratuit.

50, route de Diekirch · L-7220 Walferdange  
Tél. : 26 33 07 71 · Email : bar@chocolatsducoeur.lu

**[www.chocolatsducoeur.lu](http://www.chocolatsducoeur.lu)**

# ca(fé)sino

Une saison riche en nouveautés



Brunch  
samedi  
& dimanche

**Nouvelle saison, nouvelle carte  
et nouvelle formule!**

**Lunch en trois formules**, selon l'appétit  
et la gourmandise.

Ajout à la carte d'une belle **sélection  
de desserts et autres pâtisseries maison.**

**Jeudi Gastronomie** pour un dîner  
en tête à tête ou pour une tablée  
conviviale entre amis...

ca(fé)sino

41 Rue Notre Dame, L-2240 Luxembourg

Tél. : +352 26 27 02 79

[cafesino@casino-luxembourg.lu](mailto:cafesino@casino-luxembourg.lu)

[www.cafesino.lu](http://www.cafesino.lu)

Spectacle



## DIVORCE, MODE D'EMPLOI

Vous êtes marié, en couple, divorcé, futur divorcé, avec ou sans enfant ? L'étoile montante de l'humour belge Sofia Syko vous livre au Showtime Resto Comedy Club d'Esch-sur-Alzette un véritable mode d'emploi du divorce dans ce one-woman-show qui vous parlera quoiqu'il arrive. Tantôt sarcastique, tantôt ironique, parfois piquante, mais jamais méchante, l'humoriste sait mettre le doigt là où ça fait rire.

Le 29 avril 2017  
Showtime Resto Comedy Club  
→ [www.showtime.lu](http://www.showtime.lu)

Spectacle



## COMEDY CLUB LUXEMBOURG

Le spectacle d'Ahmed Sylla en décembre dernier au Casino 2000 avait cartonné, c'est au tour maintenant du Comedy Club Luxembourg d'entrer en scène pour nous faire rire ! Redouane Harjane, Tony Saint Laurent, Houria les yeux verts, Charly Nyobe et Wesley Weigel nous préparent ainsi un spectacle unique où le stand-up côtoie le sketch, avec un regard amusé sur le monde par des personnages hauts en couleurs !

Le 30 avril 2017  
Casino 2000 (Mondorf-les-bains)  
→ [www.casino2000.lu](http://www.casino2000.lu)

Sport Spectacle



## ROLLER DERBY

Du sport, du rock, de l'agressivité et des looks décalés : les matchs de Roller Derby sont des spectacles à ne pas manquer ! L'enceinte mythique de la Rockhal accueille ainsi deux rencontres qui s'annoncent chaudes entre les Grandes Duchesses du Luxembourg et le Reaper's Crew (la ligue d'Epinal), et la team Rock'Est Roller Derby (France) et les Belges de The Mons'ter Munch Derby Dudes. Devant leur public et dans une ambiance 90's animée par les Djs Ralitt et Isaac Daugny, les Grandes Duchesses comptent bien décrocher leur seconde victoire à domicile. Alors toutes à la Rockhal !

Le 30 avril 2017  
Rockhal  
→ [www.rockhal.lu](http://www.rockhal.lu)





**SOS  
VILLAGES D'ENFANTS  
MONDE**

Sous le Haut Patronage de S.A.R. la Grande-Duchesse

### À propos de SOS Villages d'Enfants Monde

L'association luxembourgeoise SOS Villages d'Enfants Monde soutient la construction de Villages d'Enfants SOS et met en place des programmes de renforcement des familles, des programmes éducatifs et de santé ainsi que des programmes d'aide d'urgence. Offrez un avenir meilleur aux enfants dans l'un des 134 pays où nous sommes actifs.

**Soutenez notre action sur [www.sosve.lu](http://www.sosve.lu)  
ou au 490-430**

**Avec le généreux soutien de CBP QUILVEST**



### DES ÉTOILÉS DANS UN BOCAL



**Entrée, plat, dessert  
réalisés par des chefs étoilés**

**A déguster sur place ou à emporter  
pour les jours où l'envie de cuisiner fait défaut**

**Boco c'est aussi :**

- un espace apéro avec une belle sélection de vins
- un service traiteur
- livraison à domicile ou au bureau

**Boco**

**45 avenue Kennedy  
Galerie du cinéma Kirchberg  
Luxembourg**

**Tél.: 26 43 00 43**

**[www.boco-lu.com](http://www.boco-lu.com) | **



# Cheveux

## L'ART ET LA MATIÈRE

PAROLE DE COIFFEUSE: «VOUS POUVEZ AVOIR LES SOULIERS LES PLUS JOLIS ET/OU LES PLUS CHERS DU MONDE AUX PIEDS, SI VOS CHEVEUX SONT MOCHES, C'EST EUX QUE L'ON VERRA.» CQFD. ATOUT FÉMININ PAR EXCELLENCE, GAGE DE GLAMOUR ET OBJET DE SÉDUCTION MASSIVE, NOTRE CHEVELURE EN DIT LONG SUR NOUS ET CONTRIBUE CLAIREMENT À FAÇONNER NOTRE STYLE. MAIS POINT DE BELLE CRINIÈRE SANS UNE BELLE MATIÈRE, SAINE ET SOIGNÉE, NI SANS UN BON COUP DE CISEAU. ET SI L'ON OUBLIAIT LES FIORITURES POUR SE CONCENTRER SUR L'ESSENTIEL? UN BON SHAMPOING ET UN JOLI COUP DE CISEAU, ÇA CHANGE TOUT. LA PREUVE.

SARAH BRAUN



©Kerastase

## L'ÉTAPE SHAMPOING: LE B.A.BA

Parce qu'on le fait régulièrement, le shampoing est un acte que l'on aurait tendance à bâcler. Vite fait, trop vite rincé. Dose de cheval alors que l'on a les cheveux courts, quand on ne pique pas le flacon de Jules ou des enfants quand on a oublié de faire un saut au supermarché en rentrant... Qu'on se le dise, le lavage des cheveux est trop souvent négligé. Or, le shampoing est pourtant bel et bien le premier pas pour avoir une belle matière.

### → Une formule adaptée

Exit les 17 flacons qui s'ennuient sur le bord de la baignoire, on va commencer par choisir le bon produit, adapté à notre nature de cheveux. À l'aide de son coiffeur, on détermine leur nature, et surtout celle de son cuir chevelu. Et on s'y tient ! Sec, gras, sensible. En cas de problèmes spécifiques – pellicules, chute de cheveux... – on choisit un produit spécialement dédié que l'on utilisera en alternance avec un produit adapté à sa nature.

### → Les silicones : meilleurs ennemis ?

Stars des formules durant les dernières décennies, les silicones sont désormais persona non grata. S'il est vrai qu'ils assurent un cheveu gainé, lisse et brillant, à terme, ils l'étouffent et plombent les longueurs qui deviennent ternes, surtout si le cheveu est fin. Comment repérer les silicones dans votre shampoing ? Un petit coup d'œil sur la composition vous permettra d'y voir plus clair. Tous les noms se terminant par «-xane», «-ane», «-thicone» ou «-thiconol» sont des silicones, et plus ils sont placés en début de liste, plus ils sont présents en grande quantité dans le produit. L'alternative ? Les silicones végétaux (issus notamment de l'algue rouge) ou ceux miscibles à l'eau qui s'éliminent plus facilement au rinçage.

### → Conservateurs et autres parabens : à fuir

Afin d'assurer la stabilité et la longévité des produits, les laboratoires ont eu tendance à avoir la main un peu lourde sur les conservateurs et autres agents chimiques, aujourd'hui au cœur d'une polémique très vive. En effet, de très nombreuses études ont démontré que ces produits étaient très mauvais pour la santé : carcinogènes, perturbateurs endocriniens, responsables d'une baisse de la fertilité, allergènes, potentiellement toxiques pour le foie... Qui plus est, lorsque l'on souffre d'un terrain sensible aux allergies, ces produits peuvent se révéler carrément insupportables. Là encore, un petit coup d'œil à la composition se révélera nécessaire pour s'orienter vers des formules plus *safe* : si parabènes, triclosan, phenoxyethanols et methylisothiazolinone sont présents en grande quantité, on fuit !

### → Protocole ad hoc

Une fois la formule parfaite choisie, le shampoing doit s'effectuer dans les règles de l'art pour être efficace et doux. En effet, il ne faut pas oublier qu'il est composé en majeure partie d'agents tensio-actifs, potentiellement irritants, qui peuvent également dessécher la fibre. On l'utilise donc avec parcimonie. La bonne dose ? Une noisette si l'on a les cheveux courts ; une noix pour les cheveux longs. Contrairement aux idées reçues, on l'applique non pas sur le devant de la tête, mais à l'arrière. Puis, on masse délicatement le cuir chevelu (c'est lui qu'il importe de laver plus que les longueurs), en émulsionnant le produit avec un peu d'eau. Du bout des doigts, on effectue de petites rotations, qui vont permettre de stimuler la circulation sanguine, et bien oxygéner la fibre. Pour allier l'utile à l'agréable, on peut faire durer ce massage durant quelques minutes. Puis l'on procède au rinçage, une étape cruciale

pour avoir des cheveux brillants et dotés d'un beau volume. On soulève chaque mèche pour bien éliminer le moindre résidu. On termine par un jet d'eau froide qui, en resserrant les écailles, va assurer la brillance de la fibre. L'indice qui révèle que les cheveux sont propres et bien rincés ? Ils doivent crisser sous vos doigts. Luxe ultime, on peut – de temps en temps – s'offrir le plaisir de rincer ses longueurs à l'eau minérale, qui va contribuer à les rendre encore plus brillantes.

### → La bonne fréquence ?

Plusieurs écoles s'affrontent. Quand certains hurlent au massacre en entendant parler de shampoing quotidien, d'autres sont moins radicaux. Finalement, difficile d'apporter une réponse figée, et le mieux, c'est encore de les laver lorsqu'ils sont sales ! Deux shampoings hebdomadaires seraient suffisants. Les citadines peuvent quant à elles augmenter la fréquence, car la pollution présente en plus l'inconvénient de faire graisser le cuir chevelu plus rapidement. Quant au conditionner – toujours choisi en adéquation avec sa nature de cheveu – il peut suivre chaque shampoing, à condition d'opter pour une formule légère. Les soins plus riches et profonds, comme les masques et autres applications d'huile avant le shampoing, peuvent d'effectuer une fois par semaine.

## NO POO ?

Face aux différentes polémiques qui ont agité le secteur cosmétique depuis quelques années, certaines femmes ont fait le choix d'arrêter de se laver les cheveux et assurent qu'elles ont gagné au change une matière plus belle, plus saine et plus brillante. Vraiment ? Contrairement à ce que l'on croit, le no poo ne consiste pas à ne plus se laver du tout les cheveux, mais plutôt de bannir les produits lavants classiques que l'on trouve dans le commerce. Afin de nettoyer tout de même le cuir chevelu,

on rince régulièrement ses longueurs à l'eau claire. Et quand celles-ci se sont vraiment trop sales, on peut y appliquer un peu de bicarbonate, sans en abuser car celui-ci peut se révéler irritant pour le cuir chevelu. De cette tendance -un peu rude, il faut oser, confessons-le- de nombreux produits estampillés « low poo » ont ainsi vu le jour. Bien moins dosés qu'un shampoing lambda en tensio actifs, sans sulfates, silicones et autres parabens, ils promettent de nettoyer la fibre en douceur.

### BIO OR NOT BIO ?

Base lavante extrêmement douce, recours aux huiles essentielles et dépourvus de tout produit chimique et autres perturbateurs endocriniens, les shampoings bio auraient pu se frayer une belle place sur le marché des cosmétiques. Malheureusement, ils en ont découragé plus d'une car ils ont tendance à dessécher les longueurs dans un premier temps (le contre effet kiss-cool des formules ultra siliconées que l'on avait l'habitude d'utiliser), et peuvent laisser la crinière rêche et emmêlée. La petite astuce: on peut les réserver à un usage « détox », en cure, ou bien une fois sur deux (voire une application hebdomadaire) pour débarrasser les longueurs en profondeurs de tous les résidus, a fortiori si l'on utilise de nombreux produits coiffants.

### L'ART DU BROSSAGE

Un bon brossage contribue à répartir le sébum (qui protège la fibre des agressions extérieures et de la pollution) et à rendre vos cheveux plus doux, lisses et brillants. Il permet également d'oxygéner le cuir chevelu en stimulant la circulation sanguine. Là encore, à chaque nature capillaire son outil, en évitant toujours les picots en métal qui sont bien trop agressifs, quelle que soit la nature des cheveux.

**Cheveux bouclés, voire afro:** on oublie la brosse au profit d'un peigne à larges dents, qui va permettre de les démêler sans 'casser' les boucles. Les brosses à picots comme la désormais iconique Tangle Tazzer sont une bonne alternative sur cheveux mouillés car elles démêlent sans tirer les cheveux et permettent donc de limiter la casse.

**Cheveux épais:** on mise sur une brosse large, de forme carrée et pourvue de picots qui vont permettre de bien les démêler tout en les lissant.

**Cheveux fins:** on privilégie les brosses en poils de sanglier qui respectent leur fibre, plus fragile.



©L'Oréal professionnel



# Un printemps brillant

L'OBSSESSION DE LA SAISON? UN CHEVEU ÉBLOUISSANT DE BEAUTÉ ET DE NATUREL. QUE CE SOIT POUR LA COULEUR OU LES SOINS, LES EXPERTS DESSANGE S'APPRÊTENT À VOUS FAIRE VIVRE UNE EXPÉRIENCE SENSORIELLE UNIQUE, EN VOUS PROPOSANT UNE TOUTE NOUVELLE APPROCHE DU SOIN ET DE LA COULEUR.

## PLEINS FEUX SUR LA COULEUR

Oubliez tout ce que vous savez en matière de coloration. Plus féminine et glamour que jamais, la nouvelle collection Dessange a été puiser dans le meilleur de la nature pour vous offrir une gamme alliant technicité, soin, douceur et naturel. Lumière !

### So Pure Color

Formulée sans ammoniac ni parabens, la gamme *So Pure Color* colore tout en préservant la fibre et en la nourrissant, grâce à un complexe unique enrichi en phytokératine et en extraits de plantes organiques certifiées. Composée de plus de 50 nuances profondes et riches, inspirées par la nature, *So Pure Color* apportera un résultat tout en subtilité et une matière saine, pour une couleur aux reflets chatoyants, qui irradie de lumière.

### Balayage Minéral

Dernière innovation en provenance des États-Unis, le Balayage Minéral va insuffler un éclat et une douceur incroyables à la chevelure. Sa promesse ? Une couverture de 100% des cheveux blancs, et la possibilité d'éclaircir de trois à cinq tons, tout en préservant la qualité du cheveu et en lui apportant les éléments nutritifs nécessaire pour une fibre resplendissante et éclatante de santé. Pour parfaire l'expérience, sa formule unique est enrichie en huiles d'argan et de coco et en phytokératine, pour un plaisir décuplé.

## LE MEILLEUR DU SOIN

Les techniciens Dessange l'ont bien compris. Un cheveu sain, nourri et en parfaite santé est la condition sine qua non pour une belle matière, éclatante. C'est pourquoi le soin se décline à l'infini, ou presque. Que ce soit entre les mains des experts, ou chez vous, Dessange vous offre la crème de la crème.

### Phyto-Dess : la crème de la crème

Pour une matière sublime en toute sécurité, Dessange a allié son savoir-faire unique, son expertise de la coiffure aux plus belles richesses de la nature afin d'élaborer toute une gamme de shampoings et soins, qui vous permettront de prolonger l'expérience du soin, chez vous.

Au cœur de chacune des formules au parfum subtil, des huiles essentielles, des oligo-éléments, des extraits de minéraux et de pierres précieuses associées à des bases lavantes ultra délicates, qui respectent la fibre et la soignent pour en révéler toute la beauté et la brillance. Élaborée à partir d'ingrédients de la meilleure qualité – la majorité des actifs sont d'origine naturelle et toujours sélectionnés dans une démarche éco-responsable, via son programme Positive Sourcing – et garantie sans silicones, la gamme Phytodess s'affirme résolument comme la réponse sur mesure pour faire du shampoing le premier geste de beauté du cheveu.



# Tendances 2017 : ce qu'on va aimer



## ***Bye bye la frange***

On l'a aimée courte, longue, dans les yeux, rock et rebelle, voire façon mèche sur le côté. Autant d'histoires d'amour entre notre frange et nous, mais voici venue l'heure de lui faire nos adieux. Cette saison, on la laisse pousser au profit de la raie au milieu et front dégagé. Sur cheveux lisses ou wavy, avec une queue de cheval, la raie au milieu reprend le pouvoir et se prête à tous les exercices de style.



### ***Court toujours***

Si les longueurs exubérantes se sont faites repérer sur les catwalks, on aurait plutôt tendance à les raccourcir un peu à la ville. Plus de dynamisme et de chien que des longueurs maxi, un peu trop lourdes. Notre crush de la saison ? Le lob qui assure le meilleur compromis entre carré et ultra long. Anglicisme né de la fusion des termes « long » (long) et « bob » (carré) – le lob est un carré long, parfois plongeant, qui frôle les épaules. Intemporelle, cette nouvelle longueur a séduit de nombreuses stars, comme Olivia Palermo, Alexa Chung, ou plus récemment, Kendall Jenner et Selena Gomez. En 2017, on le porte coupé de façon rectiligne (exit le dégradé). La bonne nouvelle : que l'on ait les cheveux raides ou frisés, il se prête à toutes les natures de cheveux !

©Dessange



**LA BEAUTÉ EST EN CHACUNE DE VOUS,  
LAISSEZ LA RAYONNER!**



**Olaplex | Paul Mitchell | Alcina | Wella**


- Maquillage, conseils, mise en beauté
- Soins du visage sur mesure
- Chignons cérémonie et soirée

### **Découvrez notre Forfait Mariage**



31, rue Principale, L-5480 Wormeldange

Tél. : 26 74 74 75

[www.hairdreams-by-mh.lu](http://www.hairdreams-by-mh.lu) | 

**Du lundi au jeudi de 9h à 18h,  
le vendredi de 9h à 20h et le samedi de 8h à 18h.**





### ***Back to wild***

Les cheveux lisses et raides?  
So 2000.

Les boucles signent leur grand retour cette saison et nos longueurs martyrisées par des décennies de lisseur nous disent merci! Libérées, délivrées, nos longueurs vont retrouver leur état sauvage. Attention tout de même à l'effet mousse, un peu trop wild. On pense aux mousses coiffantes pour texturiser les boucles. On aime aussi beaucoup le carré frangé bouclé wavy, petite réminiscence des eighties ou d'Olivia Newton-John dans *Grease*.

© L'Oréal professionnel

# Concours

JOUEZ AVEC FEMMES MAGAZINE  
ET FIRE AND HEALTH ET GAGNEZ  
UN ABONNEMENT MENSUEL D'UNE VALEUR DE 75€



## Studio Health

• Body Pump • CxWorx • Body Jam • Body Balance • Kangoo  
Power • Pound Fitness • Zumba Fitness • Zumba Kids • Fit Kids

POUR JOUER, IL SUFFIT DE RÉPONDRE  
À LA QUESTION SUIVANTE:  
QUEL EST LE SLOGAN DE LA SOCIÉTÉ?

*Tentez votre chance,  
il y en a 20 à gagner!*

ENVOYEZ VOS NOM, PRÉNOM,  
NUMERO DE PORTABLE ET LA RÉPONSE  
PAR MAIL AVANT LE 30 AVRIL 2017 À:  
CONCOURS@FEMMESMAGAZINE.LU

En participant, vous acceptez de recevoir la Newsletter de Femmes Magazine.

# LISSAGE AU TANIN 100 % ORGANIQUE

La plus grande révolution dans le monde  
du lissage. Sans formol, ni dérivés,  
à base de tanin. Pour des cheveux,  
lisses, brillants et réparés.  
Enzymotherapy\*, exclusivement chez  
Ferber hair & style. Devis gratuit

F  
FERBER  
hair & style

BASCHARAGE | CACTUS BASCHARAGE  
CACTUS MERSCH | CORA FOETZ | CC BELLE ETOILE  
BONNEVOIE | CENTRE ESPACE BEGGEN  
LIMPERTSBERG | WALFER SHOPPING CENTER  
CACTUS REDANGE | DUDELANGE (nouveau)

RDV en ligne  
[www.ferber.lu](http://www.ferber.lu)

f @ferberlux





### ***Pony tail forever***

Les tresses (enfin) aux oubliettes? Cette saison, c'est la queue de cheval qui va occuper la première place dans le top trois de nos coiffures préférées.

Haute - la touche sporty chic - ou basse - plus BCBG -, on l'aime parce qu'elle dégage subtilement la nuque et les épaules pour un sexy tout en douceur.

On aimera aussi camoufler l'élastique en l'entourant d'une mèche de cheveux.

Une variante: la demi-queue (alternative au half-bun) aura encore droit de cité en 2017.

On aime son petit côté « je viens de me lever, j'ai attaché mes cheveux n'importe comment », dans un esprit parisien un peu rock. Et parfaite pour les affreux *bad hair days*.



# Shopping : la crème de la crème

PASSAGE SOUS LE CASQUE DES PRODUITS QUI NOUS ONT TAPÉS DANS L'ŒIL

**Plus de matière:** Formulé à base de caya blanc bio, une plante du Burkina Fasso (issue du commerce équitable) sélectionnée pour son action sur la pousse des cheveux, ce shampoing densifiant promet 5000 cheveux en deux mois (associé au spray de la même gamme). À court terme, on est bluffée par son effet wouaouh, car ce nettoyant dope vraiment la crinière.



→ **Shampoing Fortifiant Densiphyl**  
**Phytodess, Dessange.**

**98% naturel:** La marque professionnelle Kérastase révolutionne le nettoyage sans sulfate du cheveu. Formulé à base d'huile de coco, choisi pour ses propriétés moussantes douces, et enrichi en huile d'Argan (tous deux issus du commerce équitable), il élimine les impuretés en respectant la fibre, pour des cheveux légers comme l'air.



→ **Bain Micellaire Aura Botanica,**  
**Kerastase.**

**Botanique:** On aime la composition garantie sans parabène ni sulfates ni silicones de ce shampoing à tout petit prix. Au cœur de la formule, le géranium, et ses propriétés anti-oxydantes, associé à un complexe botanique de coco et d'huile de soja pour nettoyer en douceur le cheveu coloré en douceur et raviver son éclat.



→ **Botanicals Fresh Care Geranium,**  
**L'Oréal Paris.**

**Beauty crush:** Après avoir affolé toute la beauty sphère US, la marque de la coiffeuse star Jen Atkins OUAÏ s'attaque à notre tignasse. Packaging épuré, senteurs florales et produits faciles à vivre, la gamme est destinée aux beautystas ultra pressées. Coup de cœur pour le shampoing Smooth, doté du complexe technologique Smart unique qui dompte les frisottis, protège la couleur et lave les cheveux tout en régénérant leur hydratation, pour un résultat d'une extrême douceur.



→ **Shampoing Smooth, OUAÏ**  
**(en exclusivité chez Sephora)**

**Sur mesure:** On l'ignore mais choisir un produit adapté à la structure de son cheveu est fondamental pour optimiser le soin. Fort de ce constat, Nivea Hairmilk propose un nouveau rituel de soins régénérants. Chaque formule, enrichie en protéines de lait et Eucérit®, se caractérise par un dosage précis et adapté, selon que les cheveux sont fins, normaux ou épais. Visionnaire.



→ **Hairmilk Shampoing Régénérant**  
**Nivea**

**100% bio:** Sans sulfates, 99% d'ingrédients naturels, dont 19% issus de l'Agriculture biologique (certifié Ecocert), un 20/20 pour ce shampoing, qui associe l'huile essentielle de pamplemousse et le miel toutes fleurs aux propriétés nourrissantes pour nettoyer vos cheveux en douceur. Un bon point supplémentaire pour l'odeur délicieuse.



→ **Shampoing Lavages Fréquents**  
**Pamplemousse & Miel, Melvita**



## Huile de Jasmin Chanel

INSPIRÉE PAR UNE HUILE IMAGINÉE PAR COCO CHANEL EN 1927, L'HUILE DE JASMIN CONTIENT UN EXTRAIT DE JASMIN, CULTIVÉ À GRASSE EN EXCLUSIVITÉ POUR CHANEL. HYDRATANTE, NOURRISSANTE, FORTIFIANTE ET REVITALISANTE, L'HUILE DE JASMIN PROTÈGE LA PEAU, LUI APPORTE CONFORT ET SOUPLESSE, POUR UN VISAGE PLUS LISSE ET PLUS ÉCLATANT. ASSOCIÉE À UN PROTOCOLE AD HOC, ELLE SE RÉVÈLE COMME UNE INVITATION AU BIEN-ÊTRE. VERDICT ?

Disponible uniquement sur : [www.chanel.com](http://www.chanel.com)



**Julie Bènière**



Incontestablement son odeur ! L'odeur de jasmin est légère et élégante, juste parfaite. J'ai utilisé l'huile en soin le soir parfois avec ma crème de nuit, parfois sans ! La notice propose de faire un automassage hyper relaxant lors de l'application ! J'en suis devenue accro. Coup de cœur pour le flacon sobre mais tellement chic.



RAS.



**Marine Lambert**



Une huile parfaite pour l'hydratation de la peau. Et seulement quelques gouttes suffisent ! Cette huile m'a conquise, facile à appliquer à l'aide d'un petit massage circulaire, elle pénètre très facilement et surtout ne rend pas la peau grasse. Ma peau est plus douce et ne tiraille pas.



Un peu moins attirée par le parfum du jasmin qui reste néanmoins très discret.



**Julie Wenkin**



Totalement séduite ! Au départ assez septique, je craignais que l'huile ne rende la peau grasse. Mais il n'en n'est rien, elle pénètre très facilement d'un léger massage du bout des doigts et laisse ma peau douce et soyeuse. J'adore le parfum de Jasmin qui me rappelle la Tunisie. Un vrai moment de détente et d'évasion.



Seul petit bémol : J'aurais préféré un flacon-pompe au lieu de ce bouchon dévissable, certes très chic, mais pas pratique à refermer.



**Maria Pietrangeli**



J'ai adoré. Tous les soirs, l'application de cette huile est devenue un véritable rituel. On l'applique sur différentes parties du visage, puis on chauffe le reste du produit au creux de la main pour une application par massage, agrémenté de discrètes effluves de Jasmin, un pur bonheur. Le lendemain, la peau a littéralement absorbé cette huile et se révèle lisse et soyeuse, ultra douce, hydratée avec l'impression que les ridules ont disparu.



Le seul petit bémol de ce produit, à mon avis est le système d'ouverture du flacon que j'aurais préféré en spray.



**Alexandrine Florian**



Cette huile est juste parfaite ! Un flacon digne de la prestigieuse enseigne Chanel avec un protocole facile d'utilisation. L'huile pénètre rapidement sans laisser de film gras. Elle s'utilise parfaitement le soir afin de laisser au réveil une peau hydratée et détendue. Je la recommande pour tous les types de peaux sans aucuns soucis.



Rien à dire. Je l'ai d'ores et déjà adoptée...



**Julie Mallinger**



J'ai été totalement séduite par l'Huile de Jasmin et vous la recommande vivement ! Elle tient toutes ses promesses ! Je l'ai utilisée le soir, après avoir effectué le rituel de massage conseillé par Chanel et, au réveil, ma peau était totalement hydratée et mon teint était radieux (ce qui n'était pas gagné avec un bébé !). J'adore son odeur subtile et agréable et ne donne pas cette sensation de peau grasse.



RAS, si vous n'aviez pas compris, j'ai adoré !

# MARIA GALLAND

## PARIS

# OUI A UNE VIE ECLATANTE

LUMIN'ÉCLAT, c'est un programme sur mesure pour un style de vie mouvementé, afin que la peau puisse garder son éclat. Grâce à 50 ans d'expertise professionnelle Maria Galland Paris offre une méthode de soin de beauté ultra personnalisée avec des soins et ingrédients innovants et des conseils lifestyle professionnels. Renouvelez l'éclat de votre peau fatiguée avec 60 minutes de relaxation pure et un cocktail anti-âge de phyto-actifs innovants. Découvrez dès maintenant !

## LUMIN'ÉCLAT

MÉTHODE DE SOIN ÉCLAT JEUNESSE

[www.lumineclat.com](http://www.lumineclat.com)



Trouvez l'institut le plus proche de chez vous sur  
[www.maria-galland.lu](http://www.maria-galland.lu)

*Oui, c'est moi.*

BETTEMBOURG | Institut de Beauté Française • 00352 51 86 90 | CAPELLEN-LUX | Spa Beauté Marian Miguelez • 00352 30 99 85 • [mmiguelez@pt.lu](mailto:mmiguelez@pt.lu) |

CITY CONCORDE BERTRANGE | Institut de Beauté Française Clément • 00352 45 20 47 • [clementf@pt.lu](mailto:clementf@pt.lu) | ETTTELBRUCK | Beauty Lounge by Ana • 00352 27 03 33 70 |

TROISVIERGES | Institut de Beauté Alia-Eischen Pia • 00352 99 81 82 • [modainc@pt.lu](mailto:modainc@pt.lu) | WILTZ | Beauty Lounge by Ana • 00352 95 91 71 |





## Texture unique

Inspirée d'une recette traditionnelle balinaise, la Pâte de fleurs associe le pouvoir régénérant du beurre de mangue et de l'huile de fleurs de fruits de la passion aux acides doux des fleurs tropicales d'hibiscus, de gardénia, de lys blanc et de freesia. Elle nettoie le visage en douceur et procure un grand confort à la peau qui retrouve fraîcheur et éclat.

→ **Pâte de fleurs. Cinq mondes.**



## Mythique

Un nom évocateur d'un savoir-faire séculaire, un flacon iconique, une composition troublante. Un parfum qui allie la tradition du savoir-faire artisanal de qualité et l'expertise du parfumeur avec les valeurs, les principes et les aspirations d'une féminité moderne.

→ **Mon Guerlain. Guerlain.**



## Brume magique

La particularité de cette brume réside dans sa forte teneur en ingrédients d'origine naturelle, une eau végétale à base de six extraits botaniques. Résultat, un nuage de micro gouttes superactives fusionnent avec la peau pour former un bouclier de protection. Dès la première application, la peau semble apaisée, hydratée, matifiée, lumineuse avec en prime un make-up qui tient jusqu'au bout de la nuit.

→ **Ma Vap' Bien Aimée. Garancia.**



## For Him

Besoin d'un élan d'hydratation pour désaltérer une peau assoiffée ? Ce gel procure une vague d'hydratation extrême et rafraîchissante, gonflant les réserves hydriques de la peau de 179 % et les maintenant ensuite à 65 % pendant 24 heures.

→ **Maximum Hydrator Activated Water-Gel Concentrate For MenClinique.**



## Emotions pures

Inspiré de la complicité père-fils, ce parfum est à redécouvrir dans une nouvelle interprétation. La fragrance est plus texturée, plus vibrante grâce à deux nouveaux ingrédients : l'Akigalawood et la fève tonka qui s'ajoutent aux muscs blancs et feuilles de maté de la version originale.

→ **Chrome Pure. Azzaro.**



## Un vent de fraîcheur

Attendre avant de prendre sa douche en sortant du sport a un impact négatif sur la peau. Les agents exfoliants et les actifs énergisants de cette mousse douce et légère laissent la peau lisse et purifiée.

Elle peut ainsi respirer et reste constamment hydratée, un critère essentiel pour les femmes actives qui se douchent plus fréquemment.

→ **Skin Fitness. Biotherm.**



## Résultats visibles

Instantanément, la peau est plus lisse, son aspect est visiblement amélioré. Jour après jour, la peau s'affine, la peau est significativement raffermie.

Facile à utiliser, ce serum permet de s'habiller juste après son application.

→ **Sérum amincissant, raffermissant. Yves Rocher.**



## Hydratation maximale

Grâce à la micro-hydratation, ce soin a la particularité de se transformer dès son application sur la peau, avec laquelle il fusionne en un instant. D'abord frais et léger comme l'eau, le soin devient confortable comme une crème.

À chaque application, l'hydratation de la peau est continue pendant 24h avec un effet repulpant intense.

→ **Hydra Beauty. Chanel.**



## Coup d'éclat

Les cernes rebelles et marqués laissent le regard fatigué... Ce soin dispose d'une triple action. Il éclaircit la carnation, corrige les cernes rebelles et protège contre leur apparition.

→ **Mission perfection yeux. Clarins.**  
Photo G. Mocafico.

# Osez.lu

l'épilation laser  
by Carine Delvaux

## Faire du poil, une passion? Il fallait oser !

APRÈS PRÈS DE 15 ANNÉES PASSÉES À SILLONNER PLUS DE 60 INSTITUTS EN BELGIQUE AFIN DE DISPENSER SA PROPRE MÉTHODE D'ÉPILATION DÉFINITIVE AU LASER LIGHT SHEER, CARINE DELVAUX S'EST LANCÉ LE DÉFI D'IMPLANTER OSEZ AU LUXEMBOURG. SON BUT ? PERMETTRE AU GRAND-DUCHÉ DE DÉCOUVRIR SA PASSION. SA TECHNIQUE PROFESSIONNELLE, SON PROFESSIONNALISME ET, SURTOUT, SA BONNE HUMEUR.



A présent, Osez.lu est une société paramédicale reconnue et itinérante qui compte 40 instituts, trois infirmières et deux podologues formés à la méthode de Carine Delvaux, qui s'articule autour de trois critères essentiels, garants de l'obtention des résultats promis: la performance, l'expérience, la sécurité.

La technique Laser Light Sheer est très complexe et exige une très grande rigueur, ainsi qu'une formation pointue afin d'être utilisée dans des conditions optimales. Sans nul doute, certains voient en l'épilation définitive une technique lucrative. Mais attention aux mirages. Carine Delvaux tire la sonnette d'alarme: «Mesdames, il convient d'être très prudentes face aux sociétés qui utilisent l'appareil sans expérience et sans formation, les conséquences peuvent être graves pour la patiente. Malheureusement, ce type de pratique porte préjudice à notre profession bien sûr. Des dérives qui incitent le ministère de la Santé à vouloir réserver aux seuls médecins le droit de recourir au laser pour l'épilation définitive. Un projet de loi est d'ailleurs toujours en cours. C'est pourquoi, nous, les professionnels de l'épilation définitive, souhaitons vivement qu'une stricte réglementation soit mise en place, avec une charte de qualité et surtout une formation obligatoire et complète afin de garantir le travail des futurs praticiens. Nous souhaitons aussi, des contrôles plus sévères de manière à ce que nos patientes soient mieux informées et surtout rassurées afin de pouvoir choisir en toute connaissance et en toute confiance la méthode la plus adaptée au résultat souhaité, en fonction des différentes méthodes et types de machines utilisées.»

Pour Osez.lu, informer correctement ses patientes, et leur assurer de l'efficacité de la technique,



notamment grâce à une consultation et un essai gratuit réalisés sur différentes zones du corps, est une priorité. Les résultats sont bluffants dès le premier test! Il suffit d'essayer et la méthode Osez.lu sera adoptée.

Si depuis 25 ans, les spécialistes vantent les qualités de l'épilation Light Sheer Diode Desire, ce n'est pas un hasard. C'est actuellement la technologie la plus performante sur le marché. C'est pourquoi Carine Delvaux pratique sa passion avec autant de conviction. «Il est indispensable de répondre à trois critères pour obtenir les meilleurs résultats, à savoir une complète éradication du poil: le meilleur laser, un protocole rigoureux de traitement, respectant un schéma adapté à chaque problème, une excellente technicienne pour obtenir les résultats souhaités.»

Pour Carine Delvaux, administrateur de Osez.lu, la plus belle récompense réside dans les témoignages de ses patientes et patients, qui ont vu leur vie changer radicalement grâce à la performance de ses traitements et au professionnalisme de son équipe.

À présent, Carine Delvaux regarde vers l'avenir et souhaite ouvrir dans les prochains mois, en collaboration avec différents spécialistes, un centre paramédical destiné à résoudre les problèmes inesthétiques aux conséquences psychologiques parfois lourdes.



**Osez stop Mycoses**  
3 à 5 traitements/an  
pour des ongles  
en bonne santé!



Dr. Oswaldo Mazariegos-Solis

# La pédophilie

Avec la finalité d'avoir une idée de cette thématique extrêmement délicate, compliquée, confuse, étendue et méconnue, nous devons de commencer par évoquer ses origines, qui se compliquent avec l'énorme, mais actuellement indispensable divulgation de ladite pédophilie.

## Que signifie ce mot ?

Par principe, le même mot possède deux significations totalement opposées. En premier lieu, le terme « pédophilie » désignait l'amour ou l'attrait pour l'enfant, pour la période de la vie de l'être humain où la noblesse, la candeur, la naïveté, la spontanéité, la simplicité, la fragilité, la confiance, la pureté de l'esprit intègrent sa délicate personnalité. De nos jours, ce mot est employé pour évoquer les perversions sexuelles infligées aux enfants.

## Quelles sont ses origines ?

Ce mot vient du grec « pais » : enfant et « philia » : amour. Dans le sens étymologique, il signifie donc « amour pour les enfants ». Vu sous cet angle, cela permet de comprendre une identification positive et salutaire envers les enfants.

Françoise Dolto, psychanalyste, dans l'un de ses ouvrages, *Pour le droit des enfants*, a toujours protégé ceux-ci comme de précieux bijoux, avec le souci permanent d'entretenir un lien harmonieux avec eux. Stricto sensu, des personnes comme Françoise Dolto peuvent être considérées comme pédophilie pour l'amour – platonique – porté aux enfants.

Mais contrairement à ces personnes qui ont consacré leur vie à défendre les droits des enfants, nous sommes aujourd'hui face à un tout autre type de pédophiles, c'est-à-dire des pervers sexuels qui font du mal, aux enfants. Citons en Belgique le cas bien connu de Marc Dutroux.

## La pédophilie est-elle un nouveau mal du siècle ?

Hélas non. On trouve des traces de ces pratiques à des degrés divers, tout au long de l'Histoire. Cette perversion sexuelle est

malheureusement connue depuis plusieurs siècles.

Au musée Ashmolean d'Oxford, il y a une céramique grecque du V<sup>e</sup> siècle av J.C représentant Erasme et Eromène – dont le sujet est la pédophilie.

## Cette affreuse maladie a-t-elle toujours été perçue comme telle ?

Malheureusement non. Dans les années 70, nous avons décelé quelques mouvements et réseaux de militantisme pro-pédophilique. Des personnes notables de cette époque (voir le journal *Le Monde* du 26 janvier 1977) ont alors pris la défense de trois individus condamnés pour attentat à la pudeur. Parmi eux, on peut citer Louis Aragon, Francis Ponge, Bernard Kouchner ou encore Jacques Lang. Sans oublier Simone de Beauvoir et Jean-Paul Sartre. Ce temps est heureusement révolu. Dans les années 80, la pédophilie continue à être divulguée et banalisée. Dans l'émission télévisée *Apostrophe* de Bernard Pivot en 1982, Daniel Cohn-Bendit s'en flattait allègrement.

## Que faire contre cette malédiction sexuelle et sociologique ?

La prévention est la base de toute pratique, en informant surtout les enfants. Il faut libérer la parole.

## Quel est le profil des pédophiles ?

Un pervers peut être un psychopathe ou un déficient intellectuel immature, qui ne possède pas les capacités pour réfléchir, analyser ou comprendre. La prise d'alcool ou de drogues peut déclencher le passage à l'acte. La majorité des pédophiles sont des hommes. Chez les femmes, la pédophilie est plus méconnue car plus discrète. 30% des pédophiles ont subi eux-mêmes des agressions sexuelles dans leur enfance.

## Que faire avec les victimes ?

Il est indispensable d'entamer une psychothérapie une psychanalyse, une hypnothérapie, car les enfants qui ont été exposés à ce type d'agression seront marqués à vie.



## IT'S BEAUTY

QUELLE EST LA BEAUTY OBSESSION D'ANOUK, CARMEN, EMILIE ET JULIE ?  
LES JOLIES BLOGUEUSES VOUS CONFIENT LEURS TIPS!



Anouk Kalenes



» Depuis que le soleil est revenu, je n'arrive pas me séparer du Vernis longue tenue 524 Turban de Chanel. Ce vernis embellisseur et protecteur est super facile à appliquer et tient longtemps, même sans top coat.

[www.luxessed.com](http://www.luxessed.com) |   



Carmen Baustert



» Il y a quelques années, la tendance était au rouge. Cette saison, les nude ou grises signent leur grand retour, de même que l'effet mat. Et moi, j'adore combiner les deux!

[www.clothesandcamera.com](http://www.clothesandcamera.com) |   



Emilie Hagle



» Coup de cœur cette saison pour le Top Coat Black Metamorphosis Chanel. Il est teinté et rehausse n'importe quelle couleur de vernis. Une vraie métamorphose qui permet de créer soi-même sa propre couleur. Plus on applique de couches et plus on intensifie la couleur.

Ludique et super original!

[www.mylittlefashiondiary.com](http://www.mylittlefashiondiary.com) |   



Julie Louve



» Pour mes mains, deux essentiels : le baume mains intense karité L'Occitane pour le soin, et le vernis wicked Essie, chic quelle que soit la saison.

[www.thelouvestory.com](http://www.thelouvestory.com) |   

# Le poke bowl, LA NOUVELLE TENDANCE HEALTHY

OUI, VOUS AVEZ BIEN LU POKE BOWL, ET NON «POKÉ-BALL», ET NON, CET ARTICLE N'A PAS DE RAPPORT AVEC LES POKÉMON... MAIS BEL ET BIEN AVEC UNE NOUVELLE TENDANCE HEALTHY TOUTE DROITE VENUE D'HAWAÏ, QUI S'EXPORTE DANS LE MONDE ENTIER ET INONDE LES RÉSEAUX SOCIAUX.

LISA BEYS



## UNE NOUVELLE TENDANCE

Après l'engouement rencontré par les smoothies et le juicing, le poke bowl (prononcer «pokhay» ou «pokaï») est en passe de devenir la dernière tendance détox du moment.

Alors, qu'est-ce que le poke bowl?

Un «bol de dés»: voilà la traduction littérale de ce plat, «poke» signifiant dés, et «bowl», bol. Coloré, contrasté, il rassemble légumes, fruits frais et poisson cru, le tout servi dans un... bol, évidemment! Plus sain, plus esthétique et plus fun, une alternative simple aux salades et aux sushis: voilà le poke bowl!

## À L'ORIGINE, UNE RECETTE TRADITIONNELLE

Ce plat traditionnel hawaïen est très populaire aux États-Unis et au Japon. La recette originale contient du thon rouge cru mariné dans de la sauce soja, auquel on ajoute de l'avocat en tranches, des algues, des noix de cajou, des oignons émincés, des morceaux de mangue, du gingembre et du riz. Avis aux amateurs de poisson cru, lassés par les sushis...

## LE PLAT DÉTOX PAR EXCELLENCE?

Poisson cru, marinade simple et accompagnement healthy: le poke bowl est une nourriture plutôt saine et légère.

Ce plat contient en effet des aliments peu caloriques aux propriétés multiples: le riz apporte de l'énergie, le poisson cru et l'avocat représentent une bonne source d'oméga 3, le gingembre est un antiseptique et les fruits, eux, permettent de faire le plein de vitamines.

## LE CONCEPT M'ATTIRE, MAIS JE NE MANGE PAS DE POISSON...

L'utilisation massive du thon rouge a entraîné un appauvrissement drastique des réserves halieutiques et l'espèce est désormais menacée: on utilise du saumon, ou du poulpe.

Je suis végétarienne? Pas de problème!

Je remplace le poisson par des dés de tofu, des algues ou des betteraves marinées... pour un plat qui conservera son originalité et ses saveurs!

## COMMENT BIEN PRÉPARER VOTRE POKE BOWL?

Pensez à faire mariner votre poisson une journée minimum, afin qu'il puisse suffisamment «cuire», tout en s'imprégnant de la marinade. Achetez des fruits et légumes frais et de saison, et bio si possible pour éviter au maximum les pesticides!

Pour varier les plaisirs, vous pouvez remplacer le riz par du quinoa, du boulgour, ou d'autres céréales. En effet, dans un bol, le contenant est plus petit: privilégiez la qualité et non la quantité!

## POURQUOI CHOISIR LE POKE BOWL?

Avant tout, c'est un plat simple et facile à cuisiner, savoureux, facile à emporter dans sa lunchbox, et qui contient des ingrédients variés et équilibrés.

On aime pouvoir le réinventer à l'infini, et le fait qu'il s'adapte très bien aux goûts de chacun: on peut ajuster le dosage de chaque ingrédient selon nos envies.

Enfin, c'est un plat tout en couleurs: on mange d'abord avec les yeux...

et le poke bowl nous donne le sourire!

## Recette à adapter selon vos envies

- Pour la marinade: dans un bol, mélangez ail, oignon émincé, jus de citron, huile de sésame, sauce soja et épices.
- Coupez les pavés de poisson en petits dés et mélangez-les à la marinade. Faites mariner au frais pendant 24h minimum.
- Coupez un avocat, une mangue, du gingembre et réservez.
- Faites cuire une petite quantité de riz, qui doit être servi tiède. Mélangez ce dernier avec du vinaigre de riz et du sésame.
- Maintenant, on passe au dressage! Disposez selon vos envies le riz, les tranches d'avocats, les morceaux de mangue, ajoutez le gingembre et le poisson mariné...
- Ca y est, votre poke bowl est prêt: il est temps de le savourer!

# Sushis et chirashi?

## So 2016!

EN 2017, ON RAFFOLE TOUJOURS AUTANT DU POISSON CRU, MAIS ON LE DÉGÛTE EN POKE BOWL!  
 POURQUOI ON L'AIME ? POUR SES ORIGINES EXOTIQUES ET DÉPAYSANTES, QUI AMÈNENT UN PEU DE SOLEIL  
 DANS LE BOL (LE POKE BOWL - PRONONCEZ POKÉ BÔLE- EST D'ORIGINE HAWAÏENNE)  
 ET POUR SA CAUTION EASY CHIC ET HEALTHY!  
 BEAU, BON ET FACILE À FAIRE, QUE DEMANDER DE PLUS ? LA RECETTE, PAR EXEMPLE !

**Ingédients :** 1 kg de saumon frais cru coupé en dès + 3 avocats + 1 mangue + 3 petits oignons avec tige + 250g de riz + 1 paquet de graines de sésame + 1 bouquet de coriandre fraîche + 5cm de gingembre frais + 2 cuillères à soupe d'huile de sésame + 2 cuillères à soupe de sauce teriyaki + 2 cuillères à soupe de vinaigre de riz + 1 petite cuillère à café de piment de cayenne.

- 01 Commencez par réaliser la marinade : dans un bol, mélangez l'huile de sésame, la sauce teriyaki, le vinaigre de riz, le gingembre frais râpé, la coriandre (garder quelques feuilles), quelques cuillères à café de graines de sésame, le piment de Cayenne. Puis, versez cette marinade sur le saumon frais coupé en dès, mélangez bien.
- 02 Coupez les avocats et la mangue en petits cubes. Émincez finement les petits oignons. Ajoutez le tout au saumon, mélangez bien et laissez reposer au frais 30 minutes minimum.
- 03 Au moment de servir, faire bouillir de l'eau salée et faites-y cuire le riz pour 4 personnes.
- 04 Égouttez le riz et répartissez-le dans 4 petits bols, saupoudrez de graines de sésame. Ajoutez le saumon mariné et décorez avec quelques feuilles de coriandre et servez aussitôt.



Les +

cora concorde



€4<sup>80</sup>

### RIZ LONG DEMI-COMPLET BIO MOULIN DES MOINES

Le sachet de 1 kg 4.80€

Du riz, c'est bien. Du riz semi-complet, c'est mieux. On l'aime car son goût diffère assez peu du riz blanc – et conviendra donc à tous les palais – mais surtout parce que le riz semi-complet est plus intéressant nutritionnellement parlant, pour sa richesse en magnésium et en fibres, tout en restant très digeste.



€41<sup>99</sup>

### SUPRÊME DE SAUMON SALMA, ORIGINE NORVÈGE

41.99€/kg

S'il est facile à réaliser, tout l'intérêt de ce plat réside dans la qualité du poisson. Valeur sûre, le saumon de Norvège Salma est issu de l'aquaculture durable, et tient sa réputation à sa très grande qualité et sa fraîcheur. Rien d'étonnant à ce qu'il se soit fait une place de choix auprès des plus grands chefs et maîtres sushis à travers le monde.



# Neuf mois cool... MAIS PAS TROP!

LE GYNÉCOLOGUE LE RÉPÈTE À CHAQUE VISITE: LA GROSSESSE N'EST PAS UNE MALADIE! DE LÀ, À CONSIDÉRER QU'ON PEUT PROGRAMMER LA VIRÉE EN MOTO-CROSS ET L'ORGIE DE CAMEMBERT, IL N'Y A QU'UN PAS... À NE PAS FRANCHIR! PUIS IL Y A AUSSI TOUS LES BOBOS TABOUS ET RUMEURS FOLKLORIQUES DONT ON N'OSE PAS PARLER. VOICI LES RÉPONSES...

MICHÈLE RAGER



## ***Idée reçue :***

**LES NAÜSÉES NE SE MANIFESTENT QUE LES TROIS PREMIERS MOIS.**

Hélas, pas toujours. Certaines futures mamans en souffrent jusqu'à l'accouchement. Comprendre l'origine des troubles digestifs permet parfois de mieux les accepter: d'importantes doses de progestérone (l'hormone de grossesse) sont produites par l'organisme afin de permettre à l'utérus de grandir en même temps que le fœtus. Et d'éviter ainsi les contractions en diminuant la

réactivité des fibres musculaires. Le bémol: tous les muscles (et pas seulement ceux de l'abdomen) profitent de cet afflux relaxant. Voilà pourquoi les suc gastriques stagnent dans l'estomac. Pour ne plus en souffrir, revoyez vos menus. Privilégiez les mini-repas légers, les pâtes sans sauce, les légumes, etc. Afin d'éliminer les gênes matinales, prévoyez des biscuits secs sur la table de nuit, à grignoter avant de vous lever. Mieux: demandez au futur papa de vous apporter le petit-déjeuner au lit. Si, si, c'est le docteur qui l'a dit!

## ***Idée reçue :***

**LE TEST EST POSITIF, J'ARRÊTE LE SPORT.**

Non, ce n'est pas une excuse: l'activité physique développe la musculature en vue de l'accouchement, prévient les varices et la prise d'un excès de kilos, améliore le souffle... Sur les premières marches du podium, on retrouve la natation et l'aquagym; elles peuvent être pratiquées jusqu'à l'arrivée de bébé. L'eau apporte une réelle détente, permet un massage des membres inférieurs et du dos...

NOUVEAU NOM

# Maman pense à nous. Prends Natalben®

qui contient la forme active de la **vitamine B9**  
afin de **protéger** de manière égale  
tous les **bébés** et les **mamans**

DÈS LE DÉSIR DE GROSSESSE



**C'est juste ce qu'il vous faut !**  
**Quatrefolic + Vitamine B12**

★ 1 capsule par jour



**9 mois ou plus  
d'essentiels**

PENDANT LA GROSSESSE ET L'ALLAITEMENT



## Priorité à la santé de votre bébé !

Natalben®, une gamme de compléments alimentaires  
pour vous accompagner dès le désir de grossesse et jusqu'à l'allaitement compris.

Ce produit ne doit pas se substituer à une alimentation variée et équilibrée et à un mode de vie sain.

Parlez-en avec votre pharmacien, consultez votre médecin :

il pourra détecter d'éventuelles carences et vous donner les conseils nécessaires pour y remédier.

Le tout avec des possibilités de blessure quasiment nulles! Feu vert également pour la marche à pied et la gymnastique douce. Feu orange pour le vélo (tant que le ventre ne vous déséquilibre pas!), le tennis en double afin de limiter les efforts. Feu rouge pour les exercices occasionnant quelquefois des chutes et des coups (équitation, moto-cross, etc.) et pour la plongée sous-marine (risque d'embolie fœtale). Mettez vos rêves de médailles entre parenthèses et poursuivez l'entraînement à votre aise.

### ***Idee reçue :***

#### **LE JACUZZI ME DÉTEND ET SOULAGE MES MAUX DE DOS.**

Mieux vaut éviter ce milieu humide et chaud qui représente le paradis pour les germes. Ne plongez donc pas le plus petit orteil dans ce bouillon de culture sous peine d'infections gynécologiques (herpès génital), voire de rupture de la poche des eaux.

### ***Idee reçue :***

#### **POUR AVOIR BONNE MINE À L'ACCOUCHEMENT, IL SUFFIT DE QUELQUES SÉANCES DE BANC SOLAIRE OU DE BRONZETTE.**

Outre le danger lointain de développer un cancer de la peau, il y a la possibilité de présenter un masque de grossesse. Ces taches brunes irrégulières surgissent, sous l'influence hormonale, sur le front, le nez, le menton, les joues. Plus fréquentes chez les brunes à peau mate, elles disparaissent spontanément (mais pas toujours) après l'accouchement. Pas très graves, mais pas franchement esthétiques... Évitez toute exposition intensive et/ou tartinez-vous généreusement de crème solaire à très haut indice de protection.

### ***Idee reçue :***

#### **UNE SIMPLE ASPIRINE N'EST PAS DANGEREUSE.**

Comme tous les antidouleurs et anti-inflammatoires, elle est normalement interdite pendant la grossesse. En excès, ces substances sont à l'origine de complications cardiaques et rénales chez le fœtus. Un mal de tête tenace? Dirigez-vous à la rigueur vers le paracétamol. Mieux: un massage, une infusion de menthe, une sortie au grand air... De manière plus générale, ne prenez aucun médicament sans avoir obtenu l'accord du médecin.

### ***Idee reçue :***

#### **LE FROMAGE, C'EST BON POUR LES OS DU BÉBÉ!**

Tout dépend de quel. Le risque des croûtes de fromage au lait cru (camembert, brie, coulommiers...), mais aussi des aliments congelés non réchauffés avant dégustation? La listériose, quelquefois responsable d'une fausse couche, d'un accouchement prématuré, etc. Une affection se manifestant par une fièvre persistant plus de 24 heures et par de vagues troubles digestifs.

### ***Idee reçue :***

#### **ON DEVIENT CŒIL DE LYNX PENDANT CES NEUF MOIS.**

Faux... D'ailleurs, depuis la grossesse, l'impression d'avoir des grains de sable sous les paupières se cumule parfois à une baisse de l'acuité visuelle. En cause, les hormones de la grossesse (toujours elles!) qui modifient le rayon de courbure de la cornée et son hydratation. Optez pour les lunettes afin de bénéficier de davantage de confort. Prévoyez, pour une mise au point, une visite chez l'ophtalmologue avant la naissance: les importants efforts de poussée, lors de l'accouchement, risquent de provoquer un décollement de la rétine.

### ***Idee reçue :***

#### **L'ÉPISIOTOMIE EST INDISPENSABLE.**

Cela consiste en une incision du périnée (cette zone de muscles puissants, située entre l'anus et le vagin) lors de l'accouchement. Elle permet de prévenir les déchirures des tissus au moment du passage de la tête de bébé et accélère l'expulsion. En effet, une coupure nette se recoud et cicatrise plus facilement. Pourtant, certaines épisiotomies pourraient être évitées en assouplissant le périnée pendant la grossesse via des massages, des exercices... Demandez conseil à votre kiné. Après l'accouchement, il existe des moyens pour soulager ces gênes inconfortables: les anti-inflammatoires et antidouleurs, une poche de glace à appliquer sur la partie sensible... Plus insolite: asseyez-vous sur une bouée afin que le poids du corps ne repose pas sur le périnée. Ne gonflez pas trop l'accessoire et glissez-la dans une taie d'oreiller. Vous trouverez des modèles sobres toute l'année dans les boutiques de sport.

### ***Idee reçue :***

#### **IL FAUT MANGER POUR DEUX.**

Ne modifiez pas les quantités que vous consommez avant votre grossesse! Durant le premier trimestre, votre poids augmente au maximum d'1 à 2 kg. Pas de panique si vous constatez plutôt une légère perte de poids: c'est tout à fait normal durant les premiers mois, surtout si vous souffrez de nausées ou d'inconforts digestifs. Si vous perdez plus de 5% de votre poids ou si vous ne parvenez plus à garder ni liquide ni aliment solide dans l'estomac, prenez rapidement contact avec votre gynécologue ou avec une sage-femme. Méfiance aussi par rapport aux produits lights. Évitez ceux qui contiennent des édulcorants artificiels, dont la dose admissible journalière ne peut être dépassée. Malgré des envies étranges et parfois perturbantes (fraises, cornichons, etc.), essayez de conserver des menus équilibrés ou cédez à vos envies si elles offrent des nutriments intéressants. Et soyez intransigeante sur l'hygiène: rangez immédiatement les produits frais au réfrigérateur et les surgelés au congélateur. Ne laissez pas traîner les restes de nourriture. Emballez et déposez la viande et la volaille crues sur la tablette inférieure du réfrigérateur. Ainsi, vous limitez le risque, en cas d'écoulement de jus, de contaminer d'autres aliments. Laissez décongeler les aliments dans le réfrigérateur, jamais à l'air ambiant. Lavez vos mains, vos accessoires de cuisine et votre plan de travail avant et après avoir manipulé des aliments. Assurez-vous que la viande, la volaille et les œufs soient toujours bien cuits avant de les consommer.

**« Chéri, dorénavant, c'est toi qui change la litière du chat! »**

La toxoplasmose est une maladie infectieuse. Chez l'adulte, elle passe généralement inaperçue, mais elle peut altérer le système nerveux et ophtalmique de votre bébé. Une fois qu'on a été en contact avec la maladie, on développe des anticorps et on ne risque plus jamais d'en souffrir. Une simple prise de sang permet de déterminer son immunité. Si ce n'est pas le cas, évitez le contact avec les matières fécales des chats. Les parasites se retrouvent aussi dans la viande de bœuf, de porc ou de mouton, dans les légumes mal lavés...





# N'Airgym: retrouver sa ligne après bébé



Perdre ses kilos de grossesse est une source d'inquiétude pour de nombreuses jeunes mamans. Mais pas de panique, toute l'équipe d'N'Airgym est là pour vous aider à retrouver de jolies formes.

## COMMENCER EN DOUCEUR

« Dès six mois, une fois la rééducation du périnée faite, les mamans peuvent reprendre une activité sportive », explique Héloïse Pierre, fondatrice et gérante de la crèche Les P'tits Bouchons et du concept N'Airgym. Pour reprendre en douceur les bonnes habitudes, pourquoi ne pas essayer des activités sportives douces, comme le stretching et le Pilates, qui permettent de travailler les muscles profonds ? « Notre équipe est formée pour vous aider à vous familiariser avec votre corps et vous accompagne tout au long de votre programme. »

## FITNESS ET CIE

Pour les mamans plus sportives ou celles qui veulent retrouver un corps galbé pour l'été, N'Airgym dispose d'une grande variété de cours collectifs accès fitness et cardio. Zumba, Glam Dance, Spinning ou encore Body Fight... Ces activités cardio et ludiques seront la clé du succès pour retrouver un corps tonique et galbé après l'arrivée de bébé.

## AVEC BÉBÉ

Une fois que bébé aura fêté ses un an, pourquoi ne pas se laisser tenter par une activité en duo, comme les cours de psychomotricité relationnelle ? Ces séances soutiennent la parentalité, en permettant aux jeunes mamans de prendre le temps de s'ajuster au rythme naturel de leur enfant, ce qui n'est pas toujours facile dans le tumulte de la vie quotidienne. C'est un véritable moment privilégié de plaisir à travers le jeu qui favorise le bien-être dans la relation et favorise le lien parent/enfant.

## LES BIENFAITS DE LA SOPHROLOGIE AVANT ET APRÈS L'ACCOUCHEMENT

Depuis peu, N'Airgym dispense également des cours de sophrologie, une activité totalement indiquée dans le cadre de la grossesse. Avant l'accouchement, cette méthode permettra aux futures mamans d'anticiper le bouleversement de l'arrivée d'un bébé, d'apprendre à se détendre, et d'avancer sereinement vers l'accouchement. La sophrologie permet également d'atténuer les effets de la grossesse (nausées, douleurs, fatigue...). Après l'accouchement, la sophrologie aide les jeunes mamans à appréhender leur nouvelle vie et à détendre. Elle peut également aider à soulager la fatigue, en améliorant la qualité du sommeil.

# PRETTY BALLERINAS



» *À vos marques, prêtes, shoppez !*

01. Bleu Comme Gris / 02. Brian & Nephew / 03. Emile et Ida / 04. Aymara

catimini



JUNIOR



LA BELLE ETOILE: BERTRANGE ROUTE D'ARLON. TÉL.: 2828 2013



# MOUSSAILLON D'EAU DOUCE



→ À vos marques, prêtes, shoppez !

01. Emile et Ida / 02. Hello Simone / 03. Petit Bateau / 04. Sergent Major

# La tendance kids jungle 2017 s'invite au Pall Center

LE PALL CENTER OBERPALLEN EST LA DESTINATION SHOPPING ATTRACTIVE ET INCONTOURNABLE À DÉCOUVRIR AU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG.



→ Hoodie tropic  
Scotch & Soda  
**109,95€**



→ T-Shirt aloha  
Noopies  
**19,95€**



→ T-Shirt insects  
Seven One Seven  
**49,95€**

*Le look*



## BRIAN AND NEPHEW

→ Pull pompons, **49,95€**

→ Jupe, **64,95€**

→ Chemise imprimée, **59,95€**

→ Bermuda, **49,95€**

Pall Center propose une sélection mode pour **les petits et les grands**. C'est l'endroit idéal pour dénicher des produits inédits de marques confidentielles, ou pour flasher sur la dernière collection de sa marque préférée. Mode, mobilier, décoration, jouets, livres... tout l'**univers enfant** est réuni au premier étage de Pall Center à Oberpallen. Vous trouverez tout ce qu'il faut (et bien plus) pour habiller vos enfants, **équiper leur chambre** et **les amuser** avec une offre parmi les plus pointues et diversifiées du **Luxembourg** et de **la grande Région**.

## Wanted



→ Yellow tent  
Deuz  
**130,00€**



→ Sneakers  
Woden  
**69,95€**



→ Vernis à base d'eau  
Nailmatic  
**19.90€**

# LITTLE BADASS'



→ À vos marques, prêtes, shoppez !

01. H&M Studio / 02. Cos I said So / 03. Zara / 04. IKKS Kids





# ESPRIT

Women | Men | Shoes | Accessories | Sport | Bodywear | Kids | Maternity

ESPRIT MEGASTORE

WALFER SHOPPING CENTER  
2, RUE DES ROMAINS • WALFERDANGE

# LE CASSE-TÊTE DE L'ORIENTATION: *l'avenir de mon enfant est en jeu*

PRÉSENTÉE AINSI, L'ORIENTATION REPRÉSENTE UN STRESS POUR LES PARENTS ET LES ADOLESCENTS. CETTE PÉRIODE ANNONCIATRICE DE CHANGEMENTS SE DOIT D'ÊTRE VÉCUE COMME UNE TRANSITION NÉCESSAIRE À LA CONSTRUCTION DE L'ADOLESCENT, AU RISQUE DE REGRETS. AUJOURD'HUI, DE NOMBREUX ACTEURS DE L'ÉDUCATION SONT IMPLIQUÉS DANS CE PROCESSUS, MAIS L'ORIENTATION EST AVANT TOUT UNE AFFAIRE DE FAMILLE. VOYONS ENSEMBLE COMMENT DIALOGUE ET ANTICIPATION PEUVENT CONTRIBUER À SÉCURISER LE FUTUR.

VALÉRIE THEVENIAUT



Il ne range pas sa chambre, passe ses journées enfermé et les professeurs vous convoquent pour, vous vous en doutez bien, signaler un relâchement dans le rythme de travail... Que va-t-il faire l'an prochain? Urgence!

## **01 Déposez les armes et valorisez : pour quoi est-il doué?**

Certes, le quotidien prend toute la place et vous ne voyez pas avec quelle énergie vous pourriez aider votre ado à passer à l'action... Le choix des filières est vaste et lui ne se projette pas. Retour en arrière: votre bébé, celui que vous teniez tendrement dans vos bras, est là devant vous. Retrouvez cette bienveillance qui vous conduisait à accepter de vous lever la nuit pour l'apaiser ou le nourrir. Mettez-la dans des moments de retrouvailles: ensemble, listez ses domaines de réussite, même ceux qui vous semblent mineurs. Si vous ne savez pas, ni l'un ni l'autre, créez un tableau d'observation sur quelques semaines sur lequel vous noterez la moindre réussite scolaire et

extrascolaire. Prendre conscience de ses compétences, quel que soit le domaine, est plus que jamais utile à ce moment-là. Il vous est également possible de vous faire accompagner par un professionnel pour déterminer ses aptitudes et ses envies. De même, ses enseignants peuvent vous ouvrir les yeux sur certaines habiletés passées inaperçues. Bref, croisez tous les indices, mais restez positifs dans cet état des lieux.

## **02 Établissez ensemble un ou plusieurs projets**

Connaissance de soi en poche, il est temps de passer à l'élaboration du projet ou des projets. Toujours ensemble, vous veillerez à la cohérence du projet: l'objectif doit être SMART! Spécifique à l'enfant, c'est-à-dire choisi en fonction de ses champs de réussites et appétences. Mesurable ensuite, car c'est de cette capacité à auto-évaluer les différentes phases du projet que dépendra sa réussite. Atteignable, comme une cible, pas trop loin de son identité, mais tout près de ses rêves. Attention, ce ne sera pas forcément les vôtres. Réaliste, réalisable, possible dans sa mise en œuvre, même



complexe. Temporellement défini enfin, les étapes devant être datées et acceptées. SMART ou intelligent, ce projet, une fois écrit et validé, sera la feuille de route des mois, voire des années à venir. Rien de mieux qu'un projet pour dépasser une période de transition.

### 03 *Renseignez-vous sur le cursus, le parcours*

Consolider le projet par cette étape est indispensable. Bien connaître le parcours qui mènera à la réalisation du projet d'études permet d'en valider la faisabilité et d'éviter, en cours de route, le découragement. Cinq paramètres essentiels sont à prendre en compte: le type de formation, la durée des études, le mode d'évaluation, l'effort de travail à fournir et le diplôme à la clef. Sans conscience de ces composantes, l'idéalisation et la surestimation guettent, mettant en danger ce beau projet d'avenir. Sans parler du découragement! Mais comment obtenir toutes ces informations?

L'Office National d'Information sur les Enseignements et les Professions, l'ONISEP, est une véritable banque de données pour un tel projet. Cet organisme français dépendant du Ministère de l'Éducation Nationale guide les jeunes et leurs familles dans leur choix de parcours de formation. Dans d'autres pays européens, les Maisons de l'Orientation ont pour vocation d'aider les jeunes à définir leurs projets, mais aussi à les renseigner sur les formations et métiers existants. Au sein du collège et du lycée, vous trouverez le Conseiller d'Orientat

### 04 *Surmontez vos craintes et vos croyances*

Le projet prend de l'allure, la finalité et les étapes sont claires, mais vos nuits sont agitées... Et si votre ado n'était pas assez courageux? Et si de multiples tentations l'éloignaient de son but, de ses études? Et si, et si... Reprenons: ce projet a été élaboré en collaboration, ce n'est pas le vôtre, mais le sien. Votre enfant est le décideur et vous lui fournissez les moyens matériels et affectifs pour réussir. Vous êtes sa principale ressource! Ce n'est pas le moment de fléchir ou du moins de lui montrer vos doutes. Les peurs, les doutes ne sont que des avertisseurs, remerciez-les, ils vous aideront à exercer une saine vigilance. On ne peut pas les éviter, mais les apprivoiser. Qu'en est-il de vos croyances? Si vous doutez de lui, cherchez le doute en vous et non pas en lui. Étiez-vous un adolescent confiant et transparent? Revisitez-vous, revoyez votre propre parcours et acceptez que votre enfant ait sa part d'intime aussi. Toute transition est déstabilisante, mais porteuse de changements, et dans ce cas, d'heureux changements. Montrez-lui que vous croyez en lui, validez le projet avec lui étape par étape, rappelez-lui avec bienveillance ou demandez-lui de vous rappeler les dates clefs du projet, il gère! Lui est un autre, il n'est pas vous, il doit s'approprier sa vie en maîtrisant à son niveau la construction de son parcours. L'aventure vaut la peine d'être vécue: il n'y a pas de mauvais choix, il n'y a que des jugements et sortir des jugements, c'est se donner la possibilité de bâtir, non pas un avenir, mais des futurs possibles. Belle aventure!

### *À consulter*

- Le site de l'ONISEP : [www.onisep.fr](http://www.onisep.fr)
- Son application en ligne : [www.monorientationenligne.fr](http://www.monorientationenligne.fr)
- Au Luxembourg, le site de La Maison de l'Orientat
- [www.maison-orientation.lu](http://www.maison-orientation.lu)
- « Le guide de l'Orientat
- [www.maison-orientation.lu](http://www.maison-orientation.lu)
- « Le guide de l'Orientat
- [www.maison-orientation.lu](http://www.maison-orientation.lu)



## L'ÉCOLE PRIVÉE GRANDJEAN VOUS DONNE UNE VRAIE CHANCE DE RÉUSSIR!

Portes  
ouvertes  
le 06 mai  
de 10h à 17h

### BEP

**Brevet d'Études Professionnelles  
Métiers des Services Administratifs**

Niveau français: 3<sup>ème</sup> et Seconde  
Niveau luxembourgeois: 10<sup>ème</sup> et 11<sup>ème</sup>

### BAC STMG

**Sciences et Technologies  
du Management et de la Gestion**

- Systèmes d'Information de la Gestion
- Marketing

Niveau français: Première et Terminale  
Niveau luxembourgeois: 12<sup>ème</sup> et 13<sup>ème</sup>

7, rue Adolphe Fischer L-1520 Luxembourg  
Tél.: 48 01 07 - Fax. 49 47 68  
epg@pt.lu  
[www.epg.lu](http://www.epg.lu)



# *La mode enfant :* **DES ADULTES AVANT L'HEURE ?**

LA PLACE DE L'ENFANT DANS NOTRE SOCIÉTÉ A CONSIDÉRABLEMENT ÉVOLUÉ AU FIL DES ANNÉES. IL EST UN ÊTRE À PART ENTÈRE (MERCİ MADAME DOLTO), AVEC DE GRANDES CAPACİTÉS DÈS SA NAISSANCE (MERCİ MADAME PIKLER), ET EXIGE DE PORTER UN NOEUD PAPILLON POUR ALLER À L'ÉCOLE (MERCİ MONSIEUR STROMAE). CES PETITS ÊTRES NE SE MOQUENT PLUS DE LEUR APPARENCE VESTIMENTAIRE, EXIT LES CAGOULES ROUGES ET LES SOUS-PULLS INFORMES DE NOTRE ENFANCE, ILS VEULENT ÊTRE « STYLÉS » DANS LA COUR DE RÉCRÉ, « LOOKÉS » À L'HEURE DU GOÛTER. LES MARQUES L'ONT BIEN COMPRIS ET SURFENT SUR LA VAGUE EN TRANSFORMANT NOS PETITS EN FASHİONİSTAS DES BACS À SABLE DÈS LE PLUS JEUNE ÂGE. LA MODE ENFANT VISERAIT-ELLE À EN FAIRE DES ADULTES UN PEU TROP TÔT ?





Chloé a 10 ans et ne jure que par les comptes Instagram de ses amies (virtuelles), devenues des héroïnes des réseaux sociaux grâce à leurs looks soignés que la petite fille cherche à copier de manière quotidienne. Du haut de son mètre 50, elle donne des conseils à sa maman sur la nouvelle façon de porter la marinière et ne comprend pas pourquoi elle ne possède pas encore son propre trench mythique, d'une célèbre marque britannique, en taille 12 ans. Sa passion, c'est la mode, son rêve, c'est de fouler les podiums ou de créer des modèles de vêtements. Même si sa maman lui reproche parfois «de ne penser qu'à cela», elle ne peut s'empêcher de proposer des virées shopping à sa fille le samedi et de craquer sur la dernière paire de chaussures à la mode. Il serait purement hypocrite d'affirmer que nous ne sommes pas soucieuses des tenues vestimentaires de nos enfants, nous adorons assortir leurs chaussettes à leurs sweats et nous sommes parfois (souvent) prêtes à dépasser le montant du budget alloué à ce poste pour leur faire plaisir. Leur faire plaisir ou nous faire plaisir? C'est peut-être là que réside la véritable question. Nous devenons maman de plus en tard, un âge auquel nous bénéficions généralement d'une situation professionnelle confortable qui nous procure une aisance matérielle. Bien installées dans nos vies, nous sommes aussi sensibles à la mode et à ses éternels changements (ou recommencements), mais aussi à ces images de stars avec dans leurs bras leur progéniture impeccable. Elles viennent d'accoucher, mais leur ventre est déjà plat et leur bébé pourrait faire la une de Vogue avec sa combinaison pilote griffée Little Marc Jacobs. Assez intelligentes pour comprendre qu'il ne s'agit là que d'artifices sans importance,

nous ne pouvons toutefois pas nous empêcher de craquer pour ce qu'il y a de plus beau pour notre enfant en puisant notre inspiration dans les catalogues d'idées, les magazines et les blogs... Les marques ont su s'emparer de ce phénomène et l'offre est de plus en plus riche.

Il y a quelques années encore, la mode enfantine était bien distincte de celle des adultes. Des enseignes réputées se partageaient le haut de l'affiche, on pense à Tartine et Chocolat ou Bonpoint, figures emblématiques d'un style BCBG avec les petits cols Claudine immaculés ou les robes fleuries. Aucune petite fille de l'époque n'aurait songé à s'habiller dans le même magasin que sa maman, c'est là que les «price killers» ont tiré leur épingle du jeu avec des collections renouvelées tous les quinze jours et une offre ciblant toute la famille!

La mode se démocratisait avec l'arrivée de ces géants venus du froid ou du royaume de la corrida avec un seul objectif: bouleverser l'ensemble de nos codes d'achat et de consommation. Le contour entre les styles des mamans et de leurs filles s'estompe, leurs vêtements se confondent et même si les tailles diffèrent, il n'est pas rare de s'échanger les tenues, à l'instar de deux copines. Une marque comme Comptoir des Cotonniers s'est voulue novatrice en faisant reposer l'intégralité de sa communication sur le thème «mère-fille». Elle poursuit d'ailleurs l'histoire actuellement en mettant en scène les mêmes filles, devenues mères à leur tour. Joli coup marketing et reflet certain d'une mode qui cherche à toucher les enfants dès le berceau! Devons-nous y voir le degré ultime d'une société qui érige les enfants au statut de petit roi ou une traduction de la notion de super maman, qui passerait (en plus des petits pots maison) également par le

« ASSEZ INTELLIGENTES POUR COMPRENDRE  
QU'IL NE S'AGIT LÀ QUE D'ARTIFICES  
SANS IMPORTANCE, NOUS NE POUVONS  
TOUTEFOIS PAS NOUS EMPÊCHER DE CRAQUER POUR CE QU'IL Y A DE  
PLUS BEAU POUR NOTRE ENFANT EN PUISANT  
NOTRE INSPIRATION DANS LES CATALOGUES D'IDÉES,  
LES MAGAZINES ET LES BLOGS »



style vestimentaire de notre enfant ? La transmission de nos valeurs en matière d'éducation aurait-elle son équivalent sur l'apparence physique ? « Montre-moi comment tu habilles ton enfant, je te dirai quelle mère tu es. » Où devons-nous encore trouver là une réponse à notre propre enfance durant laquelle se vêtir ne représentait pas une priorité pour nos parents ? Paradoxalement, si nous les laissons devenir adultes trop vite au travers de leur look, nous ne cédonons aucune place au hasard lorsqu'il s'agit de s'impliquer dans leur vie de tous les jours. Nous sommes leurs diététiciens, leur taxi, leur professeur... Nous cherchons à les protéger en permanence face à tous les dangers potentiels d'une société en crise. Nous revenons à des vieilles recettes éducatives de cadrage et de surveillance sous couvert de bienveillance excessive. Le quotidien est fait de frustrations, les surprotéger ne

fera qu'accroître leur vulnérabilité et les privera de tout sentiment d'empathie et de tolérance, mais il s'agit là d'un autre sujet ! En attendant, nos 0-12 ans possèdent leurs revues de mode, leurs accessoires et lignes de vêtements version miniature devant laquelle l'on éprouve parfois un sentiment de malaise. Tout apparaît comme si l'enfant était devenu un bien rare et durable, et une manne pour les marques ! Au-delà des jugements de valeur, ce sont des modèles sociaux qu'il faut interroger. Nous vivons dans une époque où la culture de la célébrité domine, une intoxic du paraître dans laquelle certains cherchent une mise en scène permanente de leur vie quotidienne. Nos adolescents ont été biberonnés à la télé-réalité et aux clips de Beyoncé, l'image sous toutes ses formes a forgé leur personnalité. À la question y a-t-il un âge adéquat pour porter un string ou se maquiller les yeux, nous




n'apporterons pas de réponse, mais cela soulève une autre question, celle de la différence entre les filles et les garçons. Un caleçon qui dépasse du jean ne sera jamais perçu comme celui d'un string visible du même jeans... L'un sera « socialement acceptable », tandis que l'autre déclenchera les commentaires. Un garçon déguisé en petit homme avec une tenue de footballeur ne choquera personne, une petite fille avec des mini talons ne bénéficiera pas de la même complaisance. Cela en dit très long sur le jugement du corps des hommes et des femmes. Ce n'est pas tant qu'ils deviennent des adultes avant l'heure qui soit problématique, c'est le discours ambiant et l'usage des vêtements qui interrogent. On parle volontiers d'érotisation chez les filles, mais de symbole de réussite sociale, de force ou de pouvoir chez les garçons. Et c'est peut-être là que se situe le véritable débat.





## CRÈCHE ET FOYER DE JOUR DE 0 À 12 ANS

Dans un cadre rural et chaleureux, nous accueillons votre enfant dans une **construction** neuve et **écologique** avec un **grand jardin** situé à proximité des grands axes autoroutiers (E25 Arlon-Luxembourg).

-  Ramassage scolaire et aide aux devoirs individualisés
-  Équipe pluridisciplinaire et multilingue
-  Nombreuses activités et sorties pédagogiques

3, Un der Aïsch, L-8376 Kahler  
Tél : +352 26 90 25  
info@crechewichtelwelt.lu  
Ouvert du lundi au vendredi de 6h30 à 18h30



Places  
disponibles  
à Dahlem

Crèches familiales situées à Dahlem  
et Lintgen

Pour les enfants de 0 à 4 ans

- ✿ Un grand jardin spacieux.
- ✿ Un personnel qualifié, des activités éducatives et créatives.
- ✿ Des repas équilibrés et préparés sur place.
- ✿ Chèques service frontaliers acceptés.

Ouvert du Lundi au Vendredi de 7h00 à 19h00,  
sans interruption, toute l'année.  
Places de parking.

31 A Rue de Diekirch,  
L-7440 Lintgen  
Tél.: 26 32 18 01

4 Um Paerchen,  
L-8352 Dahlem  
Tél.: 26 37 53 76

[www.lejardinenchante.lu](http://www.lejardinenchante.lu)

## FOR KIDS

## Quoi de 9 : et de 7 !

La 7e édition actualisée du guide pratique sur la grossesse et la parentalité à Luxembourg vient de paraître.

Au programme, des informations sur la santé, l'accompagnement à la grossesse, la question de l'allaitement, les différentes démarches administratives... bref tout ce qui a trait à la famille est abordé dans ce guide –disponible en français et en anglais– réalisé par des spécialistes. Il s'accompagne d'une page Facebook ultra réactive, pour être toujours au courant des dernières informations et nouveautés.

Les guides sont disponibles gratuitement dans différents points de distribution au Grand-Duché, comme les cabinets gynécologiques et pédiatriques, la CNS ou encore la Maternité Bohler, et chez certains des partenaires, comme les crèches L'Enfant roi, Chatterbox, Nappilla, indigo, The Little Gym ou encore Claire Marie Pilates.

La liste complète est disponible sur leur page Facebook : [www.facebook.com/quoide9.lu](https://www.facebook.com/quoide9.lu)

### PARC MERVEILLEUX : EN ROUTE VERS LA NOUVELLE SAISON

Non, ce n'est pas une blague. Le 1er avril, le Parc Merveilleux de Bettembourg rouvrira ses portes pour l'année 2017. Haut lieu touristique du Grand-Duché, très prisé par les familles de toute la Grande Région, Le Parc Merveilleux est le seul parc animalier du Luxembourg, dans lequel vous pourrez admirer près de 200 espèces différentes d'animaux, issus des cinq continents. Mais vous pourrez également vous y amuser grâce à leur grande aire de jeux propices aux jeux de pistes, et même y organiser des goûters d'anniversaire !

→ **Parc Merveilleux, route de Mondorf à Bettembourg,**  
[www.parc-merveilleux.lu](http://www.parc-merveilleux.lu)



### DEMANDEZ VOTRE TATOUAGE !

Les 1<sup>er</sup> et 9 avril, la Villa Vauban organise des ateliers pour enfants, afin qu'ils découvrent l'œuvre de Jérôme Bosch. Accompagnés par un adulte, les petits visiteurs découvrent le monde captivant et étrange de l'artiste. Les tableaux de l'exposition plongent toute la famille dans un monde irréel. Fascinés par leur nouvelle découverte, les enfants peuvent ensuite choisir leur tatouage préféré qui sera tracé sur un bras ou une petite main.

→ **1<sup>er</sup> et 9 avril, à 14h (durée : 1h), gratuit**

→ **Renseignements sur [www.villavauban.lu](http://www.villavauban.lu)**



### COMME SUR DES ROULETTES !

Parmi les plus grandes découvertes de l'enfance, celle du vélo. Le plaisir, la joie et la liberté de s'envoler fièrement au guidon de son engin ! Mais voilà, la tâche n'est pas toujours aisée.

Le Lëtzebuurger Vëlos-Initiativ organise un stage de découverte pour apprendre à rouler en deux roues. Dispensés par en langue allemande (avec traduction en français et luxembourgeois), ces cours, par le biais de différents exercices et jeux, permettront aux enfants de découvrir la discipline, d'oser se lancer !

→ **Ce stage se déroulera du 10 au 14 avril à Luxembourg-ville, de 9h à 11h30**

→ **À partir de 8 ans**

→ **Informations et inscriptions sur [www.lvi.lu](http://www.lvi.lu)**





**Crèche  
Am Hummelnascht**

**Crèche familiale et ambiance  
chaleureuse**

Accueil de vos enfants  
de 2 mois à 4 ans  
du lundi au samedi de 6h à 19h  
Chèques services

- ✓ Sortie quotidienne en forêt  
et dans notre vaste jardin
- ✓ Activités pédagogiques inspirées  
de la méthode Montessori et Pikler
- ✓ Repas équilibrés

Nous parlons:



18, rue Berg L-6926 Flaxweiler  
Tél.: 26 78 70 95  
[www.creche-am-hummelnascht.lu](http://www.creche-am-hummelnascht.lu)



Ecole Maternelle & Crèche  
**LES POUSSINS**  
DE 18 MOIS À 6 ANS



Notre équipe motivée et chaleureuse,  
accueille votre enfant de 18 mois à 6 ans  
**de 7H45 à 18H15 sur le même site.**

Il évoluera dans un espace calme,  
sécurisé sous le regard bienveillant de notre  
personnel expérimenté.

- 🟡 PROGRAMME ÉVOLUTIF VARIÉ
- 🟠 POSSIBILITÉ D'APPRENDRE L'ANGLAIS
- 🟡 SALLE DE PSYCHOMOTRICITÉ DE 60m<sup>2</sup>
- 🟢 REPAS FAITS MAISON
- 🟡 GRANDS JARDINS ET VÉRANDAS

**INFO:**  
A partir de septembre,  
l'école française n'aura  
plus de garderie.  
Contactez-nous et  
réservez votre place!

12, Boulevard Baden Powell  
L-1211 BONNEVOIE  
Tél.: 49 36 38 - Fax: 40 41 54  
[poussins@pt.lu](mailto:poussins@pt.lu)  
[www.poussins.lu](http://www.poussins.lu)

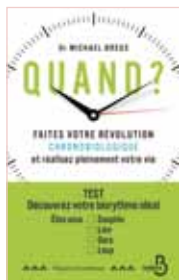




## Guide de survie pour mamans débordées

→ Rim & Liliaimelenougal - Hugo & Cie

L'auteure Rim est une super jeune maman qui ne trouve pas normal que les bébés ne soient pas livrés avec un mode d'emploi. Elle a mis au point des techniques pour aider les parents qui paniquent quand leurs enfants les font tourner en bourrique. Dans ce guide, elle prodigue des conseils pratiques et faciles à adopter pour un résultat immédiat ; des astuces drôles, pour s'organiser, déculpabiliser, mettre en avant son intuition, son bon sens, et, garder le sourire en toutes circonstances avec sa progéniture. Le tout agrémenté de tests pour s'amuser, de do-it à compléter, de mémo à afficher pour être au top, mais surtout pas une mère parfaite !



## Quand?

→ Dr Michael Breus - Belfond

Et si le secret du mieux-être n'était pas de savoir comment mieux manger, mieux faire du sport, mieux travailler... mais tout simplement de savoir quand le faire ? S'appuyant sur une méthode totalement novatrice fondée sur une nouvelle approche des rythmes circadiens, le Dr Michael Breus révolutionne la science de la chronobiologie et révèle dans un guide pratique les astuces pour vivre en plein accord avec son propre rythme. Grâce à un test approfondi, il nous aide à évaluer notre chronotype – lion, ours, loup ou dauphin – et à réorganiser nos journées et nos nuits autour de notre biorythme idéal. Nourriture, sommeil, santé, travail, relations humaines, activités physiques, créativité... L'important est de trouver le bon moment.



## Tronche de zèbre

→ J. Ieduc & v. Thibodeau - JC Lattès

« Quand ma mère a découvert que j'étais zèbre, elle a pleuré »... de joie, peut-être, et de crainte aussi, car elle savait ce que représentait la vie d'un enfant à « haut potentiel intellectuel » (HPI). Vincent est aujourd'hui, un pré-adolescent, heureux, joyeux, plein d'humour et surtout épanoui. Mais à l'âge de 8 ans, il s'est senti inutile. Trop de pression, trop de mal-être, trop de maltraitance à l'école accompagnée d'une perte lente, lourde et sourde de son estime de lui. Il se sentait submergé. Dans ce livre, il raconte avec ses mots sa sensibilité exacerbée, son hyper émotivité, son parcours chaotique, avant qu'il ne comprenne ce qui se passait en lui. Mais avant tout, Vincent a écrit ce livre pour aider les enfants « comme lui », à surmonter les pièges et les embûches liés à cette particularité, celle des enfants qui réfléchissent autrement.



## Enceinte, tout est possible

→ Renée Greusard - JC Lattès

En tombant enceinte, Renée Greusard, journaliste trentenaire, est surtout tombée dans un gouffre de surprises, et pas toujours des plus agréables. Ne peut-on vraiment pas boire une goutte d'alcool pendant la grossesse ? Est-ce réellement dangereux de manger du fromage au lait cru ? Dans ce livre, c'est aussi sa génération Y qu'elle raconte. Celle qui ne sait pas attendre, qui veut tout, tout de suite et en même temps. Celle qui se noie dans les méandres d'internet et croule sous les informations contradictoires. Celle qui ne veut plus dire « amen » à tout ce que racontent les médecins. En partant à la rencontre de médecins, de chercheurs, de femmes, elle a souhaité monter pourquoi, même enceinte, nous pouvons rester maîtresses de notre corps.



## Heureux en couple

→ Caroline Franc - First Editions

Reboostez votre couple grâce au pouvoir de la pensée positive et du sourire ! Ce livre vous propose de voir la vie du bon côté en vous donnant des outils simples et positifs pour vous sortir de 52 situations de crise que vivent au moins une fois tous les couples (le/la meilleur(e) ami(e) qui s'invite tous les jours à la maison, les fameuses paires de chaussettes encore dépareillées...) le tout avec sourire et humour!

# Wanted

## VESTIAIRE BESTIAL



Oiseaux rares, créatures des fonds marins, félins sauvages ou chats trop mignons, les animaux ont envahi les armoires de nos fashionistas en herbe et se portent en total look !

→ *Bleu Comme Gris*



Des toucans sur un short de bain. Normal !

→ *Pepe Jeans Junior*



Miaou ! Chemisette et petits chats, un duo qui fonctionne.

→ *Hello Simone*



Coup de cœur pour l'imprimé main levée pour ce sweat furieusement tendance !

→ *Milk and Biscuits*



Les babys n'échappent pas à la cat invasion avec cette combi décalée.

→ *Ouf NYC*



Ambiance Caraïbes avec des crabes.

→ *Scotch and Soda*



Un sweat à l'allure d'Encyclopédie savante.

→ *Noopies*



Un petit goût de paradis pour cette chemisette trop top. Les lolitas vont adorer.

→ *WE Fashion*

# LÉA LINSTER

**LÉA LINSTER EST UNE VÉRITABLE ICÔNE DE LA GASTRONOMIE AU LUXEMBOURG. EN 1987, ELLE DÉCROCHE UNE BELLE ÉTOILE AU GUIDE MICHELIN, JUSTE RÉCOMPENSE POUR SON TALENT, SON ÉNERGIE ET SON AMOUR DU MÉTIER.**

MAGALI EYLENBOSCH

On voit de plus en plus de femmes derrière les fourneaux des restaurants étoilés, mais Léa Linster fait partie des pionnières dans un univers qui reste, avouons-le, très masculin. «C'est un métier exigeant, qui demande des sacrifices au niveau de la vie privée. Quand on est jeune et qu'on a de l'ambition, on ne s'en rend pas vraiment compte. Mais c'est quand même le cas. Imaginez, je suis encore la seule femme Bocuse d'Or aujourd'hui, et j'ai obtenu cette distinction en 1989.» Léa Linster n'avait pas imaginé devenir un grand chef. «J'avais commencé des études de droit. Quand j'ai appris que mon père allait nous quitter, j'ai pris la décision de changer d'orientation et de reprendre la Maison.» L'ancienne station essence familiale, à la fois bistro-restaurant et bureau de tabac, a toujours été l'endroit rêvé pour partager la passion des plaisirs de la table. «J'ai eu beaucoup de chance. D'une part en pouvant écrire une nouvelle page d'histoire de ce lieu dont j'ai hérité, et d'autre part parce que j'ai un don qui est un véritable cadeau de la nature. En ce qui me concerne, la cuisine est une vocation. En revanche, j'ai beaucoup de mal avec les tâches administratives (rires)!» La cuisine de Léa Linster va à l'essentiel. Elle est savoureuse, séduisante, pure, destinée à rendre heureux ceux qui la dégustent. Les changements de saison sont bien évidemment synonymes d'enthousiasme. «Même lorsqu'il s'agit de recettes classiques, je m'adapte au rythme de la nature. Là, les asperges et les fraises arrivent. C'est l'un des moments magiques de l'année.»

## ***Justement, quel est le produit dont vous aimeriez parler ?***

J'adore les fraises ! Je suis ambassadrice pour l'Europe, et en particulier pour l'Espagne et l'Allemagne. La saison n'est hélas pas très longue. Il n'y a pas de comparaisons entre une fraise des champs, en pleine saison, et celles qui sont proposées toute l'année et n'ont pas beaucoup de goût. Avec une bonne fraise, on peut faire des merveilles.

## ***Les fraises sont toujours associées aux desserts...***

Pas seulement ! On peut parfaitement les cuisiner en plat. Elles dégagent à la fois douceur et acidité. Elles se marient très bien avec certaines viandes comme le canard ou le pigeon, et même certains poissons, des gambas ou des crevettes. J'ai une excellente recette de canard aux fraises et à l'estragon !

## ***Quelle est la période idéale pour la fraise ?***

Parfois, elles sont plus précoces, mais disons qu'en juin, c'est l'idéal.

## ***Pouvez-vous nous donner une idée sympa pour la cuisiner en plat ?***

Simplement au beurre, avec un chouia de sirop d'érable et de l'estragon émincé. Il suffit d'ajouter un peu de vinaigre, et on a une garniture incroyable à servir avec un filet de canard.

## ***Et en dessert ?***

Je les aime simplement, avec de la glace ou en sorbet. Quand une fraise est bonne, il suffit de les couper finement, de la napper de sirop et ajouter un peu de jus d'orange et de citron qui apporteront du peps.

## ***Vous les sucrez ?***

Légèrement, si c'est nécessaire. Mais en principe, une bonne fraise se suffit à elle-même.

## ***Quelle est la fraise que vous préférez ?***

J'aime beaucoup la Senga Sengana, une fraise à chair noire. Les Français raffolent de la Gariguette dont la chair claire est particulièrement savoureuse, et la Mara des Bois, qui a un léger goût de fraises des bois.

## ***Que boit-on avec les fraises ?***

On peut oser une vendange tardive ou un Baume de Venise qui s'accorde très bien avec la Mara des Bois. Sinon, un Champagne ou un Crémant, c'est parfait !

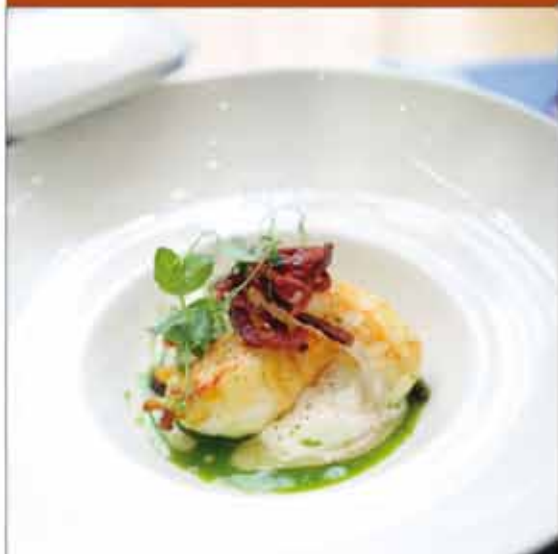


Accordez-vous  
un moment d'exception ...



*La Pomme Cannelle*

OUVERT DU LUNDI AU VENDREDI  
de 12H00 à 14H00 et 19H00 à 22H00



Parking couvert offert pendant la durée de votre repas

RESTAURANT LA POMME CANNELLE  
12, Boulevard Royal | L-2449 Luxembourg  
T +352 24 16 16-736  
restauration@leroyalluxembourg.com  
www.pomme-cannelle.lu

**RR**  
**Le ROYAL**  
HOTELS & RESORTS - LUXEMBOURG



Restaurant de gourmandises



*Le Printemps arrive ...*

1, rue de Remich, L-5331 MOUTFORT  
Tel. : +352 26 35 20 31 - e-mail : mls@mls.lu  
[www.mls.lu](http://www.mls.lu)

 Michelin  
 17/20 Gault & Millau

# BANOFFEE

**Pour 4 personnes. Préparation : 25 minutes + Cuisson : 25 minutes + Trempage : 12 heures + Réfrigération : 2 heures**

**Ingédients :** Le fond de tarte : 100 g de farine de souchet + 2 cuillerées à soupe de purée + d'amande complète + 2 cuillerées à soupe de sirop d'érable + 1 pincée de sel + 1/3 de cuillerée à café d'extrait + de vanille liquide.

La garniture : 100 g de pois chiches + 1 recette de caramel + 2 bananes + 2 cuillerées à soupe de sirop d'érable + 1,5 cuillerée à café d'extrait de vanille + quelques gouttes de jus de citron + 1 pincée de sel.

- 01 Faites tremper les pois chiches pour la garniture dans 75 cl d'eau pendant toute une nuit.
- 02 Préchauffez le four à 180 °C. Dans un saladier, mélangez la farine de souchet, la purée d'amande, le sirop d'érable, le sel et l'extrait de vanille. Travaillez la pâte avec la paume de la main afin de bien lier les ingrédients.
- 03 Étalez la pâte avec vos doigts dans un moule à tarte et piquez-la sur toute sa surface avec une fourchette. Faites-la cuire cinq minutes au four.
- 04 Étalez le caramel sur le fond de tarte. Coupez les bananes en rondelles et déposez-les sur le caramel. Réservez.
- 05 Égouttez, rincez les pois chiches, et mixez-les avec deux fois leur volume d'eau filtrée. Filtrez le liquide à travers un tamis ou une passoire fine, récupérez l'eau et gardez la pâte pour une autre recette telle qu'une polenta ou des pois chiches au lait.
- 06 Faites cuire le liquide au bain-marie pendant dix minutes sans cesser de remuer avec une spatule en bois afin d'éviter les grumeaux (la fécule de pois chiches qui permet à la préparation d'épaissir retombe très vite au fond de la casserole).
- 07 Une fois le liquide bien épaissi, ajoutez le reste des ingrédients et continuez la cuisson encore cinq à dix minutes. Laissez refroidir. Cinq minutes avant de verser le mélange sur les bananes. Laissez la tarte prendre au réfrigérateur pendant au moins deux heures.

➡ **Le plus :** Vous pouvez déguster le fond de tarte cru. Pour cela, gardez-le simplement 30 minutes au congélateur avant d'y étaler le caramel.



## ZÉRO ALLERGÈNE OU PRESQUE, LA CUISINE DE JEANNE B., PLUS DE 80 RECETTES GOURMANDES

Jeanne B, Aux Editions de La Marinière

Pain, raviolis, fish and chips, barres chocolatées, glaces... Ô, tentations innombrables ! Bonne nouvelle : on peut souffrir d'allergies alimentaires, maudire les produits industriels ou simplement soigner son alimentation sans se priver des bonnes choses. Jeanne B. contourne les interdits – gluten, lactose, sucres raffinés, œufs – et détourne les délices incontournables du frigo, du placard et du fast-food, à travers 80 recettes ludiques et savoureuses, pour cuisiner sans allergènes mais avec plaisir !



*Wine  
lovers*



Conseil d'Arnaud  
Vaingre, sommelier  
à Vinoteca.



#### FOX RUN VINEYARDS HEDONIA NEW YORK

Une version moderne de la méthode de vinification des portos. Travaillée dans la région de New York, cette cuvée « Port » est remplie de gourmandise, avec une superbe maîtrise de l'alcool. Un vin surprenant pour cette recette originale qui apportera beaucoup de finesse au Bannoffee.

#### NOÉMIE, CÔTES DU ROUSSILLON 2015

Grenache blanc et gris pour ce grand blanc du sud de la France, dont la fermentation et le vieillissement ont été effectués en fut de chêne. Grâce à ses légères notes boisées, la cuvée Noémie accompagnera parfaitement le mélange des saveurs des raviolis entre le petit goût grillé du sésame et la puissance des baies roses.



#### Où le trouver ?

→ Vinoteca,  
12, côte d'Eich - Luxembourg-ville  
[www.vinoteca.lu](http://www.vinoteca.lu)

[vinoteca.lu](http://vinoteca.lu)  
luxembourg



## RAVIOLIS DE LENTILLES TOFU RICOTTA

Pour une dizaine de raviolis.

**Préparation : 40 minutes + Cuisson : 5 minutes + Réfrigération: au moins 1 heure, 1 nuit si possible.**

**Ingrédients :** 100 g de farine de lentilles + 1 cuillerée à soupe de fécule de pomme de terre. **La garniture:** 200 g de tofu ferme bien égoutté + le jus de 1 citron + 2 cuillerées à café de sirop + d'agave ou de tout autre édulcorant de votre choix + 1 grosse gousse d'ail ou 2 petites + 1 poignée de feuilles de basilic frais + 1 cuillerée à soupe d'huile de sésame + baies roses + fleur de sel.

**01** Mélangez la farine de lentilles et la fécule. Ajoutez 10 cl d'eau chaude petit à petit en remuant. Travaillez la pâte pendant quelques minutes avec vos doigts, puis avec la paume de votre main afin de bien lisser et amalgamer les ingrédients. Couvrez de film étirable et gardez au moins 1 heure au réfrigérateur. Le mieux est de garder la préparation toute une nuit au frais.

**02** Ce temps de repos écoulé, retirez le film. Saupoudrez le plan de travail de farine de lentilles. Étalez la pâte au rouleau en la saupoudrant de farine de lentilles pour lui éviter de coller au rouleau. Découpez la pâte avec précaution, retournez-la pour l'étaler plus finement en la saupoudrant de nouveau de farine de lentilles ainsi que le plan de travail. Plus la pâte est fine, plus elle risque de se casser.

**03** Préparez la garniture: émiettez le tofu. Hachez l'ail et le basilic. Dans un saladier, mélangez le tofu et le reste des ingrédients. Salez légèrement.

**04** Découpez la pâte en carrés suffisamment grands pour déposer une cuillerée à café de garniture au centre de la moitié d'entre eux. Humectez les bords de la pâte, puis recouvrez d'un autre carré de pâte et soudez les bords du bout des doigts en allant du centre vers le bord afin de chasser toute bulle d'air et de coller la pâte hermétiquement.

**05** Donnez la forme que vous désirez à vos raviolis à l'aide d'un emporte-pièce ou un verre. Pincez une dernière fois les bords.

**06** Portez de l'eau à ébullition dans une casserole et faites-y cuire les raviolis pendant quatre à cinq minutes.

**07** Égouttez les raviolis et servez-les avec un filet d'huile de sésame, un peu de fleur de sel et quelques baies roses.



# *Je veux du soleil !*



AURÉLIE GUYOT

La belle saison arrive, et avec elle nos envies de farniente sur nos balcons et de barbecues sur nos terrasses... s'accompagnant bien sûr de l'incontournable relooking de nos extérieurs! Sur quelles couleurs miser cette année? Quel type

de mobilier choisir? Quelles touches déco apporter? Nous avons profité de cet hiver pour bien préparer ce printemps et vous présenter la crème de la crème des tendances outdoor. Vivement que le soleil soit de la partie!



©MyDesign

### COLOR PARTY

Qui dit soleil et printemps dit forcément couleurs! Oubliez les beiges, les gris et autres crème de cet hiver, cette saison s'annonce particulièrement pétillante et gaie. Le vert pistache ou acidulé fait l'unanimité, et se marie sans complexe avec des violets francs et des jaunes vifs. Côté matières, les cordages et 'effets filets' ont inspiré les créateurs, qui jouent avec les nœuds, les grilles et les tressages. Les ombres projetées au sol font aussi partie du décor. On a craqué pour le banc jaune My Design, nous évoquant une sculpture africaine, ou le bain de soleil siglé Exsud avec son très joli maillage davantage contemporain.

### SOLS LUMINEUX

Les revêtements de sol viennent mettre ces belles couleurs en valeur. Les enduits en béton peuvent d'ailleurs eux aussi se faire teinter, ce serait dommage de s'en priver! La variété des couleurs est très large, mais nous vous recommandons un pigment neutre et lumineux, qui ne lasse pas et sait se faire discret. Le bois et le carrelage restent de solides options classiques et sont tout aussi faciles d'entretien. N'hésitez pas à mixer les matières pour délimiter et dynamiser l'espace. Enfin, pour réveiller vos sols, optez pour des tapis d'extérieur en plastique tissé ou en fibre de polyéthylène doux.

### DÉCO DÉCALÉE

L'humour est de mise côté déco! Insolites et pop, on aime disséminer et cacher des objets à côté d'une plante ou d'un fauteuil, comme autant de surprises et de clins d'œil. Le nain de jardin reste un must quoiqu'on en dise; notre préférence va à la version d'Idée Cadeau, qui nous propose un combo nain et mangeoire à oiseaux. Kave Home se fait beaucoup plus pointu, et édite cette saison des sculptures mi-statues cycladiques/mi-géant de l'île de Pâques. Même esprit chez Vondom, qui vous propose des pots en forme de têtes à facettes pour y faire pousser vos plantes. Tout est permis, amusez-vous!

## « INSOLITES ET POP, ON AIME DISSÉMINER ET CACHER DES OBJETS DÉCO AU MILIEU DE NOS PLANTES »



→ Nain de jardin, ideecadeau.fr



→ Pot de fleurs, Vondom

« VOUS PRÉFÉREZ LA DOUCEUR ET LE CALME  
AUX COULEURS VIVES ET AUX DÉCORATIONS  
UN PEU TROP VITAMINÉES ? ON COMPREND AUSSI,  
TOUT COMME LES CRÉATEURS ET GRANDES ENSEIGNES  
DE DÉCO QUI APPRÉCIENT TOUJOURS AUTANT NOUS  
PROPOSER UNE DÉCO ZEN ET ÉPURÉE »



## STAY TUNED

Technique et connectivité s'invitent également au-dehors. La terrasse se fait véritablement extension de la maison, avec la même exigence de confort et de praticité. Fort de ce constat, Somfy innove en lançant une nouvelle application permettant de commander les équipements de la terrasse comme les stores, les pergolas et la lumière depuis son smartphone. Nous avons pu tester la fonctionnalité 'snapshot', qui vous permet de mémoriser votre scénario préféré afin de pouvoir le reprogrammer automatiquement. De quoi tout gérer sans bouger de votre transat. Que demander de plus ?

## ECO-TERRASSE

Naturellement, nos extérieurs se font eux aussi respectueux de l'environnement, davantage durables et responsables. Si cette cause vous tient à cœur, investissez dans un salon de jardin dont la production ne participe pas à la déforestation et qui reste en accord avec les préoccupations environnementales.

L'écolabel FSC (Forest Stewardship Council) vous le garantit, n'hésitez pas à vous renseigner. On salue également l'initiative de My Note Deco, qui produit des poufs outdoor éco-conçus. Confortables, résistants, esthétiques et respectueux, on applaudit.

## BUDGETS SERRÉS

Nul besoin de dépenser des fortunes pour se concocter un petit coin de paradis. Quelques astuces déco simples et réflexes récup' nous permettent de respecter un budget limité. Suspendez des draps chinés ou des nappes inutilisées à des piquets en bois pour vous confectionner vos propres toiles tendues. À noter que cette saison, Ikea a pensé une belle collection beaux tissus colorés, à motifs ou tie&dye... de quoi apporter de la couleur et de la personnalité à moindres frais. Si vous vous sentez d'humeur gipsy, vous pouvez même vous confectionner un tipi ! Enfin, on a repéré pour vous les bouées My Little Day, en forme de cactus, de cygne ou de flamant rose, dont on peut profiter... même sans piscine !



→ Bouée porte-verres, My Little Day



→ Bouée, my little day



→ Fauteuil, The Rocking Company





Bâissez vos envies,  
embellissons ensemble  
vos extérieurs

**BATI C Bertrange**

30, rue de l'Industrie, L-8069 Bertrange  
Tél. 40 21 22-1

**BATI C Roost**

12, ZA Jauschwis, L-7759 Roost  
Tél. 26 88 70-1

**BATI C Roodt/Syre**

1a, route de Grevenmacher, L-6912 Roodt/Syre  
Tél. 77 05 05-1

**BATI | C**  
[www.bati-c.com](http://www.bati-c.com)

## ZEN

Vous préférez la douceur et le calme aux couleurs vives et aux décorations un peu trop vitaminées? On comprend aussi, tout comme les créateurs et grandes enseignes de déco qui apprécient toujours autant nous proposer une déco zen et épuré. Pour réussir ce type d'atmosphère, privilégiez les matières minérales, comme l'ardoise ou le béton ciré. Déclinez un camaïeu de gris pour votre mobilier, puis combinez à quelques touches de rotin; complétez avec de jolies plantes vertes pour réveiller l'ensemble. Et pour terminer, on a repéré une magnifique chaise suspendue chez Madame Stolz, parfaite pour méditer en apesanteur.

Colorée, décalée, connectée ou à contempler, cet été la terrasse en voit de toutes les couleurs, mais s'adapte à tous les budgets. Il ne nous reste plus qu'à espérer que le soleil réponde à l'invitation!



## Expo Jardin Infini

Restons dehors ! Direction le Centre Pompidou Metz pour profiter d'une jolie exposition consacrée au jardin, présenté comme un lieu d'hybridation, d'expérimentation et d'étrangeté aux yeux de nombreux artistes. Ce 'Jardin Infini' rassemble près de 300 œuvres de la fin du 19e à nos jours, dont le monumental Léviathan-main-toth d'Ernesto Neto. D'autres artistes de renom, tels que, Dominique Gonzalez-Foerster, Laurent Grasso, Rebecca Horn ou Yayoi Kusama sont y sont représentés. Le parcours libre et ouvert sur la ville de Metz, avec l'aménagement de trois jardins d'artistes hors les murs, vous invitant à cheminer à travers cette exposition comme dans un paysage inconnu.

→ Jardin infini. De Giverny à l'Amazonie. Jusqu'au 28 août au Centre Pompidou Metz. Plus de renseignements sur [www.centrepompidou-metz.fr](http://www.centrepompidou-metz.fr).

# La loi de la nature



©Plante et moi

LA FAUNE ET LA FLORE MARQUENT LEUR TERRITOIRE ET FONT LEUR NID DANS NOS INTÉRIEURS. INSPIRATION BESTIALE, OMNIPRÉSENCE DU MOTIF VÉGÉTAL, LA MAISON DEVIENT UNE JUNGLE URBAINE QUI INVITE À LA COMMUNION. RESPIREZ, L'AIR EST PUR.

SARAH BRAUN



©Heytens



©Ikea



Dans la vie, il y a des cactus.  
Et des éléphants roses.

→ Primark



On aime l'imprimé ludique d'inspiration hindou de ce coussin.

→ Ikea





Un coussin furieusement cool. Rrrrr !  
→ **Numero 74**



Les volatiles se la jouent bling bling.  
→ **H&M Home**



Inspiration 70's et exotiques pour ce seau à glaçons.  
→ **Selency**



Banzaï !  
→ **Ikea**



Mise au green pour ce fauteuil design.  
→ **BoConcept**



Parfumez votre intérieur aux herbes folles avec celle-ci, à la carotte sauvage !  
Audacieux et enivrant.  
→ **kerzon**



La savane est tendance cette saison !  
→ **KettiKeta Deco**



Pour avoir l'impression de s'asseoir dans la mousse.  
→ **Tribu**



# DESIGN PRÉCIS

## SYLVAIN WILLENZ

AURÉLIE GUYOT



### Dans la garde-robe

Mon Pull Saint James que je porte depuis sept ans. Inusable ! Un vrai produit authentique.



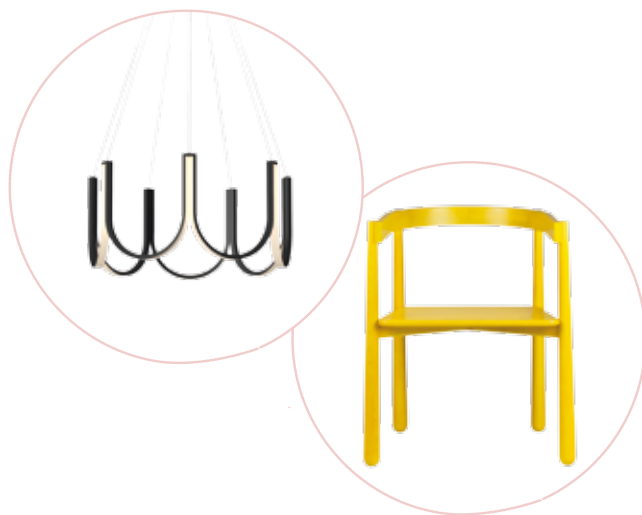
### Sa source d'inspiration

Les détails dans l'architecture moderniste ou art déco. Extraordinaires, expressifs et rigoureux à la fois.

Retrouvez toute l'actualité de Sylvain Willenz sur : [www.sylvainwillenz.com](http://www.sylvainwillenz.com), et sur son eshop [shop.sylvainwillenz.com](http://shop.sylvainwillenz.com). Et bien sûr sur sa page Facebook, ses comptes Twitter, Instagram et Pinterest.



Une fois n'est pas coutume, c'est en Belgique que nous mettons cap ce mois-ci, afin de vous présenter Sylvain Willenz. Voici plus de 10 ans que nous suivons avec beaucoup d'intérêt et de curiosité son travail et ses belles collaborations, de Ligne Roset à Cappellini. Une rencontre s'imposait ! L'occasion pour le designer de revenir sur ses plus beaux projets puis de nous parler des réalisations à venir. Né à Bruxelles en 1978, Sylvain Willenz connaît bien sûr très bien la Belgique, mais il a également vécu aux États-Unis et au Royaume-Uni. C'est d'ailleurs à Londres qu'il décroche son diplôme de designer, avant de revenir s'installer au plat pays pour y ouvrir son bureau. La Belgique le lui rend bien et lui décerne le prix de Designer de l'année cinq ans plus tard, en 2009. Cet amoureux des langues étrangères – « si je n'étais pas devenu designer, je serais linguiste ! » – se décrit comme quelqu'un de « polyvalent, précis et curieux ». Et la précision n'est pas un vain mot lorsque l'on découvre ses objets aux coupes efficaces et affûtées. Pas de superflu, à l'instar de sa fameuse chaise Homerun – l'un de nos coups



de cœur – ou de ses étagères Candy, conçues pour Cappellini. Ses créations sont d'ailleurs lauréates de prix prestigieux comme le Red Dot Award ou encore l'IF Award, et plusieurs d'entre elles ont intégré les archives et collections permanentes de divers musées. Parmi tous ses succès, Sylvain retient particulièrement le lustre U-Series qu'il a imaginé pour Arpel, « une réinterprétation hyper contemporaine, LED et minimaliste, du lustre classique et ancien ». Que lui réservent les mois à venir ? « De nouvelles collaborations » s'enthousiasme-t-il. « L'une d'entre elles avec Petite Friture, une entreprise française » – nous vous avons d'ailleurs déjà présenté cet éditeur de design dans ces mêmes pages il y a quelques mois – « et également différents projets aux États-Unis et en Scandinavie. Mais surtout, j'emménage bientôt dans ma maison ! Une bâtisse de 1968... avec beaucoup de rénovations ». On ne doute pas qu'il mettra en pratique le conseil qu'il tient à donner à la nouvelle génération de designers : « n'oubliez pas de faire des choses avec vos mains ! Fabriquez vous-mêmes ! » Impossible de quitter Sylvain sans lui demander ses bonnes adresses à Bruxelles... « Je vous conseille la boutique Fresh pour les baskets et vêtements esprit trendy-sportif, et bien sûr Acanthe Fleurs, la boutique de ma femme, qui se situe dans un bel immeuble moderniste. » Prenez note, et surtout suivez bien le travail de Sylvain Willenz, car d'autres best-sellers ne sauraient tarder...



### Dans la salle de bains

J'aurai bientôt dessiné ma propre salle de bains dans ma maison rénovée, et ce sera ma baignoire. Je réfléchis beaucoup dans mon bain !



### L'objet culte

Mon iPhone ; je fais tout avec, tout le temps. Et ma machine à café Richard Sapper 9090 pour Alessi.

## Découvrez le spa **Just Silence** avec son design exceptionnel



### **GASPERICH**

39, rue Jacques Stas - L-2549 Gasperich - Tél. 401 40 701 - Ouvert du lundi au vendredi de 8h00 à 18h00

### **BERTRANGE** Découvrez le spa Just Silence dans notre salle d'expo à Bertrange !

74, route de Longwy - L-8080 Bertrange - Tél. 401 40 700 - Ouvert du lundi au vendredi de 10h00 à 19h00 & samedi de 9h00 à 18h00

### **ESCH-SUR-ALZETTE**

6, rue Portland - L-4281 Esch-sur-Alzette - Tél. 401 40 304 - Ouvert du lundi au vendredi de 8h00 à 17h00 & samedi de 8h30 à 12h00



## IT'S LIFESTYLE

MARIELOL, FRED ET CLAUDIA ONT DES DOIGTS DE FÉE ET NOUS LE PROUVENT AVEC LEURS RECETTES ET DIY TRÈS INSPIRANTS!



Marie-Laure Moreau



### CRUMBLE ANANAS-VANILLE

Pour 3 portions. Préparation 30 minutes.

Cuisson 50 minutes.

**Ingrédients :** Pour l'ananas: 1/2 ananas + 20g de sucre blond de canne + 10g de beurre + 1 gousse de vanille coupée en 2 dans la longueur

**Pour le crumble :** 70g de farine sans gluten + 40g de beurre + 20g de sucre blond de canne + 30g de noix de coco râpée.

- 01 Préchauffez le four à 180 degrés.
- 02 Coupez l'ananas en petits morceaux.
- 03 Faites rissoler l'ananas dans une poêle avec le beurre et le sucre + la gousse de vanille que vous aurez auparavant fendue en 2 dans le sens de la longueur, jusqu'à ce que ce soit bien doré.
- 04 Préparez le crumble en mettant dans un saladier tous les ingrédients et malaxez bien pour former le crumble.
- 05 Remplir vos ramequins avec l'ananas puis le crumble au-dessus.
- 06 Enfourez 50 minutes à 180 degrés.

→ [marielofashionglutenfree.blogspot.lu](http://marielofashionglutenfree.blogspot.lu) |   



Frédérique Theisen

### VASE MURAL

**Matériel :** Ecorce de bois épaisse et séchée, perceuse, 5 petites bouteilles de différentes formes, paire de ciseaux, ficelle.



- 01 Simulez les emplacements de vos bouteilles avant de percer 2 trous par bouteille (1,5 cm d'espacement) en horizontal sur votre écorce.



- 02 Découpez 5 bouts de ficelle pour fixer vos bouteilles au morceau de bois.



- 03 Percez 2 trous dans le haut de l'écorce pour rajouter la ficelle qui servira à fixer votre création au mur. Trouvez l'emplacement idéal avant d'y mettre en valeur vos fleurs!

→ [www.fredkeandfriends.lu](http://www.fredkeandfriends.lu) |   



Claudia Zanchetta



### VELOUTE DE PANAIS

Pour 6 personnes – Préparation : 10 minutes –

Cuisson : 30 minutes. **Ingrédients :** 3 beaux panais + 3 pommes de terre + 1 gros oignon + 1 gousse d'ail + 15cl de crème fraîche liquide + beurre + brins de ciboulette + persil + sel et poivre.

- 01 Épluchez, hachez l'oignon et l'ail puis réserver. Peler et couper les pommes de terre en petits cubes (pour accélérer la cuisson). Épluchez (comme les carottes) vos panais et découpez-les également en petits cubes.
- 02 Faire fondre un peu de beurre dans une cocotte et y faire revenir l'oignon et l'ail émincés, sans faire colorer. Ajouter ensuite les pommes de terre et le panais en petits cubes. Remuer, sans laisser colorer, pendant environ 5 minutes.
- 03 Verser 1 litre 1/2 d'eau sur les légumes, couvrir et laisser cuire pendant 30 minutes.
- 04 Quand le temps de cuisson est écoulé, retirer la cocotte du feu et laisser reposer quelques minutes avant de mixer. Profitez-en pour laver, sécher et ciseler des brins de ciboulette et un peu de persil. Mixer les légumes pour obtenir un joli velouté blanc. Saler, poivrer et ajouter enfin la crème fraîche liquide.

- 05 Remettre sur feu très doux jusqu'aux premiers frémissements pour réchauffer le velouté. Prenez le temps de le goûter et de rectifier l'assaisonnement si nécessaire. Il ne vous reste plus alors qu'à servir votre velouté dans les récipients de votre choix, de décorer de ciboulette et de persil pour apporter un peu de couleur et de vous faire plaisir en le dégustant.

→ [claudiavousregale.wordpress.com](http://claudiavousregale.wordpress.com) |   



# AUDI Q2:

## La surprise des anneaux!

**SORTI DE NULLE PART, LE NOUVEAU PETIT SUV DE AUDI AURA SURPRIS TOUT LE MONDE! D'ABORD PARCE QU'IL N'AVAIT PAS DE PRÉDÉCESSEUR, ENSUITE PARCE QU'IL AVANCE UN LOOK INÉDIT CHEZ AUDI ET FINALEMENT PARCE QU'IL A DE SACRÉS ARGUMENTS...**

ANTONIO DA PALMA FERRAMACHO



→ **Fraîcheur du style**  
→ **Agrément de conduite**  
→ **Possibilités de personnalisation**

→ **Liste d'options interminable**

→ **Prix démesuré si correctement équipé**

→ **Pas (encore?) de moteur essence puissant**



→ **Modèle d'accès: 1.0 TFSI - 22.000,00 € (TTC)**

**Prix de base du modèle testé:**

**2.0 TDI Quattro - 30.835,00 € (TTC)**

Les SUV ont la cote, on ne vous apprend rien! Si à ses débuts, cette catégorie de véhicule était réservée au haut de gamme, cela fait belle lurette qu'elle s'est démocratisée, marques généralistes en tête. Cette part du gâteau étant la plus grosse, les constructeurs premium ne pouvaient la boudier. Ratisser large pour gagner encore plus de parts de marché, voilà donc l'explication de la naissance du Q2!

### FRAÎCHEUR ESTHÉTIQUE

Le style des Audi faisait dans le rondouillard, voire dans le mou, ces dernières années, mais les nouvelles réalisations se montrent plus vigoureuses avec des lignes acérées par exemple celles des derniers Q5 et Q7. Mais le problème chez Audi (comme chez les autres marques premium), c'est que l'on rechigne à changer de look par peur de perdre les fidèles clients très conservateurs... Du coup, il est compliqué de distinguer un nouveau modèle de l'ancien! Un travers auquel le Q2 échappe, étant le premier de la marque... Une chance pour Audi qui a pu partir d'une feuille blanche en traçant des formes franchement cubiques qui procurent davantage de caractère et de jeunesse au style en perte de vitesse, avouons-le, de la marque aux anneaux. Ajoutons à cela un programme de personnalisation, aussi vaste que haut en couleur, et l'on obtient un beau petit SUV aux lignes équilibrées, racées et bien dans l'ère du temps. Gageons que cette bouffée d'oxygène stylistique sera bénéfique aux futures réalisations du constructeur!

### TAILLE HUMAINE

L'autre domaine où le Q2 convainc, c'est celui des proportions et de l'espace à bord. De fait, avec ses 4,19 m, il se montre compact, mais aussi particulièrement habitable à l'avant -un peu moins aux places arrière- tout en proposant un coffre de contenance correcte (355 l). Le poids contenu de la version 1.4 TFSI (1265 kg) monte sur notre version 2.0 TDI Quattro à 1480 kg, en raison du gros moteur Diesel, de la transmission intégrale et de la boîte S-tronic. Malgré cela, son comportement routier reste irréprochable et même très ludique, grâce à l'agilité de son châssis dont les roues sont plantées aux quatre coins. C'est d'ailleurs l'une des Audi les plus agréables à conduire dynamiquement!

### CONDUITE ENTHOUSIASMANTE - PRIX DÉSARMANT

Vous l'aurez compris, nous avons beaucoup apprécié ce nouveau Q2! Position de conduite au top, finition et ergonomie irréprochables, possibilités de personnalisation et d'équipement presque infinies et un beau petit look... Bref, cela faisait longtemps qu'on ne s'était plus autant amusé à bord d'une Audi (ndlr. La dernière à nous avoir mis la banane étant la petite S1)! Mais il y a le revers de la médaille qui, comme toujours et encore plus ici, concerne le tarif. En effet, si le modèle d'accès se positionne correctement, il faudra piocher dans la longue liste d'options pour obtenir un véhicule correctement équipé, ce qui, dans le cas de notre 2.0 TDI Quattro richement équipé, se solde par une addition à plus de 50 000 EUR... Groupes!

# Varsovie

## la belle éclopée

LIBÉRÉE EN 1945 DU JOUG DES NAZIS, LA CAPITALE POLONAISE A ÉTÉ DÉTRUITE À 83%. AVEC L'ARRIVÉE DES SOVIÉTIQUES ET DE LEUR ARCHITECTURE CARACTÉRISTIQUE, VARSOVIE A RADICALEMENT CHANGÉ. POURTANT, GRÂCE À LA PRESSION DES POLONAIS, SA VIEILLE VILLE A ÉTÉ ENTIÈREMENT RECONSTRUITE, ET S'AFFIRME AUJOURD'HUI COMME L'UNE DES PLUS BELLES D'EUROPE DE L'EST.

KÉVIN STORME



«Le lieu d'extinction de la culture orientale et occidentale.» L'expression vient de l'écrivain polonais Witold Gombrowicz. Le lieu en question ne désigne ni Moscou ni Athènes, encore moins Istanbul. Mais Varsovie. Au carrefour de l'Europe, la capitale polonaise est aussi un point central de l'histoire du vieux continent. Chaque monument, chaque coin de rue, chaque place, garde des stigmates d'un passé mouvementé. Tantôt glorieux, tantôt tragique. Toujours marquant. À mille lieues des représentations que l'on peut se faire de «Warszawa», le visiteur fraîchement débarqué à la gare découvre une skyline qui ne déparerait pas en Amérique du Nord. Bien que multiséculaire – la ville a été fondée au 13<sup>e</sup> siècle –, la dernière guerre mondiale

a presque entièrement détruit la cité. Toute la ville n'a pourtant pas été complètement reconstruite à la mode soviétique.

### «EMPIRE STATE BUILDING» POLONAIS

Le Palais de la Culture et des Sciences, érigé entre 1952 et 1955, est le monument emblématique de la capitale. Il fait partie de cette skyline varsovienne et évoque l'Empire State building de New York, bâti 20 ans plus tôt, dans le style Art déco. Moins haut (231 mètres) que son homologue new-yorkais, le Palais de la Culture et des Sciences offre toutefois une vue panoramique sur Varsovie. Cadeau de Staline aux Polonais, il abrite désormais trois théâtres, un cinéma, une salle de congrès, une piscine, deux musées, plusieurs bars et clubs... Autour du palais de la culture, le centre-

ville est ultra moderne, avec toutes les enseignes internationales et de nombreux centres commerciaux. Mais également un musée d'art moderne proposant régulièrement des expositions temporaires de qualité.

La Voie Royale, longue de 15 kilomètres, permet d'admirer les principaux monuments de la cité, jusqu'à la vieille ville, particulièrement dans sa partie nord. C'est un peu les Champs-Élysées locaux, par où est entrée l'armée rouge, pour libérer Varsovie des nazis le 17 janvier 1945. Le nom de Voie Royale tire son origine du fait qu'elle relie les principales résidences des monarques polonais. On y trouve de nombreux palais, évidemment, mais également des églises, des musées et la magnifique université de Varsovie.

### CHOPIN DANS UNE ÉGLISE

Au Palais présidentiel s'est jouée l'histoire de la seconde partie du 20<sup>e</sup> siècle. C'est ici qu'a été signé, en 1955, le Pacte de Varsovie, qui unifiait les forces de tout le bloc communiste, et que s'est déroulé, en 1989, la rencontre entre les autorités communistes et les leaders du syndicat Solidarnosc, qui déboucha sur la fin du régime. En s'y prenant à l'avance, il est possible de le visiter.

Plus loin, l'Université de Varsovie a été fondée en 1818. L'enceinte abrite toujours de magnifiques édifices. La Voie Royale borde aussi le musée national, qui présente cinq siècles d'art polonais et quelques chefs d'œuvres de grands noms européens: Botticelli, Le Tintoret, Watteau...

Dans le palais Ostrogski se trouve le musée consacré au plus illustre des artistes polonais: Frédéric Chopin. L'exposition retrace la vie de l'artiste à travers 7000 objets (manuscrits, lettres, effets personnels...). Mais la meilleure manière de découvrir le compositeur est encore d'assister à l'un des nombreux concerts donnés dans les plus belles églises de la ville: l'église Sainte-Croix, l'église des Carmélites...



## «LA VOIE ROYALE, LONGUE DE 15 KILOMÈTRES, PERMET D'ADMIRER LES PRINCIPAUX MONUMENTS DE LA CITÉ, JUSQU'À LA VIEILLE VILLE»



### «VILLE PHÉNIX»

Au bout de la Voie Royale, on parvient à Stare Miasto (la vieille ville, en polonais). D'un coup, on oublie que la capitale polonaise a été détruite à 84% durant la Seconde Guerre mondiale. On oublie que l'on est dans une mégalopole de plus de 3 millions d'habitants. Et l'on comprend pourquoi certains surnomment Varsovie, la «ville phénix». Le quartier, inscrit au patrimoine de l'Humanité, a pourtant été entièrement détruit pendant la Seconde Guerre mondiale. Mais au lieu de construire des bâtiments de type soviétiques, les Polonais ont voulu recréer à l'identique le Stare Miasto. Aujourd'hui, la vieille ville est regroupée derrière des remparts et s'étale autour de Rynek, la place du Marché. Bordée de maisons colorées d'inspiration baroque et Renaissance, elle fut, jusqu'au 19<sup>e</sup>, le cœur administratif, commerçant et culturel de Varsovie. Au centre se trouve une copie de la fontaine de la petite sirène, autour de laquelle on déguste du vin chaud en grignotant des saucisses fumées.

### TOUR DES REMPARTS

Autour de la place du marché s'élancent des ruelles étroites et entièrement piétonnes où il fait bon flâner. La rue Dzielna débouche sur la bien nommée rue Kanonia, magnifique place en triangle, bordée des anciennes maisons des chanoines du chapitre de Varsovie. En face, la cathédrale Saint-Jean a été construite au 14<sup>e</sup> siècle. Elle abrite les tombeaux des derniers princes mazoviens et les corps d'autres

Polonais célèbres. Au Château Royal, on visite notamment les appartements royaux, la chapelle royale, et une somptueuse salle de bal. Les sections «musée» permettent, entre autres, d'admirer la collection Lanckoroński, cédée par la comtesse Karoline en 1994, qui contient notamment deux Rembrandt. Pour parfaire la visite, un tour des remparts est incontournable. Reconstitués en briques rouges, ils prennent toute leur dimension au niveau de la rue Podwale.

### SUR LES TRACES DE L'ANCIEN GHETTO

Varsovie est également une ville de mémoire. Dans un pays qui a abrité Auschwitz-Birkenau et Treblinka, les quelques restes du tristement célèbre ghetto de Varsovie résonnent comme une plaie non cicatrisée dans la société polonaise.

Le chemin du Souvenir circule entre les rues Anielewicz et Stawki. On y retrouve un monument des révoltés du ghetto sur l'emplacement de la bataille entre des combattants juifs et des nazis. Tout le long du chemin, des monuments du souvenir rappellent la tragédie de ce ghetto où 400 000 Juifs furent entassés sur 400 hectares dans des conditions inhumaines. 265 000 furent transférés dans le camp d'extermination de Treblinka. Varsovie n'est peut-être pas le lieu d'extinction des cultures orientale et occidentale. Mais elle a été, à une époque, le lieu d'extinction d'une partie de la morale humaine.

### Les bonnes adresses

#### On dort où ?

**Pas cher :** Comme dans toutes les grandes villes, Airbnb offre le meilleur rapport qualité-prix. À Varsovie, des milliers de logements sont accessibles par ce système.

**Plus cher :** La Régina. L'un des plus beaux hôtels de Pologne, dans un palais restauré du 18<sup>e</sup> siècle. Chaque chambre est ornée de fresques dessinées à la main. Il compte aussi une salle de sports, un sauna, et un spa. À partir de 80 € la double, en passant par des centrales de réservation.

#### On mange où ?

**Pas cher :** Saucisses, soupes, goulash... Sur toutes les places animées de la capitale, on trouve à manger pour des sommes dérisoires. Pas le summum de la finesse, mais appétissant quand même ! À partir de 3 € le plat.

**Plus cher :** U Fukiera. Créé par Magda Gessler, un grand nom de la cuisine polonaise, ce restaurant est installé dans un hôtel particulier. Il se compose de trois salles, éclairées par des chandelles, et d'une superbe cour intérieure. Le top de la cuisine polonaise. À partir de 25 € le plat.

#### On sort où ?

Le quartier s'étendant autour des rues Foksal, Sienkiewicza, Mazowiecka, Zurawia et sur les places Trzech-Krzyzy et Zbawiciela est le plus couru des noctambules. On y trouve la proportion la plus forte de bars, pubs et clubs de toute la ville.





## Le signe du mois

### BÉLIER

DU 21 MARS AU 20 AVRIL

**Amour :** Vénus fait son entrée dans votre signe et éveille vos sens, vous serez une amoureuse de grands talents sans pour autant vous engager totalement ! **Travail :** Soleil et Uranus opposés à Jupiter, prenez soin de bien calculer les risques que vous prenez avant de vous engager dans une quelconque association. **Vitalité :** Vous vous engagez pour une cure de Soleil pour vitaliser votre vitamine D.

### TAUREAU

DU 21 AVRIL AU 20 MAI

**Amour :** Mars et Vénus feront bon ménage, vous aurez à cœur de vous construire un environnement harmonieux et stable qui sera censé faire tampon entre vous et vos problèmes. **Travail :** Mars vous étant favorable, vous devriez obtenir la récompense de vos efforts dus à votre persévérance. **Vitalité :** Mars dans votre signe vous garantit une bonne résistance aux changements climatiques.

### GEMEAUX

DU 21 MAI AU 21 JUIN

**Amour :** Une période de détente, vos élan affectifs seront d'une intensité équivalente à celle de votre désir et de votre volonté. La clé est de vous faire du bien. **Travail :** Dynamisée par votre planète Mercure actuellement en Taureau, brisez vos limites, faites sauter les barrières de vos contraintes, mobilisez votre volonté. **Vitalité :** Besoin de vous poser, votre biorhythme joue au yoyo.

### CANCER

DU 23 JUIN AU 22 JUILLET

**Amour :** La période de Pâques vous sera favorable, si vous croyez réellement en quelque chose, cela arrive toujours, alors permettez aux choses d'entrer en vous et de semer vos désirs. **Travail :** Mars et Mercure en soutien, vous gagnez en autorité et pouvez diriger vos affaires à votre idée, parfois en usant de stratégies secrètes. **Vitalité :** Vous réfléchirez à changer votre mode d'alimentation.

### LION

DU 23 JUILLET AU 22 AOÛT

**Amour :** Bel aspect de Vénus en Bélier, vos attentes vis-à-vis d'une personne exigent plus de patience. La vie mondaine et sociale sera le centre de cette période Pascale. **Travail :** Saturne en signe ami protègent vos arrières, réfugiez-vous dans votre travail où certaines gratifications vous redonneront du courage pour affronter les caps difficiles. **Vitalité :** Tout ce qui concerne les thérapies apparentées aux minéraux vous sera bénéfique.

### VIERGE

DU 23 AOÛT AU 22 SEPTEMBRE

**Amour :** Vous resterez dans la tradition Pascale, vous aurez d'excellentes initiatives pour partager avec votre famille qui ne manquera pas de vous montrer leur amour. **Travail :** Le trigone de Mars vous rend optimiste et vous libère de tous obstacles, privilégiez le consensus plutôt que de vous retrouver dans une impasse. **Vitalité :** Vous avez tout à gagner à écouter vos élan intérieurs pour vous redynamiser.

### BALANCE

DU 23 SEPTEMBRE AU 22 OCTOBRE

**Amour :** Vénus et Jupiter seront vos complices, en dehors des fêtes Pascales, de belles rencontres se profilent lors d'un déplacement, de nouvelles réjouissances qui semblent vous convenir. **Travail :** Jupiter en phase de rétrogradation, gare aux mauvaises appréciations, votre farouche volonté d'indépendance est salutaire, mais des tensions peuvent accentuer le flou, les hésitations et les erreurs... **Vitalité :** Grâce à l'impact positif de Mercure et de Mars, votre énergie remonte progressivement.

### SCORPION

DU 23 OCTOBRE AU 21 NOVEMBRE

**Amour :** La Lune Noire dans votre signe vous incite à une remise en question profonde de la nature de vos sentiments et pourrait vous rendre service. **Travail :** Mars sera un allié de forme, vous vous consacrerez à votre activité avec passion ou bien vous choisirez de vous évader au loin. **Vitalité :** Mars opposé, vous aurez besoin d'action sportive pour réguler votre vitalité et chasser les toxines.

### SAGITTAIRE

DU 22 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE

**Amour :** Neptune en conflit avec Saturne chez vous demande un peu plus de clarté dans vos relations, vous aurez quelques difficultés à vous faire comprendre ou à communiquer. Ne cherchez pas à imposer vos idées. **Travail :** Avec les planètes en Bélier, vous commencez à entrevoir ce qui vous conviendrait vraiment, mais manquez actuellement de moyens pour entreprendre de nouveaux projets, gardez une sécurité. **Vitalité :** Faites en sorte de ne pas faire l'impasse sur des aliments qui restent essentiels à votre vitalité.

### CAPRICORNE

DU 22 DÉCEMBRE AU 20 JANVIER

**Amour :** La combinaison Mars-Mercure bénéfique avec votre signe insiste pour que vous changiez votre façon d'aborder les autres. L'abandon à toutes résistances serait bien utile. **Travail :** La planète Mars en aspect avantageux, si vous cherchiez à lancer un changement dans votre vie professionnelle, vous serez bien inspirée d'y penser seule, au calme et en profondeur. **Vitalité :** Un nouvel optimisme vous permet de regarder devant vous avec confiance.

### VERSEAU

DU 21 JANVIER AU 19 FÉVRIER

**Amour :** Mars opère quelques misères, quelques états d'âme liés à des préoccupations familiales, à des pressions sociales. Ou peut-être les deux ? Relativisez ! **Travail :** Mars en conflit, vous faite la différence quitte à bousculer un peu les codes établis, voire à provoquer l'autorité qui ne l'entendra pas de cette oreille, mais pourrait toutefois accorder crédit à vos exigences. **Vitalité :** Votre capacité à voir le bon côté des choses fera des miracles.

### POISSON

DU 20 FÉVRIER AU 21 MARS

**Amour :** Neptune votre planète en difficulté avec Saturne, exiger une confiance absolue n'est pas mauvais en soi, mais faites-le avec tact, sans exposer crument de simples doutes. **Travail :** Des rencontres inédites, des appuis inespérés font progresser votre situation financière et valorisent vos potentiels, vous permettant d'exploiter vos dons. **Vitalité :** Votre vulnérabilité émotionnelle est en fait une limite à prendre en compte.



Horoscope établi par HÉLÈNE MACK  
[www.astrodysee.fr](http://www.astrodysee.fr) / [mackhelene@gmail.com](mailto:mackhelene@gmail.com) / Consultation en ligne de qualité, paiement sécurisé par carte bancaire Tél. : +33 (0) 7 68 55 14 11



Envoyez **plus**,  
**plus** loin et pour  
seulement **7,50€\***

# Ready2Post

## Edition limitée 175 ans

L'emballage préaffranchi pour vos envois  
au Luxembourg et vers l'Europe !



[www.post.lu](http://www.post.lu) • 8002 8004



\* Pour tout envoi de maximum 2kg au Luxembourg et vers l'Europe.



FORD MOTOR COMPANY PRÉSENTE

VIGNALE



LE FORD KUGA VIGNALE EST ARRIVÉ. DÉCOUVREZ-LE SUR [VIGNALE.FORD.LU](http://VIGNALE.FORD.LU)

SEARCH **FORD KUGA VIGNALE**



**Go Further**

4,4-7,5 L/100 KM. 115-173 G/KM CO<sub>2</sub>.

Les chiffres de consommation et d'émission s'appliquent aux véhicules avec les pneus de série, comme décrit dans les équipements de série. Des pneus optionnels peuvent engendrer d'autres valeurs d'émission de CO<sub>2</sub> et de consommation. Disponible exclusivement dans les FordStores. Contactez votre distributeur Ford pour plus d'informations. Donnons la priorité à la sécurité. Informations environnementales [A.R. 19/03/2004]: [www.ford.lu/environnement](http://www.ford.lu/environnement). **ford.lu**