

Femmes

MAGAZINE

—
MODE

SHOW CHAUD!



BEAUTÉ

UNE SAISON PARFUMÉE

BUSINESS

CONSOMMER BIO: OÙ EN EST LE LUXEMBOURG?
—

KARLIE KLOSS
NAOMI CAMPBELL



#GiveBrilliant

BRILLIANCE FOR EVERYONE
WITH THE HOLIDAY COLLECTION



Il va faire froid...

MARIA PIETRANGELI

Il fallait oser, s'attaquer à l'un des personnages les plus puissants d'Hollywood. C'est un article du New York Times qui a mis le feu aux poudres. Et les échos se sont multipliés...

Le hashtag créé par la journaliste Sandrine Muller #BalanceTonPorc a recueilli des centaines de témoignages.

Pourquoi les femmes ne parlent pas ? Quel est le prix de la parole libérée ? Est-ce que la justice et/ou la hiérarchie au sein d'une entreprise sont à la hauteur ?

Quoi qu'il en soit, et quoi que l'on pense de ce déferlement médiatique, il est légitime de se demander si notre petit pays policé n'est pas concerné ou si l'omerta est de rigueur.

Qu'y a-t-il à découvrir dans ce numéro du mois de novembre ? Du côté de la mode, les doudounes ou fourrures mœlleuses et synthétiques *of course*, finiront par vous faire apprécier les grands froids. Et pour nos chères têtes blondes, des tenues adaptées, tendance et super cool. Les looks de deux marques sont à l'honneur, Agnès B. et Sonia Rykiel. Et enfin une interview de Natalie de

Banco, la jeune créatrice de la marque Bronx & Banco qui sublimerait votre silhouette dans ses robes de cocktail à tomber.

Des sujets d'actualité, comme avec le diabète, dont la journée mondiale est le 14 novembre; l'immobilier dont la tendance encore et toujours à la hausse, tend à devenir un fait de société; la consommation bio qui, si elle fait quasi l'unanimité, ne peut pas rimer avec consommation locale. Et la multitude de rubriques qui sont, au fil du temps, devenues de véritables rendez-vous.

Les rencontres du crû avec Philippe Laffut, le chef du restaurant le Patin D'or, Brice Montagne, artiste aux multiples facettes écriture, production, comédien, Milly Panunzi cette charmante artiste luxembourgeoise, Aude Legrand qui prend en compte des caractéristiques que l'on pourrait qualifier d'extérieures d'un objet en le transformant et enfin Carole Fisher, administrateur délégué chez Fisher qui complète notre article « Business » sur la consommation bio en nous parlant de l'origine des produits utilisés au sein de sa société. Les rencontres, d'ailleurs, avec le designer français Jean Couveur à qui l'on doit notamment le banc pliable Judo. Excellente lecture, lovée au chaud devant un feu de cheminée...

OURS

DIRECTION

Maria Pietrangeli

RÉDACTRICE EN CHEF

Maria Pietrangeli

PHOTOGRAPHE

Julian Benini

CONSEILS EN COMMUNICATION

Julie Bènière, Alexandrine Florian, Kevin Martin

MISE EN PAGE

Alinéa Éditions et communication Sàrl
Julie Mallinger

RÉDACTEURS

Alix Bellac / Julie Bènière / Lisa Beys / Sarah Braun / Antonio Da Palma Ferramacho / Magali Eyllenbosch / Frédéric Frabetti / Godefroy Gordet / Aurélie Guyot / Christine Mick / Maria Pietrangeli / Michèle Rager / Jeanne Renaud / Mathieu Rosan / Carmen Rimondini / Karine Sitarz / 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

join us !



COVER

Modèle : Cassandre Humbert de chez Notoys | Photographe : Julian Benini | Hair stylist : Paola Strassen et Elena ToniandGuy by Paola Kirchberg |

Make Up artist : Justine Cherry MakeUp Artist Freelance | Styliste : Julie Bènière & Julie Mallinger | Production : Maria Pietrangeli, Julie Bènière & Julie Mallinger |

Lieu : Château Septfontaines / Villeroy et Boch (Angels Events Agency)

Sommaire

Mode



- 06 LAST MINUTE!
- 08 CATWALK
Agnès B. & Sonia Rykiel
- 10 MODE
Show chaud !
- 15 CONCOURS
- 26 TRENDS
- 28 DRESS CODE
On se tient à carreaux !
- 30 MAKING OF
- 32 INTERVIEW CRÉATEUR
Natalie de Banco
- 34 DREAM LIST
La liste de vos envies...

Magazine



- 42 DOSSIER
L'immobilier toujours au sommet
- 56 ELLE
Milly en toute humilité
- 58 LUI
Brice Montagne, raconter des histoires
- 60 FOCUS
Tous accros aux écrans ?
- 62 BUSINESS
Consommer bio : où en est le Luxembourg ?
- 66 INTERVIEW BUSINESS
Fischer: « des produits régionaux de qualité »
- 68 ACTU BUSINESS
- 70 FINANCES
- 72 ADEM
- 74 NOS EXPERTS EN DROIT



Have fun

- 75 ONLINE
- 76 SAVE THE DATE
- 80 INTERVIEW CULTURE
Aude Legrand, capter l'expérience de la vie
- 82 À VOIR
- 84 À ÉCOUTER
- 86 À LIRE
- 88 IN THE CITY

Wellness



- 92 BEAUTÉ
Une saison parfumée
- 98 BEAUTÉ
Cheveux: les quatre snobismes ultimes de la saison
- 102 L'AVIS DE LA RÉDAC
- 103 BEAUTY CASE
- 104 HEALTHY
Le sel de Nigari : une multitude de bienfaits naturels
- 106 SANTÉ
14 novembre 2017 :
Journée Mondiale du Diabète
Des progrès pour tous



Tribu

- 108 WE ARE FAMILY
Doit-on tout dire aux enfants ?
- 110 WANTED
- 111 FOR KIDS
- 112 CAS D'ÉCOLE
Des devoirs et des conflits
- 114 BOOKS

Art de vivre



- 116 INTÉRIEURS
Chambre d'enfant :
les plus belles tendances
- 120 INTERVIEW DESIGNER
De la matière à l'objet - Jean Couvreur
- 122 MOODBOARD
Bobo baby
- 124 IT-CAR
FIAT tipo S-Design: Cheap Chic !
- 125 UN CHEF, UN PRODUIT
- 126 RECETTES
- 127 WINE LOVERS
- 128 VOYAGES
Le marais poitevin en vert, blanc, bleu
- 130 HOROSCOPE



#LIFTDYNAMIC

RETOUR EN ARRIÈRE. SAUT DANS LE FUTUR.

Shiseido dévoile sa nouvelle technologie TruStructiv™
pour un effet lifting inédit et une peau raffermie.

BIO-PERFORMANCE Crème Lift Dynamique



SHISEIDO
GINZA TOKYO

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!

46!

C'est le nombre
de références que recensera
la toute première ligne make-up
de notre site chouchou ASOS !



POUR CHARMER SON PIERROT !

Cette saison, on fond littéralement pour la chemise vouée devenir culte de la marque Claudie Pierlot. Joliment baptisée Colombine, elle se décline en version unie, rayée, ornée de dentelles ou en guipure, et s'offre même le luxe d'une édition spéciale, ornée de patch et limitée à seulement 10 exemplaires. Quel que soit le modèle, on adore les volants, au charme désuet et son petit bouton perle qui en font un basique intemporel et ultra féminin.

→ **Chemise Colombine, Claudie Pierlot, à partir de 165 euros.**



Le jus le plus sulfureux de la saison

Notes de cuir, nom outrageux et flegme britannique pour cette fragrance unisexe opulente, qui mêle intimement racine d'iris, au bois de cachemire tandis que la fève tonka lui apporte une touche de douceur exquise. Enfin, la sauge scarlée lui confère une dernière note aromatique et verte qui achève de faire de ce parfum l'éllixir le plus singulier de la saison.

→ **Tom Ford, 'Fucking Fabulous'**



Des gâteaux healthy?

Avant d'entrer dans la période de bombance des fêtes, on craque pour la dernière tendance healthy : les Raw cakes. Soit des carrés gourmands, confectionnés à base de dattes, d'amandes, de lait de coco, de fruits, de céréales ou de cacao cru. Ainsi préparés, ces gâteaux sont aussi bons au palais que pour notre santé ! Les moins courageuses fonceront chez Delhaize pour goûter les pâtisseries crues et vegan NatsRawLine, créées par la foodistas belge Nathalie d'Harveng.

« Ben les bisons, ça n'existe plus. Entendu à la redac
Tas qu'à regarder *L'Âge de Glace*, si tu ne me crois pas .»



La série-docu à ne pas manquer !

Quand Netflix annonce consacrer un biopic, à Joan Didion, on dit se réjouit d'avance ! Sorti le 27 octobre, Joan Didion: The Center Will Not Hold a été réalisé par le neveu de l'essayiste, Griffin Dunne. L'Américaine, 82 printemps au compteur, y passe en revue les moments forts de sa vie exceptionnelle. À l'image de son œuvre, qui mélange ses expériences familiales positives et négatives et la chronique d'une Amérique en mutation, ce documentaire revient sur les différents combats de cette femme hors normes.

→ **Joan Didion: The Center Will Not Hold, à voir sur Netflix.**



Les bottes de sept lieues

Cette saison, à défaut de pouvoir s'offrir les cuissardes glitter Anthony Vaccarello pour Saint Laurent, on filera chez Zara pour shopper celles-ci, rouges ornées d'un petit talon qui boostent notre potentiel sexy, sans tomber dans l'indécence.

→ **Cuissardes Zara, 129 euros.**

Soft Is The New *Strong*

ERIC BOMPARD

CACHEMIRE PARIS



AGNÈS B.

AGNÈS B.



Étoffes de velours riches et lumineuses, teintes sombres et profondes évocatrices de songes nocturnes, augmenté d'un soupçon de douceur très féminine, résolument la collection pensée par agnès b. nous plonge dans un hiver romanesque et délicat, à grand renfort de coupes sobres et élégantes, dans lequel le glamour se décline dans une intemporalité toute minimaliste.



TEXTE SARAH BRAUN
SÉLECTION DES IMAGES JULIE BÉNIÈRE



«MON OBJECTIF N'EST PAS
DE CRÉER UNE MODE TROP MODE
QUI DEVIENT TRÈS VITE
HORS MODE. »
AGNÈS B





«LA BEAUTÉ
SERA TOUJOURS RAYÉE.»
SONIA RYKIEL



SONIA RYKIEL

JULIE DE LIBRAN



C'est Nikki de Saint Phalle et ses silhouettes girondes et colorées qui ont inspiré Julie de Libran, directrice artistique Sonia Rykiel, pour sa collection automne-hiver 2017. Une influence qui se traduit dans des jeux de volumes, des couleurs franches et gaies, des motifs et patchworks extravagants pour des silhouettes de femmes libérées, désinvoltes. L'esprit germanopratin n'est pourtant pas bien loin. Un mélange audacieux pour une femme libérée et désinvolte, à l'image de la fondatrice de la maison.





Show chaud!

ON SE RÉJOUIT DE L'ARRIVÉE DU FROID POUR SE LOVER
DANS CES FOURRURES MOELLEUSES, CES DOUDOUNES DUVETEUSES,
CES COUPES MEGA-OVERSIED QUI ANNONCENT LA DÉFERLANTE
D'UNE VAGUE DE CHALEUR ET DE DOUCEUR.
VOUS N'AUREZ PLUS JAMAIS FROID !

TEXTE SARAH BRAUN
SÉLECTION DES IMAGES JULIE BÉNIÈRE



MANGO









Concours

JOUEZ AVEC FEMMES MAGAZINE
ET DIVERSITY ET GAGNEZ
L'UNE DES SPLENDIDES ÉCHARPES
MISES EN JEU.



POUR JOUER, IL SUFFIT DE RÉPONDRE
À LA QUESTION SUIVANTE:
QUELS SONT LES NOMS DES 2 CHEFFES
D'ENTREPRISES QUI ONT PARTICIPÉ
À LA RÉALISATION DES FOULARDS ET CRAVATES,
SYMBOLES DE LA PRÉSIDENTE LUXEMBOURGEOISE
DU CONSEIL DE L'UNION EUROPÉENNE EN 2015 ?

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

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

my OWN[®]

My Own
exclusivement
chez Adler

ADLER
ALLES PASST

3898 Foetz, Rue du Brill à côté de CORA
8008 Strassen, 2 Route d'Arlon
9999 Wemperhardt, Op der Haart 15









House | OF | Hearts

HAUTE LINGERIE

Nouveau à Luxembourg

DITA VON TEESE



Ritratti – Millesia – Parah – Empreinte – Prélude – Lou –
Aubade – Stelmark – Implicite – Vanity Fair – Feraud –
Marjolaine – Coemi – Twinset – Vannina Vesperini –
Nos accessoires : Bijoux by Sylvia Toledano
& Collants et bas Trasparenze

26 Rue du Curé - Luxembourg

Tél.: 28 79 12 04

www.houseofhearts.lu













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

Expo

TOILES DE MAÎTRE

L'année 2017 célèbre le centenaire de la naissance d'Irving Penn, l'un des plus grands photographes de mode du XX^e siècle. Il a notamment beaucoup collaboré avec le magazine *Vogue* et immortalisé des vêtements mythiques et des personnalités majeures comme Yves Saint-Laurent, Audrey Hepburn, Alfred Hitchcock ou encore Pablo Picasso. Les quelque 240 clichés exposés, souvent en noir et blanc, sont tous des chefs d'œuvre... Ne les manquez pas!

➔ Au Grand Palais jusqu'au 29 janvier, plus de renseignements sur www.grandpalais.fr



Girl With Tobacco On Tongue (Mary Jane Russell)
The Metropolitan Museum of Art, New York,
Promised Gift of The Irving Penn Foundation
©Condé Nast

Douceur



USAGE DE FAUX

Éthique et chic, on adore la fausse fourrure! Blanche ou colorée, à poils longs ou ras, mais toujours chaude et douce, on a flashé sur la version jaune vif signée Bershka ou rose poudrée vue chez Topshop. Pour les plus classiques, New Look propose un gilet sans manche immaculé, parfait porté sur un chemisier en soie et accessoirisé de gros bijoux.

Underwear



CULOTTÉ

On a repéré pour vous *Body&Clyde*! Ces culottes et bodies, simples et trendy, sont dessinés à Paris, par Olivia Louvet. La créatrice a fait ses armes au sein des maisons Dior et Balenciaga, en tant que styliste, et a également fait partie de l'équipe lingerie des Galeries Lafayette. On adore ses bodies, alliance subtile de séduction et de modernité, déclinée en trois modèles (col rond/culotte taille haute, col V/culotte classique ou débardeur/culotte taille basse) pour une féminité à la fois chic et cool.

➔ Plus de détails sur www.body-and-clyde.com



BEAU LIVRE

De sa première collection, en 1962, jusqu'à la dernière, en 2002, Yves Saint-Laurent a conçu des accessoires uniques pour parer ses mythiques créations haute couture. Réalisé en partenariat avec la Fondation Pierre Bergé-Yves Saint-Laurent, cet ouvrage est le seul, à mettre en lumière les superbes bijoux, chapeaux, chaussures et sacs à main qui ont sublimé les créations de l'un des plus grands couturiers de tous les temps. Le travail d'édition est magnifique, et la couverture, bleu Majorelle bien sûr, splendide.

➔ Yves Saint-Laurent : La folie de l'accessoire, nouveauté aux éditions Phaidon

Duo



Fashion Together de Lou Stoppard,
éditions Rizzoli New York

EN COUPLE

Rick Owens et Michèle Lamy, Marc Jacobs et Katie Grand, Riccardo Tisci et Mariacarla Boscono... Ils ont tous un point commun : ces grands noms de la mode ont travaillé en duo. Et c'est au total le travail de 18 couples mythiques que vous présente la Fashion Space Gallery à Londres, à travers des croquis, des vêtements, des vidéos ou des photographies. Un magnifique ouvrage accompagne cette exposition, l'occasion de découvrir des images et des interviews exclusives.

➔ Fashion Together, jusqu'au 13 janvier. Plus de renseignements sur www.fashionspacegallery.com

A woman with short dark hair, wearing a blue jacket and a colorful patterned scarf, is sitting in the driver's seat of a car. She is looking down at a red smartphone in her hands. The car's interior is visible, including the beige seats and the window frame. The background is slightly blurred, showing what appears to be a building with a balcony.

« JE SUIS UNE **ABONNÉE** DE LA PREMIÈRE HEURE ET DE LA DEUXIÈME HEURE! »

Michèle Detaille
à propos de la
newsletter biquotidienne
Paperjam.

8h00 16h00

Déjà plus de 33.000 abonnés.
Abonnez-vous sur

PAPERJAM.LU

ON SE TIENT À CARREAUX!



PEPE JEANS LONDON

On aime l'association denim chambray et petits volants pour cette chemise délicieusement garçonne.



PATRIZIA PEPE

Le caban se rallonge et se réchauffe à grand renfort de laine.



ANTONIO ORTEGA



MICHAEL KORS



LE

LOOK ZARA

L'office wear et les imprimés aux flegmes anglais insufflent un petit côté dandy à notre panoplie de la saison.

Le +



YVES SAINT LAURENT
+ GUERLAIN

La rédaction



CÉLINE

Coup de cœur pour l'esprit minimaliste de ce joli petit sac, un grand classique.



SCAPA

Les intempéries hivernales ne seront qu'un mauvais souvenir sous ce petit couvre-chef, tout roit sorti d'un roman d'Agatha Christie.



H&M

Coupe boyish
+ motifs rectilignes
= l'équation gagnante de la rentrée.

MARIA GALLAND

PARIS



SOINS PROFESSIONNELS

MILLE PERLE SUBLIME



L'ÉNERGIE DE LA BEAUTÉ

Maria Galland Paris a intégré toute son expertise anti-âge dans le développement du soin MILLE PERLE SUBLIME en édition limitée exclusive. L'association d'un complexe de perle innovant et d'actifs de haute efficacité assure un effet anti-âge exceptionnel pour une peau rayonnante aussi parfaite qu'une perle : effet lifting, réduction des rides et des taches de vieillesse, grain de peau affiné. Découvrez ce soin précieux chez votre esthéticienne et prolongez les bénéfices à la maison grâce à une crème et une essence uniques en leur genre. Une expérience exceptionnelle pour parer la peau d'une sublime beauté.

**SOUS LES MAINS EXPERTES DE VOTRE
ESTHÉTICIENNE, LA PEAU RÉVÈLE TOUTE SA BEAUTÉ.
IMMÉDIATEMENT. VISIBLEMENT.**



www.maria-galland.be

Découvrez-nous sur Facebook : Marie Galland Benefix.

Backstage

Pièce forte – et fondamentale dans nos contrées – le manteau est indubitablement LA pièce de la saison. La doudoune prend des allures ostentatoires de costume. On a eu le coup de foudre pour cette pièce signée de l'incroyable directeur artistique de la maison Balenciaga, Demna Gvasalia, qui a résolument contribué à ériger le streetwear en fashion statement.

//////
SARAH BRAUN



→ La solaire **Cassandra** de l'agence **Notoys** a fait souffler le vent de la rue dans les couloirs du **Château de Septfontaine**, sous l'œil avisé de **Julian Benini**. Nous remercions aussi chaleureusement le concept-store **SMETS** (boutique **Swimming Pool**), qui nous a prêté cette doudoune **Balenciaga** hallucinante et les chaussures **Joshua Sanders**, ainsi que la maison **BRAM** où nous avons trouvé la robe de la marque **Set**. **Paola** du salon **Paola Strassen** et **Elena** de **ToniandGuy by Paola Kirchberg** se sont chargées de créer une coiffure en adéquation avec ce look hivernal, tandis que la mise en beauté a été confiée à **Justine Cherry** MakeUp Artist Freelance. Merci également la maison **Aurélie Bidermann**, pour le bracelet.

Cassandra porte une doudoune **Balenciaga** et des chaussures **Joshua Sanders** prêtées par la boutique **Swimming Pool** (SMETS), ainsi qu'une robe **Set**, prêtée par **Bram**. Le bracelet a été prêté par la marque **Aurélie Bedermann**.

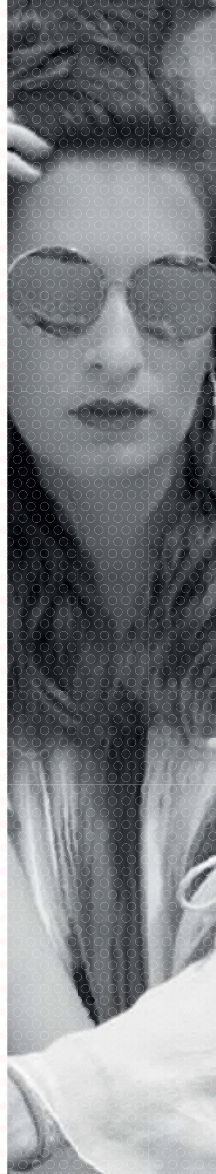
ISSUE 170 | MAI 2016



ISSUE 171 | JUIN 2016



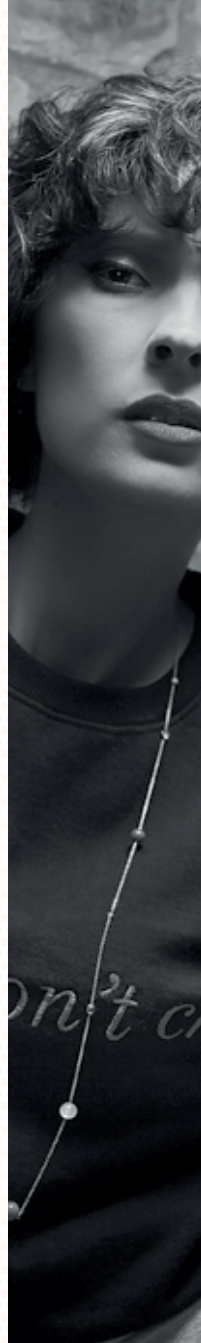
ISSUE 172 | JUILLET/AOÛT 2016



ISSUE 173 | SEPTEMBRE 2016



ISSUE 174 | OCTOBRE 2016



ISSUE 175 | NOVEMBRE 2016



Femmes

MAGAZINE

EST VOTRE MAGAZINE 100% FÉMININ
& 100% LUXEMBOURGEOIS!

RETROUVEZ-NOUS SUR WWW.FEMMESMAGAZINE.LU

ET SUR   

Natalie de Banco :

**« JE NE VEUX PAS CRÉER DES ROBES EXTRAVAGANTES
QUE L'ON REGARDE COMME DES ŒUVRES D'ART,
MAIS QUE LES FEMMES S'Y SENTENT BELLES ET IRRÉSISTIBLES »**

SARAH BRAUN



Une infatigable globe-trotter, au style des plus casual, qui rêve de sublimer les femmes avec des robes de soirée aussi glamour que féminines et exceptionnelles ? C'est tout le paradoxe de la créatrice Natalie de Banco, qui a créé, en 2009, sa marque de robe de cocktail : Bronx & Banco. Après s'être installée aux quatre coins du monde, elle s'apprête à conquérir l'Europe et le marché américain. Entre New York et la Belgique, où ses créations sont disponibles depuis l'été 2017, elle a pris le temps d'une conversation passionnante et inspirante...

Avec une mère qui la trimballait de showroom en showroom dans sa Russie natale, Natalie semblait toute disposée à embrasser une carrière dans le secteur de la mode. À 16 ans, lorsqu'elle s'installe avec sa famille en Australie, elle choisit tout naturellement de s'engouffrer dans cette voie et suit des études dans la confection. De fil en aiguille, elle découvre plusieurs facettes de ce milieu qui la fascine et fait ses marques dans ses maisons aussi diverses que David & Jones ou Chanel. Puis, elle fait le choix de délaisser momentanément la création pour travailler dans les relations publiques. Malgré tout, jamais elle ne quitte le secteur de la mode, elle sent qu'elle est faite pour autre chose et son envie de créer est plus forte.

DE L'ART DE SUBLIMER LA SIMPLICITÉ

En 2009, elle décide donc de retourner à ses premières amours et se lance alors dans un secteur de niche, qui lui parle pourtant énormément : la robe de soirée. Car de la Russie à l'Australie, elle a parfaitement saisi que, plus que tout au monde, les femmes avaient envie de briller en soirée, de se sentir belles, glamour et désirables. Elle s'inspire alors de ses deux cultures, pourtant très différentes l'une de l'autre, et de leurs codes de la séduction pour créer des modèles au charme universel et singulier à la fois. Des Australiennes, elle



garde leur décontraction et leur envie de naturel de simplicité ; tandis que ses origines russes apportent ce petit plus de sophistication et de glamour.

À la fois élégantes, intemporelles, ludiques et sensuelles, ses créations ont en fil rouge une exigence qui s'incarne des modèles sobres augmentés de ces petits riens qui feront tout ! « Leur charme réside dans le souci du détail. Je porte un soin tout particulier au choix du tissu, à une petite coquetterie dans le dessin, dans la coupe, qui fera de mes créations des pièces vraiment uniques qui attirent l'œil, certes, mais, surtout, qui subliment véritablement la femme. Mon ambition n'est pas de créer des robes extravagantes que l'on regarde comme des œuvres d'art, mais que les femmes s'y sentent belles et irrésistibles. S'il y a bien un moment où les femmes doivent se sentir exceptionnelles, c'est lors des grands événements, des occasions spéciales. C'est là que j'interviens », nous explique-t-elle avec de la malice dans les yeux. On le saisit au premier regard, Natalie est profondément altruiste et généreuse et n'envisage pas la mode sans cette valeur ajoutée. Un souci qui la conduit également à se battre

pour que ses créations conservent un prix abordable. « Cela ne m'intéresse pas que mes robes ne soient portées que sur les tapis rouges ! Même si j'adorerais voir Margot Robbie – que je trouve absolument fascinante – porter l'une de mes créations. Je veux que les pièces que je dessine vivent, connaissent un joli destin. Chaque femme peut ainsi réaliser mon rêve ! »

Et pour plaire et rencontrer son public, le moins que l'on puisse dire, c'est que Natalie de Banco ne compte pas ses heures. Elle nous confie créer pas moins de 10 collections par an. Elle avoue que les idées foisonnent dans son esprit et qu'un rien l'inspire : ses nombreux voyages, et, surtout, les années 70 et 80 qui occupent une place prépondérante dans son cœur. « Les femmes incarnaient alors l'image ultime du glamour et de la féminité. J'ai conservé cette force à laquelle j'insuffle une certaine modernité, voire du minimalisme. Mes créations sont construites sur un dosage subtil entre ces deux ingrédients », plaisante-t-elle. Pour finir, nous lui demandons quel est son dernier conseil pour que l'on ne voie que nous en soirée ? « La confiance en soi, c'est le petit plus qui fait la différence ! »





La liste de vos envies...

Le compte à rebours a démarré... Noël approche !
Et comme on sait très bien que ce n'est pas le gros monsieur barbu
qui va faire notre bonheur, autant faire passer subtilement le message
à notre amoureux... voilà 31 cadeaux que l'on adorera découvrir
au pied du sapin...

GOLD FEVER



02



09



03



08



01



04



07



05

06



➡ À vos marques, prêtes, shoppez!

00. Messika / 01. Marc O'Polo / 02. Maison Martin Margiela / 03. Pandora / 04. Guerlain
05. Kenzo / 06. Gucci / 07. Laure de Sagazan / 08. Diesel / 09. Zara

GREEN THERAPY



➡ À vos marques, prêtes, shoppez!

01. La Redoute Intérieurs / 02. Les Georgettes by Altesse / 03. Anthony Vaccarello pour YSL / 04. Oh My Got
05. Alinéa / 06. Eres / 07. Maison Baluchon / 08. Balzac Paris / 09. Gucci



Atelier de Création & Bijoutier Créateur



*15 ans
de création sur mesure*

RED
HOT!



02



03



09



04



05



01

06



08



07



À vos marques, prêtes, shoppez!

01. Louis Vuitton / 02. Louboutin / 03. Marie's Corner / 04. Zara / 05. H&M
06. Maje / 07. A.P.C. / 08. Chantal Thomas / 09. Palais des Thé

danía

Scandinavian Design

Simplicity | Minimalism | Functionality



Stelton | Royal Copenhagen | iittala
Georg Jensen | GJ Damask | Menu
Kähler | Rosendahl | Eva Solo | Muuto
Jacob Jensen | Marimekko | Hay
Normann Copenhagen | Gubi | Vipp
Ferm Living | Pilgrim...

3 Rue Astrid, Luxembourg-Belair | Tél. : 26 25 94 86
Christophstrasse 24, Trèves (All.) | Tél.: +49 65 199 452 590

www.dania.lu

Bigor

BIJOUTERIE



PANDORA
UNFORGETTABLE MOMENTS

La Belle Etoile - City Concorde - Topaze Mersch -
Cactus Ingeldorf - Cora Foetz - Walfer Shopping -
Cactus Redange - Cora Messancy

Nouvelle Boutique : Opkorn Differdange
Prochainement: Cactus Bettembourg

www.bigor.com

PINK LADY



À vos marques, prêtes, shoppez!

01. Hunkermöller / 02. The Capsoul / 03. Louis Vuitton / 04. Ice- Watch / 05. Filles à Papa
06. Hermès / 07. Messika x Gigi Hadid / 08. H&M / 09. Cluse



01



02



03



» À vos marques, prêtes, shoppez!

01. Louis Vuitton / 02. Monki / 03. Viktor & Rolf

4.000m²
*entièrement rénovés
et dédiés au sport*

**RÉOUVERTURE
CITABEL SPORTS
LEUDELANGE**



CITABEL
SPORTS

3 rue du Château d'Eau
L-3364 Leudelange
+352 37 97 37

5 Am Duerf
L-3436 Dudelange
+352 27 51 03 85

L'IMMOBILIER TOUJOURS AU SOMMET

SARAH BRAUN





« M'endetter sur 40 ans pour rester à Luxembourg et y couler des jours heureux après ma retraite est loin de me faire rêver! Je préfère rester locataire voyager, et, un jour, peut-être devenir propriétaire... Mais au soleil! », clame haut et fort Marjorie, quadra dont le poste à haute responsabilité dans le secteur bancaire la placerait d'emblée dans la catégorie des heureux propriétaires luxembourgeois. Un discours nouveau qui tranche nettement avec la tradition, bien ancrée dans les mentalités, de posséder un – voir plusieurs – biens au Grand-Duché. En effet, comme le rappelle le ministre du Logement Marc Hansen, « près de 70% des Luxembourgeois sont propriétaires ».

Mais s'il représente un Graal ultime pour la génération des baby-boomers luxembourgeois, être propriétaire sera-t-il toujours une fin en soi dans les années à venir? Les prix qui ne cessent d'augmenter – et qui ne semblent pas près de chuter – ne vont-ils pas finir par décourager les résidents? La génération des milléniaux, moins animée par le désir de possession – fera-t-elle perdurer l'exception luxembourgeoise? Et quid du marché locatif?



NO MONEY, NO HOME ?

Si Luxembourg se caractérise par une très forte tradition immobilière, est-il possible d'imaginer que cette manne se poursuive encore des décennies durant ? Sans aucun doute. « L'économie du pays repose en grande partie sur l'immobilier. Les prix vont continuer à monter encore pendant quelques années, même si nous ne sommes jamais à l'abri d'une baisse du marché. Cependant le Luxembourg ne subira pas une chute aussi importante qu'en France, par exemple », concède Louis Mathieu, agent immobilier pour la société Remax.

Ainsi, malgré des sommes toujours plus exorbitantes, le marché de l'immobilier au Luxembourg « ne s'est jamais aussi bien porté ! Toutes les régions affichent une croissance positive, et ce autant dans le secteur résidentiel que dans le commercial. Le centre du pays reste tout de même le cœur de Luxembourg, d'un point de vue économique. Cependant depuis l'ouverture de l'autoroute du Nord, la région connaît également un formidable essor en la matière » se réjouit encore, monsieur Mathieu.

De son côté, Tim Pitteville, CEO de la société immobilière atHome, confirme cette hausse, qui concerne aussi bien les achats que les locations. « Au Luxembourg le nombre de nouveaux arrivants ne cesse d'augmenter. Ces nouveaux résidents, à la recherche d'un logement en location pour une première prise de contact avec le pays, contribuent à la croissance du marché locatif.

Sur les 12 derniers mois notamment, on observe une augmentation de 4% sur la location des appartements, et 5% sur les maisons (prix affichés, toutes surfaces confondues). La demande est très concentrée sur le centre où les prix ne cessent du coup d'augmenter. »

Une tendance qui, si elle réjouit les professionnels du secteur, inquiète de plus en plus les résidents, de plus en plus refroidis par les prix. D'autant que comme le souligne Doretta Fiorentin, fondatrice de l'agence Fiore Immo : « nous sommes confrontés à de plus en plus de refus bancaires, et ce même

pour des personnes qui ont une bonne situation. Et cela ne risque pas d'aller dans le bon sens. »

Cette année encore, on a enregistré une hausse de 6,2 % annuelle du prix des logements au Luxembourg, selon les chiffres publiés le 11 octobre dernier par l'Institut statistique européen Eurostat. Des chiffres qui coiffent d'ailleurs au poteau la moyenne européenne. De son côté, le CEO de atHome fait le même constat : « Dans une étude publiée il y a quelques mois, PWC prévoyait une croissance de 50% de la population entre 2012 et 2020. La demande n'est donc pas prête de se stabiliser. Pour y répondre, de nouvelles constructions voient le jour, ce qui contribue à tirer les prix vers le haut : si l'on se penche sur les 12 derniers mois, on observe en effet une hausse de 6% des prix dans le neuf (prix affichés – toutes surfaces confondues). Pour l'instant, et au regard de la conjoncture actuelle, le marché immobilier a encore de beaux jours devant lui ! »

UNE POPULATION DE PLUS EN PLUS INQUIÈTE

Mais si le secteur est à la fête, les résidents, eux, sont de plus en plus sceptiques quant à l'avenir. « Heureusement que j'ai acheté mon appartement il y a quatre ans, explique Marie-Claire, cheffe d'entreprise de 50 ans qui élève seule son enfant. Vu les sommes exorbitantes que coûte le moindre bien aujourd'hui, je ne pourrai plus le faire. » Un sentiment qu'elle n'est pas la seule à éprouver. En effet, selon une récente étude conduite par ING International Survey sur l'immobilier dans une majorité d'États membres de l'Union européenne, en Turquie, aux États-Unis ainsi qu'en Australie, quelque 92 % des 582 000 résidents luxembourgeois (quand la moyenne européenne atteint les 61% des personnes sondées) estiment que les prix sont bien trop élevés et s'attendent à ce que le marché continue d'enfler dans les 12 prochains mois. « En 2014, ils étaient 72% à penser cela, ils sont désormais 86%. C'est beaucoup plus que la moyenne européenne (59%) et que leurs voisins en Allemagne, en France ou en Belgique, où on note des pourcentages de respectivement 64%, 54% et 59% », mentionne l'enquête qui toutefois précise que ces mêmes résidents caressent tout de même le doux espoir que cette progression s'arrête un jour. Si en 2014 ils étaient 75 % à penser que jamais le marché ne pourrait retomber, ils ne sont plus que 57 % en 2017. Une

IMMO & CONSEIL, PARTENAIRE DE TOUS VOS PROJETS IMMOBILIERS

DEPUIS 15 ANS, IMMO & CONSEIL EST ACTIF DANS L'IMMOBILIER AU LUXEMBOURG.
FORTE DU SAVOIR-FAIRE ET DE L'EXPÉRIENCE TRANSMIS PAR SON PÈRE,
FONDATEUR DE L'ENTREPRISE, CLAUDINE BEMTGEN, EN COLLABORATION
AVEC SON ÉPOUX CHRISTIAN SCHWARTZ, A AUJOURD'HUI REPRIS LE FLAMBEAU. ENSEMBLE,
ILS METTENT TOUT EN ŒUVRE POUR VOUS ACCOMPAGNER DE FAÇON OPTIMALE DANS VOS PROJETS
DE CONSTRUCTION, RÉNOVATION, ACHAT, VENTE OU LOCATION DE BIENS.



cas également, nous nous chargeons de tout, ce qui permet au propriétaire d'être totalement serein. »

UN ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ

Parallèlement, Immo & Conseil poursuit son activité historique de vente et location de terrains, de bureaux, d'appartements, de résidences ou de maisons déjà construits. Se considérant comme un véritable intermédiaire entre l'acheteur et le locataire d'une part, et le vendeur et le propriétaire d'autre part, l'agence s'attache à vous aider à trouver le bien qui vous correspond et à louer ou vendre votre bien au prix le plus juste, dans les meilleurs délais.

Plus qu'un promoteur et qu'une agence, Immo & Conseil vous apporte également des conseils sur mesure. « Forts de notre expertise technique, nous pouvons par exemple vous accompagner lors de visites afin de vérifier certains éléments ou vous conseiller sur votre cahier des charges », souligne la gérante. A ces conseils s'ajoute une prestation d'estimation immobilière soignée et écrite.

Quels que soient vos besoins, l'entreprise familiale vous assure un service de grande qualité. « Construire, rénover, acheter, louer ou vendre un bien n'est pas un projet anodin. C'est pourquoi nous veillons à entretenir une relation de proximité avec nos clients, tout en étant discrets, flexibles, à leur écoute et en répondant à toutes leurs questions, confie Claudine Bemtgen. Chez nous, chaque client est unique. »

Créée en 2002, Immo & Conseil s'est spécialisée au fil des ans dans la promotion immobilière pour résidences et maisons unifamiliales. Pour chaque projet de construction, l'agence rassemble différents corps de métier de confiance. « Nous prenons tout en charge, de la recherche du terrain à bâtir à la remise des clés, explique Claudine Bemtgen, la gérante. Le client doit uniquement s'occuper du choix de son carrelage, de ses équipements sanitaires, de ses portes... Le reste, à savoir l'établissement du planning, le respect des délais ou encore la gestion des fournisseurs, c'est à nous, en tant que promoteur, de nous en occuper. C'est cela un véritable achat clé en main. »

«CHEZ NOUS, CHAQUE CLIENT EST UNIQUE.»

Le promoteur propose également un service de transformation et de rénovation intérieure et extérieure de bâtiments, afin d'augmenter leur plus-value. « En faisant appel à nous, nos clients bénéficient d'une intervention plus rapide de la part des corps de métier avec lesquels nous travaillons régulièrement, permettant ainsi d'optimiser la durée des travaux, précise Claudine Bemtgen. Dans ce

relative confiance, donc, que l'on ne peut étendre à l'ensemble de la population, qui, devant une telle flambée de ce business des plus lucratifs, se méfie de plus en plus. A raison ? Peut-être bien. « Le secteur de l'immobilier très axé sur l'argent, pâtit d'une mauvaise réputation. Certains professionnels peu scrupuleux n'y sont sans doute pas étrangers : la flambée du marché s'explique certes par le jeu de l'offre et la demande. Mais on voit également trop de biens surestimés, qui contribuent à faire gonfler les prix... On ne peut espérer une stabilisation du marché sans être vigilant à l'honnêteté des pratiques », déplore Doretta Fiorentin, de l'agence Fiore Immo.

Un sujet donc aussi délicat qu'urgent à régler, et dont le gouvernement devrait faire l'une de ses priorités.

UN ENJEU POLITIQUE PRÉPONDÉRANT

Un constat teinté d'urgence qui vient donc d'amener le ministre du Logement, Marc Hansen, conjointement avec le ministre de la Sécurité Sociale Romain Schneider, à présenter fin septembre un projet-pilote, en vue de la création de plusieurs logements à coût modéré. Afin de proposer à la population des logements dont le loyer se situe à mi-chemin entre loyers sociaux et loyers privés, les deux ministères ont réfléchi à une collaboration win-win, notamment pour des investisseurs institutionnels - à l'instar du Fonds de Compensation - qui pourraient ainsi acquérir des immeubles sur le marché privé pour les louer à un organisme conventionné avec le ministère du Logement. À la clé également, une garantie supplémentaire pour les propriétaires qui seraient assurés de percevoir chaque mois leur dû. Un projet dont l'impulsion a été lancée par la demande forte et croissante de logements à loyers modérés. Dans cette optique, de nombreux immeubles s'apprêtent à sortir de terre. « Nous travaillons activement pour trouver des terrains viabilisés sur lesquels nous pourrions bâtir des immeubles. Au Kirchberg, notamment, quartier dans lequel plusieurs projets sont en bonne voie. La population de la capitale va continuer d'augmenter, engendrant encore un écart gigantesque entre l'offre et la demande. Le pays comptabilise à l'heure actuelle un retard historique de près de 30 000 unités de logement. C'est pour cela que la question est au cœur de nos projets à venir. »

OSTENIR UN CREDIT EST DE PLUS EN PLUS COMPLEXE. LES ÉTABLISSEMENTS BANCAIRES DEMANDENT DE PLUS EN PLUS DE GARANTIES. LOUIS MATHIEU, AGENT IMMOBILIER POUR LA SOCIÉTÉ REMAX.

Ainsi, quelque 23 appartements, construits par le Fonds du Logement, devraient bientôt voir le jour à Grevenmacher. Encore en travaux pour l'heure, le bâtiment sera ainsi cédé au Fonds de compensation, qui le louera dans son intégralité à un organisme conventionné, qui n'est autre que l'Agence immobilière sociale (AIS), dont la spécificité est de mettre à disposition des locations dont le loyer est inférieur de 30 à 40% en dessous du prix du marché, sans toutefois être des logements sociaux.

Une question également en ligne de mire des dernières élections communales, qui se sont tenues le 8 octobre dernier, qui fait de la problématique

du logement l'une des priorités du gouvernement. C'est d'ailleurs dans ce contexte que Pierre Gramegna, ministre des Finances, interrogé par François Aulner pour PaperJam expliquait alors : « le gros de nos efforts était d'augmenter l'offre et je pourrais énumérer toute une panoplie de mesures, dont celle qui est à mes yeux la plus importante, celle du quart taux (réduction de la retenue sur les plus-values, ndlr.) afin de ranimer le marché. Nous sommes actuellement en train d'évaluer son impact. Je peux déjà confirmer que nous allons continuer à prendre des mesures en général pour renforcer l'offre, mais pas la demande, car celles-ci ne feraient que pousser les prix. »



acrealux®
wunnen projet

**Nous accompagnons
vos projets de rénovation
de la création à la réalisation.**



/perene

acrealux s.a.
70C, route d'Arlon
L-8008 Strassen
T: +352 33 94 97 1

AGENCEMENT & RÉNOVATION

www.acrealux.lu



Vous avez un projet ? Parlons-en !

Tous les corps de métier à votre disposition,
y compris nos **architectes d'intérieur**
pour vous accompagner.

Contactez-nous pour visiter notre
maison témoin à Grevels.



Rejoignez-nous sur Facebook !

clk.lu

**E gudde Projet brauch
e staarke Partner**

CLK

CONSTRUCTIONS

(+352) 88 82 01

2, Zone Industrielle L-9166 Mertzig

www.clk.lu



De son côté, Julien Licheron de l'Observatoire de l'Habitat, reste optimiste, malgré la quasi perspective nulle d'une baisse immédiate: «Dans le contexte actuel de forte croissance démographique du pays, et compte tenu des difficultés à accroître aussi fortement l'offre en logements, il est difficile d'envisager une baisse des prix sur le marché du logement. En revanche, une augmentation suffisamment forte et durable du volume de construction de logements devrait permettre de freiner la hausse des prix.»

UNE PAUVRETÉ NIÉE ?

À l'heure où le ban de Gasperich et le quartier de la Cloche d'or explosent, sous l'impulsion, notamment, d'un marché de l'immobilier de bureaux qui n'avait encore jamais atteint de tels sommets, où Luxembourg est toujours perçu, à grand renfort de son image ultra lisse et policée, comme un petit eldorado fiscal - et pas que, reconnaître que la question du

logement est certes délicate, mais sous-tend surtout d'une difficulté toujours plus grande pour une grande partie de la population de boucler ses fins de mois. En effet, alors que les propriétaires ne connaissent que peu de difficultés à rembourser chaque mois leur emprunt (ils sont 9% à affirmer avoir des difficultés à rembourser leur prêt immobilier), 27% des locataires admettent avoir du mal à finir leur mois une fois le loyer versé ou ne pas pouvoir payer celui-ci chaque mois, toujours selon l'étude conduite par ING International Survey sur l'immobilier. Un constat fait également au ministère et qui a donc abouti, fin septembre, à un projet de loi et un règlement grand-ducal qui visent à élargir et assouplir l'aide au logement. Si elle existe depuis plusieurs années et qu'elle n'a pas rencontré son succès, monsieur Hansen y voit là «une volonté de discrétion quant aux difficultés financières, mais surtout une procédure complexe» qui avait de quoi rebuter le plus grand nombre. Aussi, la loi - qui

Le logement en chiffres

Selon une étude publiée par le Statec en mars 2017 :

- Le Grand-Duché recense 233 675 logements au Luxembourg, dont 50 % de maisons unifamiliales, 35 % d'immeubles à appartements et 15 % de bâtiments semi-résidentiels.
- Les trois communes qui recensent le plus grand nombre d'unités d'habitation : Luxembourg (50 825), Esch-sur-Alzette (14 177) et Differdange (9414). Dudelange arrive en quatrième position avec 8132 unités d'habitation.
- La ville la moins pourvue en logements est Saeul, avec 297 logements.

Doretta

Agence Fiore Immo

Catalina

Nouvelle propriétaire

**Coup de coeur
immobilier
sur**



atHome.lu

ANNONCES IMMOBILIÈRES AU LUXEMBOURG ET GRANDE RÉGION

devrait entrer en vigueur début 2018 - prévoit de rendre plus simples les conditions et modalités d'octroi, avec notamment un «taux d'effort minimal» abaissé de 25%. Ainsi simplifiée, l'allocation pourra profiter à 64,9% de la population luxembourgeoise, contre 34,8% actuellement, soit quelque 35 000 ménages, dont 7 000 bénéficiaires du RMG (Revenu Minimum Garanti).

LA QUESTION DES MILLENNIALS :

VOUÉS À RESTER DES « TANGUY » ?

Parmi les nouveaux enjeux du marché immobilier, il y a également la question de la génération Y, moins sensible à la question de la propriété et de la transmission de leurs aînés, mais aussi, et surtout, confrontés à une réalité du marché du travail, toujours plus précaire. Dérégler un CDI est de plus en plus difficile à l'heure actuelle, a fortiori dans les grandes villes et les capitales. Des lors, comment se projeter dans l'avenir et financer un bien ?

Ainsi, selon une récente étude américaine, environ 35% des garçons et 29% des filles issues de la génération des millennials vivent toujours chez leurs parents, en raison du prix de l'immobilier, voire du coût de la vie et du coût tout court. En outre, si la question du budget impacte indéniablement leur façon de consommer, une récente étude réalisée par Realty Mogul, une société de conseil en investissement californienne qui s'est penchée sur les habitudes de consommation des jeunes de 18 à 34 ans, a mis en lumière que près de 47% d'entre eux préfèrent dépenser leur argent dans les voyages, plutôt que de s'endetter sur 30 ans et posséder leur propre bien. Une manière de penser que l'on partage également de notre côté de l'Atlantique.

Aurélien, 35 ans, père de deux enfants en bas âge est l'heureuse détenteur d'une belle maison... de l'autre côté de la frontière. « Si le fait d'acheter un bien, que nous pourrions ensuite transmettre en héritage à nos enfants, tenait à cœur à mon époux, ça n'était pas mon cas. Cela ne me dérangerait pas de payer un loyer tous les mois et de vivre à Luxembourgville, même dans un appartement. On en parle souvent. Cela arrivera peut-être un jour, il commence également à s'y intéresser. »

Si le ministre du Logement concède que le comportement de la nouvelle génération tend à apporter un nouveau souffle au marché de l'immobilier - à l'échelle

mondiale comme nationale -, il met toutefois en avant que « cela ne prendra pas effet tout de suite et que la mutation ne sera visible que d'ici plusieurs décennies. »

Du côté des professionnels, la sonnette d'alarme n'est également pas à tirer pour le moment. Louis Mathieu, agent immobilier pour Remux, explique d'ailleurs que « la nouvelle génération se montre tout de même très attirée par le fait de devenir propriétaire. J'en parlais justement avec plusieurs notaires, qui, eux, me faisaient la même remarque. Je pense que cela est surtout dû au fait que les jeunes s'intéressent plus tard que leurs parents à fonder un foyer et à donc trouver un nid pour l'habiter ! Cela s'explique également parce que les prix sont nettement plus élevés : il y a 30 ans, acheter au Luxembourg était clairement accessible. Plus simple, aussi ! Et obtenir un crédit est de plus en plus complexe. Les établissements bancaires demandent également de plus en plus de garanties, comme des hypothèques, un apport personnel, etc. Plusieurs facteurs entreront en compte. Nous verrons dans dix ans ! »

Comme le souligne Tim Pittesvils : « La décentralisation de l'activité économique commence tout juste, cela n'a donc, pour l'heure, que très peu d'incidence sur les prix de l'immobilier. À l'heure actuelle, deux villes se détachent clairement du reste du pays en terme d'immobilier : Luxembourgville, et Esch-sur-Alzette. On y voit en effet une véritable dynamique se mettre en place, notamment en ce qui concerne la question des transports (trains, gares...) qui relient de mieux en mieux certaines zones. Jusqu'à présent un peu « boudées », et qui vont permettre cette décentralisation à terme. Luxembourg dans 10 ans ? De nouvelles villes auront sûrement tiré leur épingle du jeu, en y attirant de nouveaux business. L'accès à la nature sera une force pour la génération Y qui souhaite vraiment privilégier son environnement de travail. »

La Semaine du logement

Affichant sa volonté de devenir LA référence en matière de logement, de projets et de tendances, le salon Home & Living s'est tenu pour la seconde fois, du 15 au 23 octobre dernier à Luxexpo. Avec une formule renforcée et plus dynamique, Home & Living Expo et la Semaine Nationale du Logement visent à présenter « toutes les nouveautés du secteur de l'habitat. Cet événement accorde également une grande importance aux idées innovantes en matière de développement durable dans la construction », déclarait en effet Jean-Michel Collignon, directeur de Luxexpo, en amont de l'événement. Une semaine cruciale pour le secteur public, comme le privé. Si le ministre du Logement Marc Hansen y met en avant l'intérêt pour les visiteurs d'y trouver un condensé de tout ce qui se fait au Grand-Duché, les professionnels de l'immobilier y voient également une formidable vitrine : « Notre ambition est la même que chaque année : augmenter notre chiffre d'affaires tout en gardant un taux de clients satisfaits proche des 100 %. Nous avons la chance de pouvoir travailler dans un pays où l'immobilier est croissant et nous pouvant encore nous projeter sur plusieurs années. Le challenge comme chaque année, est de convaincre de plus en plus de particuliers à passer par une agence pour leur vente », explique encore monsieur Mathieu.

« IL EST IMPORTANT DE FONDER NOTRE RELATION SUR LA CONFIANCE »

DEPUIS 2014, DORETTA FIORENTIN, FONDATRICE DE L'AGENCE FIORE IMMO, IMPOSE SA VISION DE L'IMMOBILIER SUR LE MARCHÉ LUXEMBOURGEOIS GRÂCE À DES VALEURS AUXQUELLES JAMAIS ELLE NE DÉROGE. SECONDÉE PAR SES COLLABORATRICES, ELLE A BÂTI SON PETIT EMPIRE SUR LA CONFIANCE. UN PARI QUI FONCTIONNE. DE L'ACHAT À LA VENTE, EN PASSANT PAR LE LOCATIF ET L'IMMOBILIER DE BUREAUX, FIORE IMMO A IMPOSÉ SA SIGNATURE. EN DOUCEUR, MAIS AVEC RIGUEUR ET FERMETÉ. RENCONTRE AVEC CELLE GRÂCE À QUI TOUT A COMMENCÉ.



Après 16 années passées dans le secteur bancaire, Doretta Fiorentin décide de se lancer dans l'immobilier, poussée par un professionnel du métier convaincu par ses qualités de communicantes. Elle est soutenue par sa famille, pour laquelle aujourd'hui encore, elle témoigne d'une grande reconnaissance. « Il faut toujours se rappeler d'où l'on vient », déclare-t-elle.

CRÉER UNE RELATION DE CONFIANCE AVEC SES CLIENTS

Très vite, si elle se passionne pour ce nouveau métier, elle voit que le marché est rude, la concurrence féroce, a fortiori à Luxembourg. Mais elle comprend également très vite que si l'on fournit un travail de qualité et que l'on réussit à créer une relation de confiance avec ses clients, cela porte ses fruits. « Cela se joue dès la première rencontre, au cours des premières minutes. Notre ambition est de satisfaire nos clients: cela passe par un prix correct, en adéquation avec le marché, un discours honnête, et un service de qualité. Cela débute dès l'annonce. Soigner les détails. Ce sont

ces petits riens qui nous ont permis de fidéliser nos clients et qui assurent la pérennité de la société. »

UNE ENTREPRISE FAMILIALE

« Nous. » La fondatrice de Fiore Immo ne parle qu'à la première personne du pluriel, car son succès, elle le doit à la qualité de son travail, certes, mais aussi à celui de ses deux collaboratrices: Caroline et Cathy. Deux femmes, qui seront bientôt rejointes par une troisième collaboratrice. « Je n'ai toujours bien travaillé qu'avec des femmes. Nous avons des qualités fondamentales pour notre profession. Je suis convaincue aujourd'hui que les femmes sont bien plus fortes que les hommes. Et nous mettons toujours du cœur dans nos missions. Ainsi, nous fêtons toujours nos succès, quels qu'ils soient, je suis très fière d'elles. Nous nous soutenons beaucoup, c'est comme une seconde famille », confie-t-elle en expliquant qu'un bon management repose sur une bonne entente. « Si les gens collaborent bien, alors ils travailleront bien ensemble. Et cela se répercute au centuple sur la relation avec le client. Ainsi, nous

travaillons toujours en binôme sur un bien; cela rassure les clients qui y voient la garantie d'avoir toujours quelqu'un au bout du fil si ils ont des questions. C'est très important. »

LE CLIENT AVANT TOUT

« L'argent a gangrené la profession », déplore la fondatrice de Fiore Immo. « On assiste à des procédés incroyables: des prix gonflés, des discours mensongers. L'immobilier souffre d'une mauvaise réputation, causée par des agents peu scrupuleux. Les clients sont devenus méfiants, c'est pourquoi il est important de fonder notre relation sur la confiance. Je préfère travailler moins, mais être sûre que mon client sera satisfait à 100%. Je collabore aussi avec d'autres agences, si besoin. Avoir de bonnes relations est fondamental et je travaille toujours dans l'intérêt du client. Un client heureux parle de vous en bien et finit par revenir. Un mauvais feedback m'affecte toujours, et il en est de même pour mon équipe. Nous redoublons donc d'efforts pour que cela n'arrive pas. »

Entretien de Julien Gethner de l'Observatoire de l'Habitat

«IL FAUDRAIT D'ABORD SE PENCHER SUR L'OFFRE DE LOGEMENTS ET LA PROMOTION DE NOUVELLES SOLUTIONS POUR FOURNIR DES LOGEMENTS ABORDABLES»

À UNE SEMAINE DU DÉBUT DE LA SEMAINE NATIONALE DU LOGEMENT 2017, COMMENT SE PORTE LE MARCHÉ DE L'IMMOBILIER LUXEMBOURGEOIS ?

La demande reste forte sur le marché de l'immobilier résidentiel. Elle est portée par la très forte croissance de la population. Le taux de croissance démographique atteint 2,5% par an, ce qui représente une augmentation de 14 500 individus pour le Luxembourg entre 2016 et 2017. Cette population supplémentaire constitue évidemment des besoins plus importants en logement. C'est la principale raison qui explique, à mes yeux, la hausse des prix de vente des logements, à la fois forte et très régulière depuis 2010.

LES PRIX DE L'IMMOBILIER À LUXEMBOURG SONT-ILS VOUSÉS À SANS CESSER AUGMENTER OU PEUT-ON S'ATTENDRE À UNE CHUTE ?

Dans le contexte actuel de forte croissance démographique du pays, et compte tenu des difficultés à accroître aussi fortement l'offre en logements, il est difficile d'envisager une baisse des prix sur le marché du logement. En revanche, une augmentation suffisamment forte et durable du volume de construction de logements devrait permettre de freiner la hausse des prix.

DANS QUELQUES ANNÉES, LUXEMBOURG ATTEINDRA LE MILLION D'HABITANTS.

Y AURA-T-IL ASSEZ DE LOGEMENTS ?

Tout d'abord, il est difficile de prédire quelle sera la population du Luxembourg dans dix ou vingt ans. Même si les projections démographiques sont souvent le fruit d'un remarquable travail statistique, elles ne peuvent par définition pas être une vérité absolue. Évidemment, si le Luxembourg devait compter demain un million d'habitants, il n'y aurait pas suffisamment de logements. Toutefois, le million d'habitants n'est pas pour demain, et il reste encore suffisamment de temps pour accroître l'offre de logements.

QUEL REGARD PORTEZ-VOUS SUR LES INITIATIVES DU MINISTÈRE SUR LA QUESTION DU LOGEMENT AU GRAND-DUCHÉ ?

Je pense que le Ministère du Logement a pleinement conscience de la nécessité d'augmenter l'offre de logements, en proposant une grande diversité de solutions. Il n'existe pas de remède miracle pour le marché du logement, mais

de nombreux leviers sont actionnés simultanément pour résoudre les difficultés : proposer des solutions adaptées aux différents types de publics sur le marché du logement, augmenter l'offre de logements des promoteurs publics, mobiliser davantage les ressources foncières existantes à travers des outils comme le Baulückenprogramm... Comme l'Observatoire de l'Habitat du Ministère du Logement a pu le montrer, il existe des surfaces importantes de terrains libres dans les zones constructibles des communes, la difficulté étant de mobiliser ces ressources.

ENCADRER LES PRIX SERAIT-IL UNE SOLUTION POUR FAIRE BAISSER LES PRIX ?

Je ne crois pas qu'un encadrement strict des prix (ou des loyers) puisse être une solution au problème principal du marché du logement, qui est d'abord une insuffisance de l'offre de logements par rapport à la demande en forte augmentation. Un encadrement des loyers risquerait par exemple de détourner les investisseurs du marché de la location, ce qui aurait pour effet pervers d'accentuer le déficit en logements. Pour freiner la hausse des prix, je crois qu'il faudrait d'abord se pencher sur l'offre de logements et la promotion de nouvelles solutions pour fournir du logement abordable.

SI LUXEMBOURG SE CARACTÉRISE PAR UNE FORTE TRADITION DE PROPRIÉTAIRES, LA GÉNÉRATION Y EST MOINS AXÉE SUR L'ACCESSION À LA PROPRIÉTÉ.

PENSEZ-VOUS QUE CELA VA IMPACTER LE MARCHÉ ?

Dans un contexte de fort dynamisme économique, avec beaucoup de mouvements migratoires entrants et sortants du Luxembourg, le marché de la location s'est déjà développé dans le pays. Pour des ménages arrivés récemment au Luxembourg et qui n'avaient pas la certitude qu'ils resteraient longtemps au Luxembourg, la location s'est déjà largement imposée comme une nécessité.

COMMENT SE PORTE LE MARCHÉ DU LOCATIF ?

Sur les douze derniers mois, les loyers annoncés des logements, qui sont des loyers demandés par les bailleurs pour un nouveau contrat de bail, ont augmenté moins vite que les prix de vente des logements. Le volume de l'offre locative a été nettement renforcé, notamment avec les nombreuses constructions achevées ces dernières années.

DO YOU WANT
YOUR SALE OR RENTAL
TO CLOSE SUCCESSFULLY?

GET STARTED WITH
A REALISTIC VALUATION *
OF YOUR PROPERTY.

OUR VALUATIONS ARE ACCURATE & RELIABLE,
FREE & NON-BINDING. NO OVER-, NO UNDERRATING.
NO DECEPTIVE CLIENT PITCHING. NO STORYTELLING.

*NO BULLSHIT ASSESSMENTS.

PAUL FABECK
OWNER & FOUNDER

BRICKS REAL ESTATE SOLUTIONS
SOLUTIONS IMMOBILIERES

EXCELLENCE IN REAL ESTATE

OPÉRATION HOME STAGING!

EN FRANÇAIS, « HOME STAGING » POURRAIT SE TRADUIRE LITTÉRALEMENT PAR « MISE EN SCÈNE DE LA MAISON ». LE BUT ? APPRÊTER VOTRE INTÉRIEUR (ET VOTRE EXTÉRIEUR) AFIN DE SÉDUIRE TRÈS RAPIDEMENT, ET À COUP SÛR, UN FUTUR ACQUÉREUR.



METTRE SA MAISON EN SCÈNE

Né il y a 30 ans outre-Atlantique, le home staging a, depuis, su convaincre agences et propriétaires anglo-saxons. Également appelé « home styling », il consiste à marier immobilier et décoration. L'idée est de transformer un bien à la vente, afin d'en révéler les atouts et, ainsi, de faciliter l'achat. Cette « mise en valeur de propriété » ou « valorisation résidentielle » se donne pour principal objectif de changer le regard des visiteurs sur un intérieur. Aux États-Unis, en Angleterre, au Canada, la valorisation immobilière est une pratique reconnue. Le concept a traversé l'océan. Depuis quelques années, les pays du nord de l'Europe ont emboîté le pas aux pratiques héritées des États-Unis : des enquêtes prouvent qu'un logement revu et corrigé façon home staging se vend en moyenne deux à trois fois plus vite. Cette pratique tend ainsi de plus en plus à se développer en Europe francophone.

UN INTÉRIEUR EN TOUTE SIMPLICITÉ

Vos goûts vous sont personnels et ne conviennent pas à tout le monde. Dans le cadre d'une valorisation immobilière, il est fondamental de rechercher l'épure et de donner à voir un espace fonctionnel et neutre. Après le nécessaire coup de rafraîchissement sur les murs et les réparations liées à l'usure quotidienne, il vous faut envisager de donner un coup de neuf à votre décoration intérieure. Les couleurs retenues pour les murs, que l'on choisira neutres et sobres, mettront en valeur chacun des éléments de ce nouvel agencement stratégique. Le fil conducteur sera de choisir chaque objet non pas pour sa valeur esthétique, mais pour sa fonction de valorisation. Les amoncellements d'effets personnels, les souvenirs de voyage ou les collections personnelles ne sont plus de mise. Le maître mot de votre réaménagement : l'allègement. La recherche de sobriété

doit guider votre choix, afin de créer un espace serein et dégagé, en évitant le sentiment d'exiguïté. Dites-vous qu'à l'issue de cette démarche, votre intérieur devra ressembler à une maison témoin...

ELARGISSEMENT

En dehors des cercles privés, une déclinaison de cette tendance se retrouve également dans le secteur tertiaire, pour les biens professionnels. L'office staging tend également de plus en plus à se développer et concerne la valorisation de bureaux et autres espaces de travail. Les investisseurs se sont en effet emparés de cette solution miracle afin d'accélérer la commercialisation, sans devoir engager de frais trop élevés. Enfin, pour la rénovation d'espaces destinés à devenir des lieux de bien-être, on parle de home wellness.



« METTRE L'HUMAIN AU CŒUR DE L'IMMOBILIER »

APRÈS UNE EXPÉRIENCE DE DIX ANNÉES DANS LE SECTEUR BANCAIRE, NATACHA OMBRI DÉCIDE, IL Y A DEUX ANS, D'OPÉRER UN VIRAGE À 180°. L'OBJECTIF ? REDONNER UN SENS À SA VIE PROFESSIONNELLE ET VIBRER CHAQUE JOUR EN SE RENDANT À SON BUREAU. FÉRUE DE DESIGN, ESTHÈTE, PASSIONNÉE DE DÉCORATION, TRÈS CURIEUSE, PROFONDEMENT ALTRUISTE ET GÉNÉREUSE, ELLE VOIT EN L'IMMOBILIER L'OPPORTUNITÉ DE DÉBUTER UNE NOUVELLE CARRIÈRE, PLUS EN ADÉQUATION AVEC SES VALEURS.

DÉMULTIPLIER LES POSSIBLES

Elle entreprend alors de suivre des cours à la Chambre de Commerce puis décide de rejoindre le groupe Remax, en qualité d'agent indépendant. « Si j'ai choisi de rejoindre cette société pour la qualité de ses formations internes, je bénéficie aujourd'hui en plus d'un solide réseau de quelque 15 agences – soit près de 150 collaborateurs – au Grand-Duché, ce qui est un atout majeur pour la profession ! » explique-t-elle.

Autre atout majeur pour le pays, cette Française d'origine vit au Grand-Duché depuis l'âge de trois ans, en connaît tous les recoins et les spécificités et manie quatre langues, se pliant ainsi à l'une des exigences supplémentaires – et non des moindres – du délicat marché

luxembourgeois. « La concurrence est rude, c'est vrai, l'immobilier est un enjeu de taille, mais je suis à la hauteur. Ma valeur ajoutée ? Une rigueur héritée de mon expérience dans les domaines administratifs et financiers, conjuguée à une réelle volonté de travailler dans l'intérêt de mes clients. »

OFFRIR UN VISAGE HUMAIN AU SECTEUR IMMOBILIER

De l'achat à la location en passant par la vente, chacune des facettes du métier est un nouveau défi pour Natacha.

D'autant que son véritable talent est réellement de mettre en relation acheteurs et vendeurs. Son ambition est avant tout de devenir une interlocutrice privilégiée entre les deux parties, afin d'aider ses

clients à réaliser leur rêve. « Acquérir une maison représente, pour la plupart des gens, l'achat d'une vie. J'ai à cœur de les accompagner et les conseiller au mieux afin de voir mes clients heureux. Je veux croire que l'on peut remettre l'humain au cœur de l'immobilier. Enfin, je dispose de tout les outils nécessaires afin d'offrir une estimation juste et correspondant à la réalité du marché aux personnes qui souhaitent vendre leur bien. »

Car l'agent immobilier sait que la clé du succès réside dans la relation de confiance qu'elle veille à établir avec chacun de ses clients. Ambitieuse, elle vise un taux de satisfaction de 100 % « tant pour les personnes avec lesquelles je travaille que pour moi-même ! ».



MILLY, EN TOUTE HUMILITÉ

MILLY PANUNZI PORTE LA DOUCEUR ET LA BIENVEILLANCE SUR SON VISAGE. UNE VIE DÉDIÉE AUX AUTRES, MAIS UN ITINÉRAIRE DE FEMME DÉTERMINÉE À S'ACCOMPLIR DANS CE QU'ELLE AIME LE PLUS: LA PEINTURE.

ALIX BELLAC

«IL FAUT
SE QUERELLER
AVEC LA TOILE»



Son parfum

Aqua Allegoria Mandarin Basilic de Guerlain,
J'adore sa fraîcheur de mandarine.

Milly a l'humilité des gens courageux qui ne sont nés ni héritiers ni rentiers. «J'ai toujours eu la fibre artistique. Au contact d'Adelio Mastrangelo, artiste peintre, j'ai appris les techniques de l'ombre, de la lumière et la profondeur.» Ame d'artiste, après une carrière professionnelle tout autre, la jeune femme embrasse enfin son rêve de suivre l'enseignement des Beaux-Arts d'Arlon. Mais dévouement chevillé au corps et au cœur, après trois années studieuses, Milly se résout à cesser brusquement ses cours afin de s'occuper de son beau-père et de l'accompagner dans les dernières années de sa vie. «Tous les autres avaient des métiers prenants» m'explique-t-elle en souriant. Même si ses études stoppées sont perdues, la femme ne cesse pourtant pas de peindre. Peinture à l'huile puis à l'acrylique. Abstrait et figuratif, elle se cherche et apprend continuellement. «Je travaille avec le sable, des compresses, du café sec et même de la terre et des pierres ou encore des écorces d'arbres. Quand je peins de l'abstrait, j'aime m'éloigner de la toile et laisser mon imagination vagabonder. Le processus peut prendre plusieurs heures. Plus la

toile est travaillée, plus elle a de structure, plus elle est accomplie et intéressante. De toute façon, comme le disait Peter Feischter: avec la toile, il faut se bagarrer», conclut la douce Milly. Bienveillante et généreuse, elle revendique son amour pour la peinture pour et en l'offrant aux regards et à l'interprétation des autres: «J'aime que les gens trouvent ce qu'ils veulent dans mes tableaux». Le travail de l'artiste est en constante évolution et elle aime cela. «J'évolue grâce aux cours que je prends avec un amour de femme, Lidia Markiewicz. Je suis comblée par la peinture, je m'y épanouis et j'ai la chance d'exposer régulièrement. Mon rêve serait de passer deux semaines avec un peintre reconnu afin d'apprendre encore et encore.» Milly Panunzi, décidément pas tout à fait là où on pourrait l'attendre, me cite Rom Lammar et Moris Gontard en peintres de prédilection. Et aussi Modigliani: «Il est un personnage dans le grand sens du terme, qui avait des idées très avancées pour son époque. J'admire le côté précurseur de sa peinture.» Toujours passionnée, assurément en mouvement, Milly Panunzi trace une bien jolie voie.



Sa cantine

Two6Two,
De beaux plats très fins qui m'évoquent le sud.



Le bois de la sauvage à Differdange.

Il correspond à mon côté sauvage et j'y fais de belles promenades avec mon chien.



Son livre préféré

Celui sur **Joseph Kutter**, un peintre luxembourgeois qui peignait de beaux clowns. Le livre recèle aussi de beaux témoignages sur le Luxembourg «d'avant».

I
LOVE
LU

L'HISTOIRE DE VOTRE FUTUR LOGEMENT COMMENCE CHEZ NOUS



PRÊT AU LOGEMENT. Nos conseillers vous guident
et déterminent avec vous le meilleur plan de financement.
Pour faire de votre projet logement la plus belle des histoires.

Plus d'informations sur www.bcee.lu



SPUERKEESS

Äert Liewen. Är Bank.

BRICE MONTAGNE RACONTER DES HISTOIRES

FÉRU DE JEUX DE RÔLE, BRICE MONTAGNE PORTE PLUSIEURS CASQUETTES AU THÉÂTRE COMME AU CINÉMA. IL PRÔNE LES VALEURS DU COLLECTIF ET S'ENGAGE SUR LE TERRAIN DE L'ÉCOLOGIE.

KARINE SITARZ

« CRÉER
DES COLLECTIFS,
SANS HIÉRARCHIE,
OÙ LE TRAVAIL
EST CIRCULAIRE »



Fin septembre, on retrouve Brice Montagne au TOL où il répète *Skylight* du Britannique David Hare sous la direction de Jérôme Varanfrain (à voir jusqu'au 1/12). Le comédien est tombé amoureux de cette pièce d'une grande actualité où s'affrontent deux visions du monde, l'une solidaire, l'autre individualiste. Un sujet qui interpelle celui qui, bientôt trentenaire, a découvert le théâtre alors qu'il était collégien en région parisienne. Là, il rencontre la metteuse en scène Isabelle Chemouli qui va « lancer la machine ». Elle lui offre ses premiers rôles : Hans dans *Ondine* de Giraudoux, Wahab dans *Un Obus dans le cœur* de Wajdi Mouawad. Entretemps, Brice a bouclé ses études, renoncé à ses désirs londoniens et rallié le Luxembourg où sont installés ses parents. Bien vite, il se familiarisera avec la scène du Centaure grâce à Myriam Muller et celle du TOL grâce déjà à Jérôme Varanfrain. Brice s'est aussi lancé dans l'écriture et la production. Avec la compagnie Les Frère (brides), il monte *Famille(s)*, saga qui couvre le 20^e siècle (7 et 8/12 au Aalt Stadhaus, à Differdange), un spectacle participatif fait par et avec des jeunes de la génération des jeux vidéo et « un énorme travail tant au niveau de l'écriture que du jeu puisque le spectateur influe sur le fil de l'histoire ».

À côté de la scène, il y a aussi le septième art « lié à ma découverte du *Seigneur des Anneaux* ». Un même métier avec toujours ce besoin impérieux de « raconter des histoires ». Qu'il écrive, joue, réalise courts-métrages ou séries web, Brice est heureux de partager un travail d'équipe et d'endosser différents rôles. Avec les siens, sa mère, son frère Quentin, jeune réalisateur, et des amis, il s'investit par ailleurs dans la production avec les sociétés Open Books Pictures et MoonMaid Pictures et a déjà à son actif trois courts dont *Do you believe in Magic ?* Présenté au Short Film Corner de Cannes en 2012. Son rêve : réaliser un film sur l'empereur Julien l'Apostat. Comme beaucoup de jeunes, Brice s'intéresse à la politique, interroge la démocratie, ce qui le ramène à sa passion d'ado pour la philosophie grecque et romaine. C'est un Européen convaincu qui croit à l'engagement citoyen et collectif à tous les niveaux. Il s'est investi aux côtés de Déi Gréng pour les élections communales, car la cause écologique le préoccupe. Le changement climatique l'inquiète. Une chose est sûre, cet engagement se répercute sur son travail artistique et vice-versa et Brice d'évoquer l'un de ses dadas, le jeu de rôle, « plus qu'une passion, une obsession ».



Son film fétiche

La trilogie *The Lord of the Rings* de Peter Jackson qui l'a éveillé.



Son endroit préféré

L'avenue Kennedy, la nuit, en voiture.



Son parfum

Le Mâle, de Jean Paul Gaultier, un classique.



Sa cantine

Le Konrad pour le cadre, l'équipe et... l'Okult !

Hästens

Since 1852



SPECIAL EDITION 2017

HÄSTENS TRIBUTE

DISPONIBLE EXCLUSIVEMENT DU 1ER SEPTEMBRE AU 31 DÉCEMBRE 2017



HÄSTENS STORE LUXEMBOURG CITY

13 rue du Curé L-1368 Luxembourg Tel: +352-26262462 info@hastens.lu

HÄSTENS LUXEMBOURG FIISSCHENCONCEPT

4 Fuussekaul L-9156 Heiderscheid Tel: +352-26889433 info@hastens.lu

HÄSTENS STORE KNOCKE-HEIST

Dumortierlaan 82 B-8300 Knokke Tel: +32-50334619 info@hastens-knokke.be

Tous accros aux écrans ?

POSTER UNE PHOTO DE VOTRE AVOCADO TOAST - SOIGNEUSEMENT MIS EN SCÈNE - SUR INSTAGRAM, OBLIGEANT TOUS VOS AMIS À VOUS ATTENDRE AVANT DE COMMENCER À MANGER ? TWITTER 10 MINUTES PLUS TARD CE QUE VOUS EN AVEZ PENSÉ #ONNEMEREVERRAPLUSDANS CERESTO ? RÉPONDRE À UN MAIL À 2H DU MATIN ? ENVOYER UNE IDÉE À VOTRE CLIENT PAR SMS À 4H30 ? COMPTER LES « LIKES » SUR VOTRE DERNIÈRE PHOTO DE PROFIL FACEBOOK AU LIEU DE COMPTER LES MOUTONS ALORS QUE VOUS PEINEZ DÉJÀ À TROUVER LE SOMMEIL ? #DONE. ACCRO AUX ÉCRANS, VOUS ? SANS BLAGUE. NOUVEAU MAL DU SIÈCLE, L'ADDICTION AUX ÉCRANS EST UN VÉRITABLE PHÉNOMÈNE DE SOCIÉTÉ, QUI GUETTE TOUT UN CHACUN.

SARAH BRAUN



L'avènement d'Internet, Smartphones et autres tablettes ont révolutionné nos modes de vie, nos façons de communiquer, voire d'être au monde. Pourtant, de facilitateurs de relations à isoloirs du monde réel, il n'y a qu'un mince écran, dans lequel nous avons tôt fait de vaciller. S'il semble illusoire de parvenir à complètement les éteindre et les chasser de nos vies, comment opérer une digitale detox en douceur ? Nous avons enquêté.

RÉAPPRENDRE À S'ENNUYER

« Mais on faisait comment avant ? » Voici une ritournelle hautement usitée pour évoquer l'avènement de l'Internet et des Smartphones. Prendre les transports en commun, patienter dans une salle d'attente, faire la queue au cinéma... tous ces petits gestes du quotidien, si anodins, ont été bousculés par la révolution numérique, qui a fondamentalement modifié notre

rapport au temps et à l'information. « Je ne cours même plus pour prendre le bus. Une vidéo sur YouTube, et le prochain sera déjà arrivé », constate Fabien, 40 ans, qui a connu l'avant et l'après et qui ne se souvient même plus de la façon dont il meublait ce genre de temps morts avant d'avoir un GSM vissé dans la main. « Je suis née dans une petite ville de province, en France. Quand je voulais m'acheter le

dernier disque ou une nouvelle paire de chaussures, je devais patienter jusqu'à ce que mes parents m'emmènent dans la grande ville la plus proche. Aujourd'hui, avec les sites de e-commerce, je passe mes commandes d'une seule main, je n'ai même pas besoin de sortir ma carte bleue de mon sac à main», raconte Solange, une Française de 32 ans, croisée dans le bus, les yeux rivés à son tout nouvel iPhone. Ces deux témoignages ne sont certes pas des scoops, mais ils conditionnent les relations quasi vitales que nous avons tissées avec les écrans en une décennie à peine.

UNE ADDICTION INSIDIEUSE ET DANGEREUSE

Les Smartphones sont ainsi devenus le prolongement naturel de nos mains et viennent combler – facticement – tous nos vides. Vous vous sentez seul? Un petit Tweet et le monde vous répond dans la seconde.

Ainsi, très vite, les Smartphones sont devenus des doudous rassurants qui nous évitent toutes émotions négatives, comblant nos vides, apaisant notre peur de la solitude et de l'ennui, ils ont en même temps très vite donné naissance à de nouveaux comportements addictifs. C'est un fait, nous vivons à une époque où être connecté est vital pour rester vivant et éviter de nos retrouver seuls avec nous-mêmes, créant au passage une nouvelle addiction, baptisée outre-Atlantique FoMo: Fear of Missing Out (la peur de manquer quelque chose).

Les gens qui en souffrent sont en effet paniqués à l'idée de manquer une information importante, un message de l'un de leurs proches, un appel pro... quand ce n'est pas l'opportunité de caler son prochain rendez-vous Tinder. Omettant au passage le sens complet des priorités : puisque les écrans permettent de tout faire en même temps, il serait fort probable de s'en priver. Conversations sur Messenger pendant d'ennuyeuses réunions, petit tour d'horizon de Facebook dans les bouchons sur l'autoroute ou visionnage de la dernière vidéo virale sur le chemin de l'école... Cette addiction nous pousse dans des comportements néfastes, voire carrément dangereux. À tel point qu'au même titre que l'alcool

ou les drogues, les écrans sont au cœur des campagnes de sensibilisations de la Prévention Routière. Pour les conducteurs, comme pour les piétons, qui, les yeux rivés sur leur Smartphone en oublient de regarder en traversant. Pire encore, l'addiction favorise également la venue de burn-out chez des employés, qui perpétuellement connectés à leur boîte mail, n'arrivent plus à mettre de frontière entre leurs vies professionnelles et privées.

SE DÉTACHER DES ÉCRANS EN DOUCEUR

Pourtant, imaginer désormais un monde totalement débarrassé des écrans semble illusoire à une époque où ils ont engendré de nouveaux modèles de travail, résolument bénéfiques – télétravail, visioconférences... – et que de l'information à la communication, tout – ou presque – passe résolument par eux.

Cela peut commencer par des règles simples. Stoppez les notifications des applications chronophages comme Facebook, Instagram ou Tinder pour ne pas être sans cesse tenté de regarder vos Smartphones. De même évitez de passer votre pause déjeuner à boulotter un sandwich face à votre ordinateur ou, dans le meilleur des cas, en tête-à-tête avec votre téléphone ou votre tablette, et privilégiez les lunchs avec ses amis et/ou collègues. Si personne n'est disponible pour vous accompagner, emportez un livre ou un magazine. Mieux encore: apprenez à profiter de ce moment seule avec vous-même et vivez le moment présent.

Résistez à l'envie de tout vouloir et savoir maintenant et tout de suite. Savoir si la séance de cinéma est à 18h ou 18h30 n'est finalement pas si important à l'heure du petit-déjeuner, de même que de connaître le PIB du Bénin.

En cas de télétravail, ne mélangez pas vie professionnelle et privée: de la même manière que vous ne pendez pas votre machine pendant les heures durant lesquelles vous travaillez de la maison, refuser de faire une heure en plus le dimanche «histoire d'être opé demain matin», ou de consulter vos emails professionnels les soirs et les week-ends.

Enfin, au restaurant, ou lorsque vous sortez prendre un verre, arrêtez de tout prendre en photos pour le partager sur vos pseudos amis d'Internet et focalisez-vous sur les vrais, ceux avec lesquels vous êtes en train de passer un bon moment. Si vous vous sentez capable, pourquoi, même, ne pas laisser votre GSM à la maison, ou au vestiaire. On salue au passage l'initiative d'un restaurateur français, qui a créé une charte de convivialité, qui interdit purement et simplement les écrans à sa table. Les clients sont en effet prévenus dès l'entrée dans les lieux et s'ils refusent de s'y inscrire sont tout simplement invités à chercher un autre restaurant pour dîner.

LA VERSION LUXE: LA CURE « DIGITAL DETOX »

Et pour les plus accros d'entre nous, il est possible d'envisager de suivre une véritable cure de désintox, à l'image de celle proposée dans les Vosges, au Vichy Célestins Spa Hôtel, dans la ville du même nom. Baptisée simplement Cure Digital Detox® France, elle permet, durant trois jours et trois nuits, de bénéficier notamment, en plus des prestations classiques de thalassothérapie et bien-être, de séances de Cohérence cardiaque, une technique de respiration préconisée dans la lutte contre le stress et le surmenage.

➡ A ne partir de 1029 euros par personne.

Renseignements et informations sur www.vichy-spa-hotel.fr.

Chiffres

➡ Nous regardons en moyenne **76 FOIS** nos Smartphones par jour

➡ Nous passions chaque jour au Luxembourg, en moyenne **5H07** sur nos écrans selon la dernière étude Esteban (Étude de santé sur l'environnement, la biosurveillance, l'activité physique et la nutrition)

CONSOMMER BIO: *où en est le Luxembourg?*

LES RÉSIDENTS LUXEMBOURGEOIS SONT DE PLUS EN PLUS SÉDUITS PAR LE BIO. POURTANT, EN MATIÈRE DE PRODUCTION BIOLOGIQUE, LE GRAND-DUCHÉ SEMBLE TOUJOURS À LA TRAÎNE, MALGRÉ LES DIVERS INCITANTS POLITIQUES MIS EN PLACE DEPUIS PLUSIEURS ANNÉES.

JEANNE RENAULD



Mélanie LEGRAND

Naturopathe

Académie de Vitalopathie de Dijon
Agréer FENA – Membre OMNES

1 séance
de Bol d'Air
OFFERTE
sur présentation
de cette annonce !

"Si vous ne vous occupez pas
de votre **Santé** aujourd'hui,
vous devrez vous occuper
de vos **maladies** demain !"



« LES PRODUCTEURS LUXEMBOURGEOIS NE PARVIENNENT PAS À COMBLER L'INTÉRÊT CROISSANT DES HABITANTS POUR LE BIO »

Partout en Europe, une grande part de la population devient petit à petit adepte du « manger sain », du « consommer local et bio », dans un souci de santé et de respect de l'environnement. En témoignent les chiffres relatifs à la consommation de produits issus de l'agriculture biologique au sein du Vieux Continent, qui n'ont cessé d'augmenter ces dernières années. Ainsi, selon les statistiques les plus récentes, regroupées dans *Les Carnets de l'Agence BIO – édition 2016*, la consommation de produits bio dans l'Europe des 28 était estimée à 28,3 milliards d'euros en 2015, alors qu'elle n'atteignait encore « que » 11,2 milliards d'euros dix ans plus tôt. Les Danois, les Autrichiens et les Suédois sont les plus friands en la matière puisqu' il représente respectivement 8,4, 8,0 et 7,7 % de leur consommation alimentaire totale. Chez les Luxembourgeois, la proportion avoisine plutôt autour des 3,5 %.

Pour nourrir tous ces résidents qui ont faim de bio, on dénombrait quelque 119 exploitants agricoles sur le territoire en 2014. Ces agriculteurs, apiculteurs, maraîchers, viticulteurs, fruiticulteurs... représentent un peu plus de 5,5 % des producteurs du pays. Ensemble, ils exploitent près de 4240 hectares, soit 3,2 % de la surface agricole totale au Luxembourg (source : Ministère de l'Agriculture, de la Viticulture et de la Protection des consommateurs).

LE BIO, UN MARCHÉ PORTEUR

Mais l'offre luxembourgeoise ne parvient pas à combler l'intérêt croissant de ses habitants pour le bio. La conversion des agriculteurs stagne. Alors, pour satisfaire la demande, une grande majorité des produits sont aujourd'hui importés. (Œufs, lait, viande, légumes et fruits sont parmi les aliments les plus convoités. Ils proviennent pour beaucoup de pays européens où, presque partout, les cultures bio sont en plein essor. Avec plus de 11 millions d'hectares qui y sont consacrés et une augmentation de plus de 20 % depuis 2010, ce mode d'agriculture couvre aujourd'hui 6,2 % de la superficie agricole utilisée dans l'Union européenne. Et quelque 270 000 producteurs y respectent les principes de la culture biologique (source : Eurostat).

Le Naturopathe est un praticien
qui utilise un ensemble de pratiques visant
à maintenir ou à optimiser la santé
par des moyens naturels.

- > Bilan de vitalité
- > Conseils nutritionnels
- > Massages thérapeutiques
- > Physioscan, Oligoscan, Bol d'Air Jacquier...

Les conseils, soins et techniques donnés pendant les consultations ne doivent en aucun cas se substituer à un avis médical professionnel, un diagnostic ou un traitement en cours ou en devenir.

Mélanie LEGRAND

Cabinet des docteurs Humbert et Julien Furgoni
15, Avenue Lou Hemmer L-5627 Mondorf-les-bains
Tél.: 691 199 319 | melanie@naturo.lu

Mais à l'heure actuelle, le bio recouvre bien d'autres domaines que l'alimentation. Cosmétiques et soins, textiles, produits d'entretien, peintures murales, couches pour bébés... il investit désormais de nombreux secteurs de la vie quotidienne.

Dans ce contexte, le bio devient un marché créateur de business. De plus en plus de produits biologiques sont proposés dans les supermarchés généralistes, tandis que certains magasins ou épiceries se consacrent entièrement à ce type de produits, tels que les pionniers Naturata, né à l'initiative de BIOG, coopérative des agriculteurs biologiques du Luxembourg, et Mellebutz. On peut également citer le dernier arrivé, Ouni, première épicerie bio sans emballage au Luxembourg. Parallèlement, on voit fleurir depuis plusieurs années des restaurants qui cuisinent uniquement des produits bio, à l'image de Casa Fabiana ou Rawdish. Enfin, certaines sociétés et ASBL proposent des paniers composés d'aliments bio, livrés à domicile ou à retirer à la ferme. C'est le cas par exemple d'Avocado, de Co-Labor ou des Paniers de Sandrine.

BIO ET RÉGIONAL, C'EST MIEUX

Mais que l'on ne s'y trompe pas. Bio ne signifie pas automatiquement local. Selon Eurostat, « l'agriculture biologique peut être définie comme une méthode de production qui met essentiellement l'accent sur la protection de l'environnement et sur les considérations relatives au bien-être des animaux dans le domaine de la production animale. Elle évite ou réduit considérablement l'emploi de produits chimiques de synthèse comme les engrais, les pesticides, les additifs et les produits médicamenteux. L'agriculture biologique se distingue des autres méthodes de production agricole par l'application de normes



réglementées (règles de production), par des systèmes de contrôle obligatoire et par un système d'étiquetage spécifique». Les produits qui disposent du label européen possèdent une étiquette verte, représentant une feuille dessinée sous forme d'étoiles. Cet étiquetage garantit au consommateur que le produit respecte le règlement sur l'agriculture biologique de l'Union européenne.

Les produits bio luxembourgeois sont quant à eux regroupés sous le label «Bio-Lëtzebuerg» – Vereenegung fir Bio-Landwirtschaft Lëtzebuerg ASBL (Association pour l'agriculture bio Luxembourg), reconnaissable à ses couleurs vertes et orange. Pour les produits non alimentaires, il n'est pas toujours évident de s'y retrouver. Différents labels coexistent et leurs exigences divergent.

Les aliments bio disponibles au Grand-Duché proviennent ainsi d'une centaine de pays différents, parfois hors Europe. On peut donc légitimement se demander quel est le véritable sens, écologiquement et socialement parlant, de consommer un produit, certes bio, mais qui a peut-être été récolté et/ou transformé à plusieurs milliers de kilomètres du Grand-Duché?

actions menées, on peut citer, entre autres, le soutien à l'introduction de produits biologiques dans la restauration collective, la mise en place d'un réseau de fermes biologiques de démonstration, la rédaction de diverses brochures spécialisées, le développement de modules de formation... Les régimes d'aide à l'hectare sont également désormais disponibles pour les exploitations en conversion partielle à l'agriculture biologique.

Malgré ces différentes mesures déployées – notamment par le ministère de l'Agriculture –, le Grand-Duché est encore loin des champions européens de la culture biologique, à savoir l'Autriche, la Suède et l'Estonie. Ce sont eux qui accordent en effet la plus grande part de superficie cultivée à l'agriculture biologique, avec respectivement 21,2, 17,1 et 17,0%. Le Luxembourg pointe seulement à 3,2% et arrive en 21^e position dans le classement des 28 (source: Les carnets de l'Agence BIO – édition 2016). Comme le préconise Jeremy Rifkin dans son étude stratégique relative à la Troisième Révolution industrielle, l'un des enjeux de ces prochaines années pour le Luxembourg consistera donc à transiter vers une agriculture à la fois biologique, écologique et durable, qui respecte son environnement, la santé de ses consommateurs et ses producteurs.

3,2

C'est le pourcentage de surface agricole consacrée à la culture biologique au Luxembourg.

DES MESURES POUR CONVERTIR LES AGRICULTEURS

Pourtant, dès 2009, le gouvernement luxembourgeois a mis en place un plan national pour la promotion de l'agriculture biologique. Parmi les

Nature Elements, DÉCOUVRIR CHAMPAGNES ET RESTAURATION BIO

DEPUIS PRÈS DE 10 ANS, NATURE ELEMENTS FAIT LA PART BELLE
AUX PRODUITS NATURELS, BIO ET ÉCOLOGIQUES À LUXEMBOURG.
DANS SON CONCEPT STORE INÉDIT D'HOWALD, SE CÔTOIENT SUR QUELQUE 500 M²,
UN MAGASIN, UN RESTAURANT ET UNE CAVE À VINS BIO.



Fruits et légumes, épicerie fine, aliments diététiques et sans gluten, accessoires pour la maison,... Vous retrouverez près de **8 000 produits** de la vie quotidienne au sein du magasin bio. Un département entier est également dédié aux cosmétiques, à l'hygiène corporelle et compléments alimentaires, permettant de prendre soin de votre corps, de votre santé et de la planète. Une équipe spécialisée n'hésitera pas à vous conseiller dans vos choix.

Pour prolonger l'expérience, **La Table B** vous propose tous les midis, en semaine, un menu du jour savoureux, à base d'aliments frais et bio, cuisinés sur place. Sandwiches, salades, quiches, galettes végétariennes et autres petites douceurs sucrées viennent compléter la gamme. De quoi profiter d'un repas à la fois rapide et sain à emporter ou à déguster sur place avant de retourner au bureau.

Récemment, le concept store de Nature Elements s'est étendu à travers une nouvelle cave à vin : **Ze Cave**. Avec ses 500 références, l'endroit est idéal pour dénicher les vins et champagnes bio qui accompagneront vos apéros et repas !

Le samedi 11 novembre, Nature Elements vous invite au **3^e Salon du Champagne**.

Le temps d'une journée, 8 vignerons feront le voyage depuis leurs vignes jusqu'au concept store afin de partager leur passion et de faire, fièrement, découvrir leurs produits. Ils assisteront au dîner, pour lequel un menu du soir (sur réservation) a été spécialement concocté en accord mets-champagnes, afin de découvrir des crus rares et fabuleux... Un moment unique en perspective, à partager avec votre amoureux ou entre amies ! N'hésitez pas à consulter le menu complet et à réserver vos places en ligne sur www.zecave.lu.



Nature Elements Howald
17b, rue des Joncs, L-1818 Howald
Tél.: 27 48 99 73
Du lundi au samedi de 8h00 à 19h00





Carole Muller,
administrateur délégué
chez Fischer S.A.

FISCHER:

« DES PRODUITS RÉGIONAUX DE QUALITÉ »

QUENTIN DEUXANT

CAROLE MULLER EST ADMINISTRATEUR DÉLÉGUÉ CHEZ FISCHER S.A. ELLE NOUS FAIT PART DE L'ENGAGEMENT DE CETTE BOULANGERIE QUI PORTE UNE ATTENTION PARTICULIÈRE À L'ORIGINE ET À LA QUALITÉ DES MATIÈRES PREMIÈRES UTILISÉES DANS LE PROCESSUS DE CONFECTION DE SES PRODUITS.

Pouvez-vous nous parler de l'origine des boulangeries Fischer ?

L'histoire des boulangeries Fischer commence en 1913. Il s'agissait d'abord d'une boulangerie familiale active dans le nord du Luxembourg. La réelle expansion de l'activité a commencé dans les années 70. Joe Fischer, le fils du fondateur de la boulangerie, s'est associé aux Moulins de Kleinbettingen pour accompagner son développement et rationaliser le processus de production. On peut parler, avec le temps, d'un processus d'industrialisation, mais qui a toujours gardé pour premier impératif le maintien de la qualité et du savoir-faire. C'est encore notre optique aujourd'hui : produire artisanalement, avec des produits locaux, mais à une grande échelle.

Aujourd'hui, que représente la société Fischer ?

Fischer, c'est plus de 70 boulangeries, principalement réparties au Luxembourg. En France, nous développons l'enseigne en franchise avec une troisième ouverture prévue au mois d'octobre à Reims.

Vous mettez un point d'honneur à choisir des matières premières issues de l'agriculture régionale. Qu'est-ce que cela signifie ?

Cela signifie que nous cherchons toujours à travailler avec des ingrédients locaux ou régionaux de qualité. C'est particulièrement le cas pour les matières premières comme la farine : excepté quelques variétés spécifiques, nous utilisons celle du moulin de Kleinbettingen, qui dispose du label « Produit du terroir ». Les autres exemples sont nombreux : notre café est torréfié au Luxembourg, notre thé vient d'Esch-sur-Sûre, le beurre de chez Luxlait, et nous proposons nombre de pâtisseries garnies de fruits frais de saison comme les fraises luxembourgeoises au mois de juin ou encore les mirabelles des côtes de la Moselle au mois d'août...

Votre créneau, ce n'est donc pas forcément le bio ?

Nous proposons à nos clients quelques produits bio. Mais nous mettons surtout l'accent sur le choix d'ingrédients provenant de circuits courts. Ce soutien de l'agriculture raisonnée est basé sur une logique économique et écologique, sur une volonté de préserver l'authenticité de nos produits et de proposer au consommateur des produits régionaux de qualité.

Pour une société de votre envergure, ce parti pris n'est-il pas difficile à tenir ?

C'est certain que cela demande beaucoup de travail et de bonnes capacités de réactivité. Si nous voulons pouvoir proposer des produits composés d'ingrédients locaux, il faut sélectionner des producteurs qui soient capables de répondre à une demande importante et de composer avec les saisons. De notre côté, il faut également pouvoir réagir quand un producteur nous dit, par exemple, que ses fraises sont mûres une semaine plus tôt que ce qui était prévu...

Si tant d'énergie est placée dans cette démarche, c'est que la clientèle est demandeuse...

Oui, nous le ressentons dans les nombreuses réactions que nous recevons, notamment par les réseaux sociaux, et nous mettons à profit ces retours pour améliorer et ajuster notre offre aux attentes du public. Notre clientèle est sensible au fait qu'il faut consommer « local » pour amoindrir au maximum son empreinte écologique. Elle est également consciente que c'est cette démarche globale qui donne la garantie de déguster chaque jour un produit de qualité et 100 % naturel.



MANGER BIO, ÇA CHANGE QUOI?

ÇA CHANGE TOUT !

MANGER BIO, C'EST NATURELLEMENT BON !

Chez Delhaize, nous avons toujours accordé beaucoup d'importance aux produits certifiés biologiques, qu'il s'agisse de fruits et légumes ou autres produits. À travers notre gamme de produits Bio, nous prônons le respect de la terre agricole et des animaux !

BON POUR LA PLANÈTE
ET POUR VOUS !



1000 RÉFÉRENCES DE PRODUITS BIO POUR MIEUX VIVRE

Nous nous engageons sur une offre vaste et variée, des produits cultivés sans utilisation d'engrais artificiel ni pesticide.

Ça change quoi ? Nous mangeons ainsi des aliments qui contiennent plein de vitamines et de minéraux.

POUR TOUT SAVOIR SUR LE BIO,
RENDEZ-VOUS SUR WWW.DELHAIZE.LU

Suivez-nous sur et

FAITES LE PLEIN
DE VITAMINES !



GUTT AKAFEN
GUTT IESSEN

Actu business

MATHIEU ROSAN

Networking



Un week-end pour célébrer l'entrepreneuriat à Luxembourg

Les 17, 18 et 19 novembre prochains, la Fédération des Femmes Cheffes d'Entreprise du Luxembourg, equilibre.lu et [Hub Dot](http://HubDot) organisent les « European Entrepreneurs : LëtZ Celebrate, Connect & Collaborate » au campus universitaire de Esch Belval. Un événement exceptionnel qui permettra de mettre en avant l'entrepreneuriat sous toutes ses formes. Avec la participation de 500 intervenants venus de toute l'Europe, les visiteurs auront la possibilité de venir les rencontrer. D'horizons divers et variés, ils pourront échanger sur des thèmes comme la croissance numérique, les générations Y et Z, la résilience ou encore l'entrepreneuriat au féminin. Ils auront également la possibilité de participer à une session interactive en compagnie de Maru labichela afin de célébrer le « Women's Entrepreneurship Day », mais aussi de participer à différents workshops organisés pendant tout le week-end. Pour participer à cet événement, rendez-vous sur www.europeanentrepreneurs.net.

Mr. le Président



Un nouveau patron pour Delhaize Belgique et Luxembourg

Le géant de la distribution Ahold Delhaize a annoncé un changement à la tête de ses activités en Belgique et au Luxembourg, où le Français Xavier Piesvaux a remplacé le Belge Denis Knoops, qui quitte le groupe. Le distributeur affiche des résultats jugés décevants actuellement en Belgique. Dans le pays d'origine de Delhaize, absorbé en 2016 par son concurrent néerlandais Ahold, le groupe cherche à « renforcer le plan commercial, augmenter l'impact des activités promotionnelles et améliorer l'expérience client », indiquait-il lors de sa dernière présentation de résultats début août. Xavier Piesvaux est donc le nouveau président de la marque Delhaize pour la Belgique et le Luxembourg. Ancien numéro un de la chaîne de supermarchés Mega Image, filiale de Delhaize en Roumanie, Xavier Piesvaux était depuis deux ans le premier vice-président de la chaîne américaine Walmart pour le Québec et une partie du Canada. Ahold Delhaize a salué en lui le grand artisan du développement de sa filiale roumaine, forte de près de 500 magasins à son départ en 2015, contre 14 en 2006.

Fiscalité



Le Luxembourg doit récupérer 250 millions d'avantages fiscaux auprès d'Amazon

La Commission européenne est de nouveau passée à l'offensive contre les montages fiscaux des géants américains d'internet, avec dans son viseur les pratiques d'Amazon au Luxembourg. Plus de trois ans après avoir ouvert une enquête approfondie contre les pratiques fiscales d'Amazon, l'exécutif européen a exigé de l'entreprise américaine qu'elle rembourse 250 millions d'euros aux autorités luxembourgeoises qui lui ont selon elle accordé « des subventions déguisées ». « Grâce aux avantages fiscaux illégaux accordés par le Luxembourg à Amazon, près de trois quarts des bénéfices de la société n'étaient pas imposés. En d'autres termes, Amazon a pu payer quatre fois moins d'impôts que d'autres sociétés locales soumises aux mêmes règles fiscales nationales », a déclaré la Commissaire européenne à la Concurrence, Margrethe Vestager. Amazon a aussitôt contesté cette décision. « Nous pensons qu'Amazon n'a reçu aucun traitement spécial de la part du Luxembourg et que nous avons payé nos impôts en totale conformité à la fois avec les règles fiscales internationales et luxembourgeoises », s'est défendu le groupe. « Nous allons étudier la décision de la Commission et considérer toutes les options légales, y compris un appel », a-t-il ajouté.

PEÏTRY

RESTAUBERGE

Dans un cadre cosy et très élégant,
le restaurant Péitry vous invite à déguster
une cuisine du terroir,
élaborée à partir de produits
de qualité, frais et de saison.



Menu lunch*

entrée + plat
+ dessert
27€

*Uniquement le midi
en semaine

Menu Péitry*

entrée + plat
+ dessert
37€

*Tous les jours
avec des produits de saison



Pour tous vos événements - privés
et professionnels - profitez de notre vaste salle
de réception, de notre salon, de la véranda
et de la terrasse qui vous permettront
d'accueillir jusqu'à 80 convives.

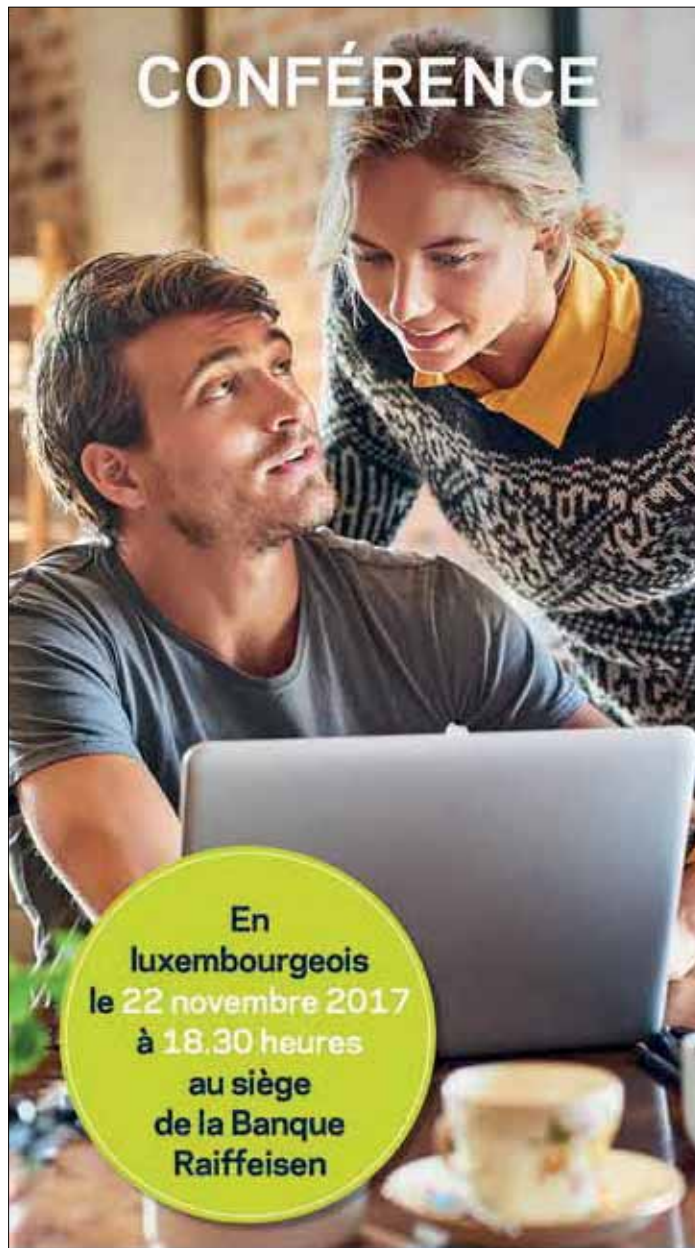
18, Route de Luxembourg, L-6910 Roodt-sur-Syre
Tél.: 26 78 75 98

Mardi - vendredi: 12h à 22h,
samedi: 19h à 22h, dimanche: 12h à 14h30.
A seulement 20 min de Luxembourg ville.

www.peitry.lu

#MAGAZINE /

CONFÉRENCE



En
luxembourgeois
le 22 novembre 2017
à 18.30 heures
au siège
de la Banque
Raiffeisen

Réforme fiscale 2017
Infos et astuces pour optimiser
votre déclaration d'impôts



Raiffeisen
Naturellement ma banque

Inscriptions sur www.raiffeisen.lu

LA FISCALITÉ POUR LES NULS

COMMENT PAYER MOINS D'IMPÔTS ? VOILÀ UNE QUESTION QUE L'ON SE POSE TOUS ET À LAQUELLE NOUS N'AVONS PAS TOUJOURS LA RÉPONSE. ALORS QUE L'ANNÉE 2017 TOUCHE À SA FIN, DÉCOUVREZ QUELQUES CONSEILS POUR OPTIMISER VOTRE PROCHAINE DÉCLARATION FISCALE.

JEANNE RENAULD

Entrée en vigueur le 1^{er} janvier 2017, la réforme fiscale luxembourgeoise entend rendre l'imposition plus équitable et améliorer le pouvoir d'achat des ménages modestes et de la classe moyenne.

Examinons les quelques nouveautés qui permettent de réduire ses impôts, en toute simplicité.

DÉDUIRE LES FRAIS LIÉS AUX ENFANTS

Si vous avez des enfants à charge dans votre ménage, que vous soyez marié ou non, vous pouvez bénéficier de certains avantages fiscaux. Vous pouvez ainsi obtenir une modération d'impôt de 922,50 euros par an et par enfant et profiter, en complément, de déductions fiscales majorées.

Les contribuables isolés, qui élèvent seuls leur(s) enfant(s), bénéficient également d'une modération d'impôt à laquelle s'ajoute un crédit d'impôt monoparental. Auparavant d'un montant de 750 euros par an pour tous, il passe désormais à 1500 euros pour les revenus inférieurs à 35 000 euros. Le montant est ensuite dégressif selon les revenus, avec pour minimum 750 euros dans tous les cas. À noter encore que les contribuables peuvent déduire de leurs revenus soumis à l'imposition des rentes ou pensions alimentaires versées à leur conjoint divorcé.

DES ABATTEMENTS FISCAUX AUGMENTÉS

Certaines déductions fiscales ont également été revues à la hausse avec la réforme. C'est le cas par exemple des primes versées dans le cadre de l'assurance-vieillesse, des frais de garde d'enfants et de domesticité. Afin d'encourager les résidents à investir dans l'immobilier et les aider à financer leur habitation principale, le montant déductible des intérêts hypothécaires relatifs à la résidence principale a lui aussi été relevé. Les abattements liés aux cotisations versées dans le cadre d'un contrat d'épargne-logement ont quant à eux été doublés.

LA MOBILITÉ DURABLE ENCOURAGÉE

Enfin, afin de soutenir la mobilité douce et responsable dans le pays, le gouvernement luxembourgeois a mis en place une nouvelle déduction fiscale applicable si vous faites l'acquisition d'un véhicule 100 % électrique, d'un vélo à pédalage assisté, aussi appelé pédélec, ou encore d'un vélo classique. Résidents et non-résidents peuvent en profiter. Le montant de l'abattement fiscal varie selon le véhicule acheté : 5 000 euros pour une voiture qui a été immatriculée après le 1^{er} janvier 2017 et 300 euros pour un pédélec ou un vélo. Bien sûr, la preuve de paiement de la facture, à votre nom, doit être soumise en tant que pièce justificative. Les déductions peuvent être cumulées, mais l'on ne peut y prétendre que tous les cinq ans. Petite précision toutefois : l'abattement fiscal n'est possible qu'en cas d'achat d'un moyen de transport neuf, qui est réservé exclusivement à des fins privées.



Être cigale **ET** fourmi, c'est possible



L'ÉPARGNE RETRAITE AXA
vous rapporte dès aujourd'hui,
et encore plus demain.

Déduisez les sommes placées de vos impôts pour un gain immédiat ;
Faites fructifier votre argent pour votre retraite.

Vérifiez votre situation grâce à notre calculatrice fiscale sur **axa.lu**

Candidate's opportunities

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



Emeline Perrenot

→ EMPLOI RECHERCHÉ

Gestionnaire Back-Office,
agent de Transfert, Projets et contrôle

→ COMPÉTENCES

Back Office, Agent de Transfert
Esprit critique, logique et organisée, rigueur
et sens du contact
Pratique courante du Français, Anglais et de
l'Italien

→ ATOUTS

Sens des responsabilités et de l'urgence,
rigueur et application dans mon travail
Bon esprit d'équipe et très flexible
Sens aigu pour la relation client et la
communication

Diplômée d'un Master of Business Administration,
je possède une approche cohérente du marché international
et de ses changements. Ce MBA m'a en outre permis de gagner
en maturité et en confiance ainsi que d'obtenir des compétences
en leadership. Mon expérience, acquise dans les secteurs
bancaires et assurances, m'a permis de déterminer et réduire
les risques opérationnels de l'activité et de constamment
améliorer les processus. J'aime les nouveaux défis,
plus que tout autre chose, surtout être à l'écoute du client.

Experte confirmée dans la gestion de la qualité, la conformité et l'audit
et titulaire d'un Master Business Administration, j'ai une expérience
de plus 20 ans dans le domaine des assurances.

J'ai développé de bonnes compétences de communication, en assurant
le bon déroulement du processus d'affaires en conformité
avec les principes de l'entreprise et son cadre réglementaire.

Je peux assurer que mon travail contribuera utilement à l'amélioration
des processus de votre entreprise.

Sacry Parra

→ EMPLOI RECHERCHÉ

Compliance officer, Quality assurance,
Risk officer, Internal Audit.

→ COMPÉTENCES

Esprit d'analyse, esprit de synthèse,
réactivité

→ ATOUTS

Organisée, polyvalente, goal focus



Sheida Sobhani

→ EMPLOI RECHERCHÉ

Physiothérapeute en processus
d'homologation, masseuse, massage
corporel, sportif et aussi anticellulite

→ COMPÉTENCES

Rééducation des troubles d'équilibre

→ ATOUTS

Spontanée, active, sérieuse, aisance
relationnelle

D'origine iranienne, j'habite depuis 2004 au Luxembourg
et je suis fascinée par la multi culturalité qui existe dans ce pays.
Diplômée et expérimentée en physiothérapie, je cherche
un emploi comme masseuse dans un salon de massage.
Je serais également fortement intéressée par un stage en hôpital.

Très empathique et humaniste j'apprécie fortement le contact
avec les gens, et suis également très à l'aise avec les personnes
âgées ou paralysées. Je suis notamment formée à la rééducation
posturale, aux techniques d'aspirations trachéales
et rhino-pharyngées.

Le temps est venu pour moi pour vous démontrer mes atouts
et capacités dans une entité qui pourrait profiter
de mes compétences.

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

Réforme fiscale : QUEL RÉGIME D'IMPOSITION CHOISIR ?

LA RÉFORME FISCALE, VOUS N'Y COMPRENEZ PAS GRAND-CHOSE ?
POURTANT, QUE VOUS SOYEZ RÉSIDENT LUXEMBOURGEOIS OU TRAVAILLEUR FRONTALIER,
ELLE N'EST PAS SANS CONSÉQUENCE SUR VOTRE FISCALITÉ ET VOTRE IMPOSITION.
LE SYNDICAT LCGB VOUS AIDE À Y VOIR PLUS CLAIR.



On en parle depuis de nombreux mois, c'est désormais une réalité. Les nouvelles règles en matière d'imposition des salariés et pensionnés mariés liées à la réforme fiscale luxembourgeoise entreront en vigueur ce 1^{er} janvier 2018.

DES CHANGEMENTS IMPORTANTS POUR LE CONTRIBUABLE

Concrètement, les conjoints mariés résidents peuvent désormais choisir entre l'imposition collective (classe 2), le système actuel, ou l'imposition individuelle (classe 1), qui renforce l'autonomie financière de chaque époux.

De leur côté, les contribuables frontaliers mariés, auparavant rangés en classe d'impôt 1A – ou 2 s'ils pouvaient justifier que plus de 50 % des revenus professionnels cumulés de leur ménage étaient imposables

au Luxembourg –, vont automatiquement passer en classe 1, soit la moins avantageuse pour le travailleur.

Si vous êtes dans cette situation, vous pouvez néanmoins, sous certaines conditions, demander à rester en classe d'impôt 2. Pour être assimilé à un résident, deux solutions :

- ➡ démontrer que 90% (50% pour les Belges) des revenus de votre ménage sont imposables au Luxembourg,
- ➡ ou bien, ne pas avoir de revenus étrangers nets qui dépassent le montant annuel de 13 000 euros.

Pour bénéficier de cette imposition collective, vous devrez fournir les documents justificatifs nécessaires à l'Administration des Contributions Directes. Celle-ci déterminera alors

un taux global d'imposition. Le taux d'impôt appliqué à vos revenus luxembourgeois sera augmenté car il prendra maintenant en compte l'ensemble des revenus du ménage.

DÉTERMINER LE SCÉNARIO LE PLUS FAVORABLE

Face à ces changements législatifs importants, il n'est pas toujours facile de s'y retrouver et, surtout, de mesurer l'impact réel de ces nouvelles règles sur la retenue sur les traitements et salaires ainsi que sur le budget du ménage. Si vos deux revenus proviennent du Luxembourg, l'imposition collective sera sans doute plus favorable. Le calcul est néanmoins plus compliqué à effectuer si votre couple dispose de revenus au Grand-Duché et à l'étranger.

Au-delà de sa mission de défense des intérêts des salariés, le syndicat LCGB veille à vous accompagner dans toutes vos démarches liées à la fiscalité. Le LCGB a ainsi mis en place un service de simulation, permettant de calculer l'impact financier du changement de classe d'impôt dans votre cas personnel. Les conseillers vérifient également si, en tant que salarié ou pensionné frontalier, vous pouvez obtenir l'imposition collective. Ils simuleront votre taux global d'imposition dans ce cas. De cette manière, vous pourrez déterminer en toute connaissance de cause l'option la plus favorable pour vous.

Pour profiter de ce service gratuit, il vous suffit d'être affilié au LCGB. A noter aussi qu'en tant que membre du LCGB, vous pouvez bénéficier d'une aide gratuite pour remplir votre déclaration fiscale chaque année.





Le permis de conduire à points

Me. Frédéric Frabetti & Me. Carmen Rimondini

La loi du 2 août 2002, entrée en vigueur le 1^{er} novembre 2002, a instauré le permis de conduire à points au Grand-Duché.

Cet instrument relevant du droit administratif se fonde sur le retrait progressif des points, en fonction de l'infraction commise.

D'après les dispositions de la loi précitée, tout détenteur d'un permis de conduire, dispose, en principe de 12 points. Ces dispositions s'appliquent à tous les usagers de la route, même s'ils ne résident pas au Luxembourg et qu'ils ne disposent pas d'un permis délivré par les autorités grand-ducales.

Les résidents et/ou les titulaires d'un permis luxembourgeois, une fois le retrait total des points avéré, se verront retirer leur permis physique par la police et ne pourront plus conduire à aucun endroit.

Les titulaires d'un permis étranger qui ne résident pas au Luxembourg se voient attribuer un permis virtuel de 12 points et, s'ils les perdent dans la totalité, se voient interdits de conduire sur tout le territoire.

Pour les deux catégories de personnes précitées, la suspension du permis de conduire en cas d'épuisement intégral des points dure pendant 12 mois (on dit que le permis est suspendu) aux termes desquels le capital de 12 points est intégralement reconstitué. À noter qu'au cours des 12 mois que dure la suspension, il est obligatoire pour le conducteur sanctionné de suivre un cours de sensibilisation d'une durée de cinq jours afin de l'aider à prendre conscience des dangers de la route et de la responsabilité qui en résulte et qui pèse sur les conducteurs.

Il convient de préciser que tout conducteur qui voit son capital de 12 points entamé par le retrait d'un ou plusieurs points le voit reconstituer après trois années consécutives sans infraction et qu'il est possible de suivre volontairement un stage de sensibilisation d'une durée d'environ 7 heures, une fois tous les trois ans, afin de récupérer trois points.

Nous tenons également à souligner qu'il ne faut pas confondre la suspension du permis de conduire après perte des 12 points avec le retrait immédiat du permis de conduire, qui peut être effectué dans certains cas graves par les forces de l'ordre. Dans le cas d'un retrait immédiat du permis de conduire pour alcoolémie, drogues ou excès de vitesse important, ce dernier ne peut être récupéré que par le biais d'une requête en mainlevée de l'interdiction de conduire devant les juridictions compétentes.

Avec la politique routière de plus en plus sécuritaire actuellement en vigueur alors que les contrôles se multiplient et avec l'installation de radars fixes au Grand-duché depuis 2016, il est évident que les procédures contentieuses liées aux infractions au Code de la route et en particulier aux permis de conduire, vont être amenées à concerner de plus en plus de personnes.

Or, au regard des conséquences parfois graves que peut avoir l'impossibilité de conduire, notamment dans le cadre professionnel, il est important de savoir que des procédures de recours existent et qu'il est notamment possible de faire exclure les trajets professionnels du champ de l'interdiction.

Dans le cadre d'une procédure judiciaire suite au retrait du permis de conduire l'assistance d'un avocat spécialisé en la matière est toujours loisible.

ONLINE

SARAH BRAUN

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



LE RETOUR DE LA COMFORT FOOD

On déclare (enfin !) ouverte la délicieuse saison des chocolats chauds, cheese macaroni, tartiflette, raclettes et autres plats réconfortants. Bye bye tomate-mozza et melon jambon-cru, et bienvenue à la comfort food (vos poignées d'amour vont nous remercier !)

→ *Food / Astuces*

TARTAN PAS TARTE!

Longtemps taxé d'austère, voire connoté business wear, le tartan nous affole cet automne. En touche ou en total look, monochrome ou colorblock, les plus beaux looks de la saison repérés sur Pinterest !

→ *Mode / Tendances*



RANGER, C'EST BON POUR LA SANTÉ!

Depuis la publication de l'ouvrage *La Magie du rangement* de Marie Kondo, avoir des intérieurs nickels n'a jamais autant été une obsession. Et pas seulement parce qu'ainsi ordonnés, nos intérieurs sont instagrammables ! Pourquoi ranger est bon pour la santé ? On vous dit tout (et on vous donne quelques bons plans, au passage !).

→ *Société / News*



KEEP SMILE!

Lumière qui décline, journées qui raccourcissent, pluies incessantes... l'automne signe le glas de nos humeurs et la dépression saisonnière nous guette ? Pourtant, il suffit de quelques petites astuces pour ne pas succomber au blues de l'automne.

→ *Healthy / Santé*



COMMENT PORTER LA ROBE EN AUTOMNE ?

Cette saison signant le grand retour des fleurs, on hésite à faire perdurer notre vestiaire estival en continuant à porter nos robes fleuries. Comment lui faire passer le test et la saison ? Suivez le guide !

→ *Mode / Conseils mode*

ET SI ON PASSAIT AU « BLANDE » ?

Véritable révolution capillaire, que l'on doit notamment au manifeste de Sophie Fontanel *Une Apparition*, les cheveux blancs ont désormais le droit de cité. Plus qu'une tendance, un véritable virage dans l'acceptation de soi et dans la lutte de la quête éternelle de la fontaine de Jouvence. Décryptage d'un phénomène.

→ *Food / Astuces*

QUAND LA PILULE PASSE MAL!

Tombée en désamour après les vagues de scandales autour du petit cachet qui avait contribué à l'émancipation féminine, et surtout qui avait ouvert la voie à la revendication du droit à disposer de leur corps, la pilule n'est plus le mode de contraception favori des femmes. Faut-il en avoir peur ? Quels autres moyens de contraception adopter dès lors que l'on refuse la pilule ?

→ *Healthy / Santé*

Save
the date

Concert

Concert



GRANDBROTHERS

Erol Sarp et Lukas Vogel fondent Grandbrothers en 2011, pendant leurs études à l'Institut de Musique et Médias, à Düsseldorf. L'inspiration leur vient des grands noms comme John Cage ou encore Alvin Lucier, et il devient vite évident que le piano à queue sera leur instrument fétiche, leur Cheval de Troie. L'album *Dilation* paraît en 2015, le fruit de deux années d'expérimentation et de soustraction.

Le jazzman luxembourgeois Jérôme Klein aime le clair-obscur. C'est cet univers à la fois nébuleux et minimaliste que le multi-instrumentiste a pu faire mûrir au cours d'une résidence artistique à Dudelange, au CCRD opderschmelz.

Le 10 novembre aux Rotondes

→ www.rotondes.lu



LONDON GRAMMAR

Révélés par leur titre « *Wasting My Young Years* » en 2013, les Britanniques de London Grammar ont sorti un deuxième album en juin, *Truth Is A Beautiful Thing*. Avec ce deuxième opus, la chanteuse Hannah Reid à la voix mélancolique et ses deux compères Dan Rothman et Dominic Major espèrent faire au moins aussi bien qu'avec le premier, *If You Wait* dans lequel on retrouve des tubes comme « *Wasting My Young Years* » ou encore « *Rooting for You* ». Pour cet opus, le trio s'est inspiré de ses 30 mois passés sur la route pour écrire ses nouveaux titres dans lesquels on retrouve un univers où onirisme et électronique ne font qu'un.

Le 22 novembre à la Rockhal

→ www.rockhal.lu

Concert



MILKY CHANCE

Devenu viral immédiatement en décembre 2013, « *Stolen Dance* », le premier hit de Milky Chance avait rapidement été classé en tête des ventes de singles dans de nombreux pays d'Europe. Enregistré à leur domicile, ce titre électronique au rythme contagieux a ouvert la voie du succès à *Milky Chance*. Début janvier, ils faisaient leur come-back avec deux titres, « *Doing Good* » et « *Cocoon* », donnant le ton de leur dernier album. En effet, trois ans après leur succès planétaire, le groupe s'est lancé dans une tournée afin de présenter *Blossom*, un nouvel album qui, une fois de plus, possède tous les ingrédients pour faire bouger le public sur des sons indie folk teintés d'électro.

Le 23 novembre à la Rockhal

→ www.rockhal.lu

Théâtre

Danse



FACE À LA MER, POUR QUE LES LARMES DEVIENNENT DES ÉCLATS DE RIRE

En 1996, Radhouane El Meddeb quitte la Tunisie, pour venir s'installer en France et s'épanouir en tant qu'artiste. Il est, depuis, devenu un créateur accompli et respecté, dont les travaux empreints de son identité multiple sont présentés sur nos scènes les plus courues. À présent, en Tunisie, le tyran est dehors, chassé par les cris d'une jeunesse qui ne voulait plus se soumettre, mais la liesse de la liberté a laissé place à l'inquiétude d'un futur incertain, que le poète et citoyen français que Radhouane est devenu, ne peut regarder que de loin. C'est pourquoi il a décidé de revenir, et d'embrasser ce pays qui l'a vu naître, afin de mieux renouer avec lui. Danseurs, acteurs, musiciens : c'est accompagné d'interprètes tunisiens qu'il revient à la langue maternelle et part à la recherche de ce pays nouveau, qui ne s'est pas encore trouvé lui-même. Face à la mer, pour que les larmes deviennent des éclats de rire est une tentative de retour par l'art, un cri pour affirmer que la douleur du partir n'atteint jamais l'amour des origines.

Le 23 novembre à l'Arsenal (Metz)

→ www.arsenal-metz.fr



LES PARTICULES ÉLÉMENTAIRES

Au Festival d'Avignon 2013, *Les Particules élémentaires* ont été saluées unanimement.

Elles ont mis en évidence le beau travail de Julien Gosselin. Pour celui-ci, parler du monde d'aujourd'hui au théâtre, avec des auteurs d'aujourd'hui, est une nécessité manifeste.

Michel Houellebecq est un auteur français qui s'attache à décrypter la société occidentale dans ses contradictions les plus profondes.

Pour Julien Gosselin, l'écriture de Houellebecq est faite pour le théâtre : toute son œuvre est centrée sur le pari de faire se côtoyer descriptions « wikipédiennes ». En ce sens, son écriture est profondément impure, totale, polyphonique, bâtarde : éminemment théâtrale. Dix acteurs sont sur le plateau tout au long du spectacle pour incarner à la fois narrateurs et personnages. Il n'y a pas de décor, ce sont les images vidéo, les lumières et la musique en direct qui confèrent une réalité scénique au monde sensible de Houellebecq.

Les 24, 25 et 26 novembre au Grand-Théâtre

→ www.theatre.lu

Expo



LUCIEN CLERGUE

L'exposition « Lucien Clergue » permettra une vision particulière sur le travail du premier photographe académicien grâce à la sélection d'une soixantaine de photographies sur les thèmes Camargue, sables et nus, Cocteau, saltimbanques et gitans. Les sables, les nus, les gitans, parmi les grands classiques, proviennent de la sélection de l'exposition montrée au Grand Palais à Paris en 2015. Cette sélection sera élargie au Cercle Cité, par des grands formats.

Du 24.11.2017 au 14.01.2018 au Cercle Cité

→ www.cerclecite.lu

Danse



GIVE ME A REASON TO FEEL

Give me a reason to feel, la nouvelle création d'Anne-Mareike Hess, confronte l'élan de trois danseurs qui, de toutes leurs forces, tentent d'échapper à la torpeur sans espoir d'un paysage dépourvu de tout sens et de partir à la recherche de leurs sentiments et désirs enfuis depuis longtemps. Ils veulent à nouveau ressentir et être émus.

C'est un cheminement intérieur, à travers les ombres et la lumière, en cette époque de surexcitation sensorielle et d'insensibilité dues à notre dépendance absolue à Internet et à la technologie. Grâce à son travail au Luxembourg et à l'étranger, la chorégraphe luxembourgeoise Anne-Mareike Hess a déjà connu le succès. Ses productions ont été programmées et remarquées dans de nombreux festivals en Europe et au Canada. Elle a été récompensée en 2012 par le Prix des Talents Émergents de la « Stiftung zur Förderung junger Talente » et en 2015 par le « Danzpräis » du Ministère de la Culture luxembourgeois.

En tant que danseuse, Anne-Mareike Hess a également travaillé avec de nombreux chorégraphes comme William Forsythe, Rosalind Goldberg et Ingri Fiksdal. *Give me a reason to feel* est la première chorégraphie qu'Anne-Mareike Hess présente au Grand Théâtre.

Le 29 et 30 novembre au Grand Théâtre

→ www.theatres.lu

Expo



RAW IDENTITIES

À travers une sélection de vidéos existantes et d'œuvres inédites, l'exposition collective « Raw Identities » propose une réflexion sur les notions d'identité et de ses affranchissements possibles, les artistes provenant d'univers différents où chacun a déjà expérimenté une certaine mobilité de son identité propre. Témoins actifs et créatifs de notre époque, ils détournent les codes sociaux et se jouent de leur public en appelant à une interrogation et une curiosité aiguë de ce dernier. Qu'il s'agisse d'un changement temporaire, d'un travestissement ou d'une transformation de genre, ces artistes se définissent par le non-binaire, le métissage, mais surtout au travers d'une fluidité des sens, des actes et de la création dans son ensemble. Qui suis-je ? Qui es-tu ? Qui vois-tu en moi ? Comment élaborent-ils ces versions intimes et inédites de leurs identités et, par conséquent, comment se placent-ils au regard des personnes qui les entourent ? Comment jugent-ils le rapport entre eux-mêmes et les médias, les institutions ou encore l'art ?

Du 29.11.2017 au 29.01.2018
au Casino Luxembourg

→ www.casino-luxembourg.lu

Concert



MORGAN JAMES

Le bon « chanteur » est capable, dès la première écoute, de vous faire tomber amoureux, de vous déclencher des larmes ou encore de vous emmener vers un autre univers. Rien ne saurait mieux définir Morgan James, chanteuse soul et auteur-compositeur new-yorkaise.

Sur son second album, *Reckless Abandon*, Morgan James envoûte son public avec la puissance de sa voix et sa présence des plus émouvantes. Liberté et développement de soi sont les deux fils rouges de cette collection de 12 titres originaux, coécrits avec des auteurs originaires de LA, de NYC et de Nashville. Au final, un savant mélange de pop, de funk et de R'nB, le tout sous une approche digne des classiques.

Le 4 décembre à la Rockhal

→ www.rockhal.lu

	MORGAN JAMES 04 DEC
k's choice 12 DEC	
	JULIETTE ARMANET 13 DEC
JÉRÉMY FERRARI 09 FEB	
	GIRLS IN HAWAII 09 FEB
VIANNEY 02 MAR	
	PAROV STELAR 20 MAR
BRIGITTE 17 APR	



 /rockhal
  rockhal_lu
  rockhal_lux
  rockhal_lux

Rockhal, Esch/Alzette (LUX) // Infos & tickets: (+352) 24 555 1
 Rockhal recommends to use public transport: www.cfl.lu




rainy days


Festival de musiques nouvelles
 Philharmonie Luxembourg
 06.-19.11.2017
rainydays.lu

How does it feel?


New works by Wojtek Blecharz, Ivan Boumans, Rick Burkhardt, Chaya Czernowin, Catherine Kontz, Catherine Lamb, Claude Lenners, Genoël von Lilienstern, Philippe Manoury, Robin Minard, Wolfgang Mitterer, Yoshiaki Onishi, Enno Poppe, Hannes Seidl, S.L.A.T.U.R., Simon Steen-Andersen
 With Adapter, EXAUDI, JACK Quartet, Klangforum Wien, Noise Watchers, Orchestre Philharmonique du Luxembourg, Remix Ensemble Porto, United Instruments of Lucilin, Yarn/Wire, Tomomi Adachi, Katrien Baerts, Séverine Ballon, Andreas Borregaard, Peter Brötzmann, Susanne Elmark, Hany Heshmat, Florian Hoelscher, Roland Kluttig, Heather Leigh, Marc Meyers, Emilio Pomarico, Peter Rundel, Aniela Stoffels, Jennifer Walshe, James Weeks



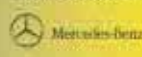
Orchestre
 Philharmonique
 Luxembourg

 PHILHARMONIE


Official partner



Exclusive automobile partner



Media partner



Aude Legrand, CAPTER L'EXPÉRIENCE DE LA VIE

DE LA PERFORMANCE À LA MATIÈRE ET JUSQU'AUX FORMES SOUPLES DE L'EXPÉRIENCE ET DU TEMPS QUI PASSE, AUDE LEGRAND S'AFFAIRE À OBSERVER LE COURS DE LA VIE. UNE EXPÉRIENCE À DOUBLE SENS, SITUANT L'ARTISTE DANS L'EXPÉRIMENTATION AUTANT QUE DANS L'APPRENTISSAGE DE LA VIE EN ELLE-MÊME. POUR L'ARTISTE, TOUTE MATIÈRE EST PORTEUSE D'UNE HISTOIRE ET DES OBJETS QU'ELLE MANIPULE, ELLE EN TIRE CETTE ESSENCE POUR LA TRANSFORMER, LA MODELER AUTANT QUE POSSIBLE, POUR TOUJOURS LAISSER DERRIÈRE ELLE, VIA SON TRAVAIL PLASTIQUE, LES STRATES D'UNE VIE PASSÉE...

GODEFROY GORDET



Short story of life

Après quatre années de photographie à l'institut Saint Luc de Tournai, en Belgique, accordant beaucoup d'importance à la théorie, elle se tourne vers un parcours universitaire. D'abord élève de l'université d'Aix en Provence, c'est à la Sorbonne de Paris qu'elle obtiendra sa licence et finalisera un master de recherche en Art. En 2010, elle s'engage en recherche doctorale en Art à La Sorbonne, soutenue par la Fondation de France et l'Université Panthéon-Sorbonne, via une aide financière qui lui permet de développer ses recherches et sa pratique en MFA Studio Art à la New York University. «Je me suis retrouvé beaucoup plus proche du fonctionnement professionnel. Là-bas, j'avais pour objectif de me développer professionnellement.» Installée à Luxembourg, où elle dirige un atelier de pratique artistique, Aude Legrand travaille aujourd'hui entre la capitale luxembourgeoise, Sarrebruck, Berlin et l'Europe...

D'abord focalisé sur la performance et l'utilisation qu'elle peut y faire de son corps, qui «a été un point de départ pour représenter mon expérience de vie, ou celle d'autrui», l'artiste s'attarde finalement sur la transformation de cette expérience: «une ouverture s'est faite sur d'autres éléments. Le développement de mon travail en est arrivé là.»

Aujourd'hui, sa pratique cherche à expérimenter le cheminement de la vie, dans toutes ses dimensions. «L'idée d'expérience et d'expérimentation sont omniprésentes dans le sens où l'élément principal de mon travail, c'est le temps.» Face au long processus de création qu'elle applique, l'expérimentation fait sens. «C'est une sorte d'enquête avec les matériaux et matières que j'ai sous la main. Ça peut être au premier degré comme de la résine ou aussi, ce que j'appelle, des matières vivantes, comme quelque chose que je



rencontre dans ma journée, une situation, un moment». Ce sont finalement les choses qui apparaissent dans son quotidien qui se révèle à elle dans son travail. Ces «choses» la traversent, et c'est dans leur transformation qu'elle intervient avec «elles». «Pour moi, la pièce est le reflet d'un temps qui est passé, qui s'écoule, d'une transformation ou de l'absence du temps, d'une disparition.»

Concrètement, son travail se focalise sur la transformation des objets. À l'image de son travail lors de sa résidence pour le ArtMix10, initié par les Annexes de Bourglinster et la Stadtgalerie de Sarrebruck, où elle demande à chacun des artistes présents (Marion Cziba, Naomi Liesenfeld, Nora Wagner) de lui donner un objet qui serait comme, «une entrée en matière pour pouvoir indirectement rentrer en contact avec ces gens que je ne connaissais pas, avec qui je n'avais jamais travaillé». Ces objets l'ont accompagnée jusqu'à l'exposition de Berlin Walking Across The Harvest Moon, succédant à celle de Sarrebruck, «pour certain plus que d'autres, l'objet était en rapport avec une histoire personnelle, une histoire heureuse ou malheureuse, durant l'enfance par exemple. Certains objets plus que d'autres étaient en lien avec le trait le caractère de la personne... Mais de manière générale tous transportent ces caractéristiques:

histoire personnelle, reflet de la personne.... Ils traduisent donc tous la question du temps, de la relation, mais avec des nuances et de manière différente...» Et ce temps de partage constitue la première phase créatrice du projet: «j'ai traité ces objets par rapport à ce que l'on m'a donné, leurs symboliques, leurs histoires». Même après la transformation de l'objet, qu'elle soit partielle ou totale, l'expérience de vie est toujours là, de manière indirecte. «Je vois ça comme l'écriture d'une histoire, un vécu, quelque chose d'inédit qui te tombe dessus.»



Aude Legrand

La matière et l'expérience comme matériaux centraux, Aude Legrand trouve logiquement beaucoup de frustration dans son processus créatif. «Il y a un certain lâcher-prise dans mon travail, surtout parce que je travaille avec des matières comme le caramel, la cristallisation, ou l'amidonage.» Le processus est long et les niveaux de lecture de chacune des pièces in fine sont multiples et, souvent, lui restent personnels. «Je donne un accès, qui toujours permet à l'autre de s'approprier quelque chose. Il y a quelque chose d'intime et de gardé, qui m'est précieux.» Dans ses pièces, la Française garde toujours la clé: «je donne des indices, un unique sentiment que je veux partager, mais pas toute l'expérience. Après, chacun se l'approprie.»

Ainsi, dans ses récents travaux, Aude Legrand interagit avec la matière, son identité, sa plasticité, ses couleurs, sa température mises en corrélation avec son propre état au moment de la mise en œuvre. «L'état dans lequel tu es influe sur toutes créations. Mon fil conducteur est ma propre expérience et cette relation humaine. J'ai écrit mon projet comme cela, en me disant que, ce qui m'intéressait, c'était l'empreinte qu'on laisse sur un objet», un travail très organique, un peu comme notre approche de la vie. D'ailleurs, ces prochains projets s'engagent sur cette voie. «Pour mon prochain projet, j'aimerais parler de personnes au travers d'objets qui leur ont appartenus.» Il y a là le temps passé, ce temps terminé, «celui qui n'est plus là», puis, dans une seconde idée, l'artiste veut s'intéresser «au temps qui ne passe pas s'il y a absence».

Un axe de travail qui tranche avec les performances de ses débuts: «je ne voulais pas m'enfermer dans un espace restreint. J'ai eu besoin de toucher à d'autres choses, littéralement, pour me questionner autour du temps et de la transformation.» C'est peut-être là tout l'objet de sa démarche: trouver l'entre-deux entre l'objet initial, qui porte ce temps de l'expérience, et l'objet transformé... Tâche ardue, tant la transformation qu'elle opère peut-être multiple, voire infinie – «tout dépend des pièces et de ce que j'ai envie de raconter. Si c'est l'absence, je parle de présence, quand j'évoque aussi la vie, la mort... Je sais qu'il y a un point final à un moment. Mais lequel?»

Dates d'exposition

- ➔ **Du 7 au 31 décembre - peintures**
Galerie Korschthaus Beim Engel, INTRO_
- ➔ **Du 5 au 29 avril - installations**
Galerie Korschthaus Beim Engel, INTRO_
- ➔ **EN PROJET, Annexes de Bourglinster, Walking Across The Harvest Moon – pluridisciplinaire**



AU REVOIR LÀ-HAUT

— Comédie dramatique française d'Albert Dupontel
Avec Albert Dupontel, Laurent Lafitte, Niels Arestrup...

Nous sommes à quelques jours de l'Armistice en 1918, Edouard Péricourt sauve Albert Maillard d'une mort certaine. Rien en commun entre ces deux hommes, si ce n'est la guerre et le lieutenant Pradelle qui, en donnant l'ordre d'un assaut absurde, brise leurs vies en même temps qu'il lie leurs destins. Sur les ruines du carnage de la Première Guerre mondiale, chacun va tâcher de survivre : Pradelle s'apprête à faire fortune sur le dos des morts, tandis qu'Albert et Edouard, condamnés à vivre, vont tenter de monter une arnaque monumentale.

Date de sortie : Le 25 octobre



D'APRÈS UNE HISTOIRE VRAIE

— Drame français de Roman Polanski
Avec Emmanuelle Seigner, Eva Green, Vincent Perez...

Delphine est l'auteure d'un roman intime et consacré à sa mère devenu best-seller. Déjà éreintée par les sollicitations multiples et fragilisée par le souvenir, elle est bientôt tourmentée par des lettres anonymes l'accusant d'avoir livré sa famille en pâture au public. La romancière est en panne, tétanisée à l'idée de devoir se remettre à écrire. Son chemin croise alors celui de Elle. La jeune femme est séduisante, intelligente, intuitive. Elle comprend Delphine mieux que personne. Delphine s'attache à Elle, se confie, s'abandonne. Alors qu'Elle s'installe à demeure chez la romancière, leur amitié prend une tournure inquiétante. Est-elle venue combler un vide ou lui voler sa vie ?

Date de sortie : Le 1^{er} novembre



THE PARTY

— Comédie dramatique britannique de Sally Potter. Avec Kristin Scott Thomas, Timothy Spall, Patricia Clarkson...

Janet vient d'être nommée ministre de la Santé, l'aboutissement de toute une carrière. Elle réunit avec son époux Bill quelques amis proches. Mais la fête prend un tournant inattendu allant de révélations importunes en accidents de santé inopinés. Pour faire vivre des personnages qui sont à peine plus que des silhouettes, Sally Potter a réuni autour de Kristin Scott Thomas une distribution de rêve : Timothy Spall (Turner chez Mike Leigh) est l'époux plus ou moins résigné ; Bruno Ganz, dont le personnage de vieux hippie exaspérant efface une fois pour toutes le stigmat de La Chute ; Cillian Murphy en jeune banquier ; Patricia Clarkson en meilleure amie et pire commère et le joli couple que forment Cherry Jones et Emily Mortimer.

Date de sortie : Le 1^{er} novembre



THE KILLING OF A SACRED DEER

— Thriller britannique de Yorgos Lanthimos
Avec Nicole Kidman, Colin Farrell, Alicia Silverstone...

Steven, brillant chirurgien, est marié à Anna, ophtalmologue respectée. Ils vivent heureux avec leurs deux enfants Kim, 14 ans et Bob, 12 ans. Depuis quelques temps, Steven a pris sous son aile Martin, un jeune garçon qui a perdu son père. Mais ce dernier s'immisce progressivement au sein de la famille et devient de plus en plus menaçant, jusqu'à conduire Steven à un impensable sacrifice.

Date de sortie : Le 8 novembre



Découvrez les BOÎTES-CADEAUX Kinopolis

Le cadeau idéal pour vos proches,
vos amis et vos collègues



kinopolisluxembourg.lu



Onyx Films, Bidibul Productions et Tarantula Distribution présentent

DROLES DE PETITES BÊTES

AU CINÉMA LE 13 DÉCEMBRE 2017



ET SUR **VODIU** EN AVRIL 2018



VODIU - Un autre regard sur le cinéma. Aussi pour vos petits !





CHARLOTTE GAINSBURG – REST

→ 1^{er} 17 novembre, pop

Actrice accomplie, moins connue dans la chanson, elle s'était pourtant révélée au micro très jeune, à 13 ans, sur la polémique Lemon Incest et plus tard en sortant l'album *Charlotte for Ever*, produit par son père le bien nommé. Soutenue par Daho, et bien d'autres, elle sortira ensuite *5:55* (2006), album encensé qui la poussera à enchaîner avec *IRM* en 2009, produit par Beck. Avec *Stage Whisper* (2011), elle prolonge l'histoire du précédent *IRM*, en donnant à entendre quelques titres inédits. On n'en attendait donc pas moins de sa part sur ce cinquième album, en jouant à nouveau dans les virages de styles. Produite par SebastiAn, *Rest* aligne logiquement de jolies collaborations avec Guy-Manuel de Homem-Christo, l'un des Daft Punk, sur le titre éponyme, Paul McCartney, Owen Pallett ou encore Connan Mockasin. Alors que les titres « Rest » et « Deadly Valentine » nous chatouillent encore les oreilles, on attend beaucoup de ce nouveau disque de la fille prodige.



MAVIS STAPLES – IF ALL I WAS WAS BLACK

→ 1^{er} 17 novembre, rhythm and blues / gospel

Mavis Staples est l'une de ces reines du rhythm and blues old school made in Chicago. Pour l'heure, la chanteuse américaine, à l'aube de sa septième décennie dans la musique, ne déçoit pas. À présent légende de la musique afro-américaine, Mavis Staples a très tôt évolué dans la musique gospel, autour de The Staple Singers, le groupe familial tenu par son père Roebuck « Pops » Staples et qu'elle forme avec ses sœurs Cleotha et Yvonne, et son frère Pervis. Entraînée sur les routes de son pays natal, d'église en église pour y chanter le gospel, Mavis y voit l'Amérique raciste, violente et clivée. Elle s'engage rapidement dans le mouvement des droits civiques de Martin Luther King, mettant sa voix soul et puissante au service d'un répertoire de plus en plus engagé. Fidèle à ce passif, avec *If All I Was Was Black*, Mavis Staples prend le pouls du climat social de son pays. Narrant les déboires d'une Amérique contemporaine, ce nouveau disque est une déclaration politique au triste constat... Comme le dit Staples « rien a changé (...) nous y sommes encore ». Et on espère comme elle le dit que « ces chansons vont changer le monde ».



ASAF AVIDAN – THE STUDY ON FALLING

→ 1^{er} 3 novembre, alternative folk

L'Israélien s'est fait un genre entre caresses, chagrin, mélancolie et exorciste des pulsions. C'est autour des Mojos, un groupe qu'il fonde en Israël en 2006, qu'Asaf Avidan débute sa carrière. Après trois : *The Reckoning* (2008, disque d'or), *Poor Boy / Lucky Man* (2009) et *Through the Gale* (2010), la formation se sépare, chacun tenté de défendre un projet solo. C'est dans cette optique que sort *Different Pulses* (2013), premier album d'Asaf Avidan, porté par le titre à succès planétaire « One Day (Reckoning Song) » remixé par le producteur allemand Wankelmut. Suivra *Gold Shadow*, en 2015, un album qui parle de rupture, imposant une ligne musicale forte sans se soustraire à reproduire la même recette que sur le précédent disque. Ainsi s'installe le musicien, entre une folk écorché, des compositions blues soignées, posées sur une douce poésie, et lancées par une voix soul transperçante... Et ce dernier *The Study on Falling* n'en dément pas. Le disque suit les affections folk-soul du chanteur, comme le confirme l'ensorcelant titre éponyme, lancé en mars dernier.



AAMAR – PARALYSIS

→ Déjà Diapo, électro

Ces quelque 20 dernières années, beaucoup. Définitivement envolé notre jeune compositeur à la banane ! Le petit protégé du producteur luxembourgeois Sun Glitters, est aujourd'hui super high et explose musicalement... Aamar est bel et bien LA révélation de l'électro au Grand-Duché cette année, et c'est d'ailleurs jusqu'aux plus loin des frontières qu'il officie, de Paris au super MaMa Festival, jusqu'aux grandes villes japonaises. D'influences diverses des racines du Hip-Hop, du côté de chez J-Dilla ou la scène beat de L.A., au meilleur du Jazz et de la soul, en passant par la plus pure des minimales, Aamar développe une musique percutante, charmante et absolument captivante. Après *Drips* en 2016, Aamar nous régale avec ce nouvel EP publié chez JFX Lab. *Paralysis* offre quatre titres super planants, qui jouent avec la musique électronique avec un zèle pas croyable. Un disque qui confirme ce qu'on pensait déjà, Aamar est à suivre de très près, à voir viscéralement en live et à écouter sans mesure !



MAXIME GASTEUIL

05.Mai 2018

20h30 - Prix 25€

TRISTAN LOPIN

25.Janvier 2018

20h30 - Prix 25€

CENTRE CULTUREL RÉGIONAL

AALT ● ● ● ● ●
STADHAUS

Differdange

38, av. Charlotte L-4530 Differdange

T.: 58 77 1 – 1900

www.stadhaus.lu

ambiente

9 – 13. 2. 2018



Qu'est-ce qui fait d'un salon un événement authentique. Comment un monde trouve-t-il place en une seule ville. Où les idées de demain sont-elles conçues.

Ceci est une invitation pour l'avenir du présent – en ce lieu, où l'on vit la créativité, où vibre la pluralité.

Ambiente, the show.

Informations et cartes d'entrée sur le site
ambiente.messefrankfurt.com

Tél. +32 (0) 2 880 95 88

info@belgium.messefrankfurt.com

 Partner Country
The Netherlands



messe frankfurt



Coup de cœur

— LAURENCE GAVRON —

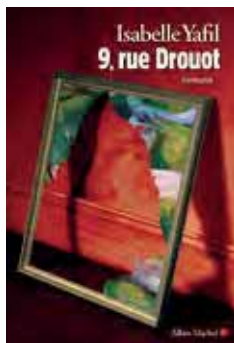
Française vivant à Dakar, Laurence Gavron réalise des documentaires sur des artistes sénégalais : musiciens, griots, réalisateurs... Elle écrit régulièrement dans la presse locale et a fait plusieurs expositions photo au Sénégal. Elle a obtenu récemment la nationalité sénégalaise. Elle est l'auteure de *Boy Dakar* (2008) et *Hivernage* (2009) aux éditions du Masque.



FOUTA STREET

Takko Deh est sénégalaise. Promise depuis sa plus tendre enfance à un cousin qu'elle ne connaît pas, Yoro Sow, elle est rejointe son mari à Brooklyn, où il s'est installé. Yoro est un bon mari, dans les normes, un homme juste et sans méchanceté, mais pour qui les choses de la vie n'ont pas grand-chose à voir avec l'amour. Alors qu'elle semble désireuse de respecter les us et coutumes de ses ancêtres et qu'elle apprend l'anglais pour s'intégrer à la communauté sénégalaise new-yorkaise, Takko disparaît un soir du domicile conjugal. Les rumeurs sur ce départ honteux se répandent comme une traînée de poudre dans les milieux traditionalistes de la communauté peule, jusqu'au jour où Yoro est retrouvé mort dans son appartement. Cette histoire où s'entremêlent deux mondes, les traditions immémoriales sénégalaises et la modernité new-yorkaise, semblerait inextricable si le commissaire de la Medina de Dakar, Souleymane Faye, en vacances à New York, n'avait décidé de prendre sur lui de résoudre cette affaire.

— Laurence Gavron - JC Lattès Le Masque



9, RUE DROUOT

Bernstein, expert et marchand d'art de génie, vit en solitaire parmi les chefs-d'œuvre lorsqu'il engage la timide Silvia comme assistante. Lassé de son milieu, il a choisi de se tenir en retrait de Drouot et c'est elle qu'il envoie suivre les enchères pour son compte. Jetée dans l'univers codifié et secret des salles des ventes, Silvia tente de se faire une place dans ce monde fascinant dont elle ignore tout. Une complicité naît entre ces deux êtres que tout oppose. Jusqu'au jour où une œuvre de la collection personnelle de Bernstein disparaît, pour réapparaître mystérieusement sur le marché. Fou de rage, il met Silvia à l'épreuve... D'une très belle écriture, Isabelle Yafil nous dévoile les coulisses du grand hôtel des ventes parisien, les dessous de l'expertise et du marché de l'art. Comme Silvia, vous ne regarderez plus jamais un tableau de la même manière.

— Isabelle Yafil - Albin Michel



LES CŒURS BRISÉS ONT LA MAIN VERTE

Chargée d'illustrer une encyclopédie botanique, Lili, graphiste de trente-quatre ans, se retrouve inscrite malgré elle, par sa boss, à un stage d'initiation à l'art du jardin. Problème numéro un : Lili n'a jamais rien fait pousser d'autre que des mauvaises herbes. Problème numéro deux : cette timide et indécrottable citadine peine à quitter le cadre rassurant de son foyer depuis le décès de son mari adoré, trois ans plus tôt. Comment pourrait-elle affronter des inconnus armés de binettes et de râteaux. C'est chaussée de ses plus belles bottes en caoutchouc que Lili se résout à faire face à son destin. Non sans embarquer avec elle ses deux chipies de filles, et Rachel, sa sœur cadette drôle et sexy. Rempotage, compostage et arrosage... Alors peu à peu les apprentis jardiniers se dévoilent, Lili ne va pas tarder à découvrir les incroyables vertus du terreau sur les cœurs brisés.

— Abbi Waxman - Belfond

JEEP COMPASS: UN SUV EN VILLE

NE VOUS FIEZ PAS À SES ALLURES DE MOLOSSE: DERRIÈRE SON IMPOSANTE SILHOUETTE, LA JEEP COMPASS EST UN SUV AUSSI RACÉ QUE SOUPLE, AUSSI DYNAMIQUE QUE MANIABLE, RÉSOLUMENT FÉMININ ET URBAIN. NOUS L'AVONS ESSAYÉE POUR VOUS.



Nouvel atout de taille dans la manche du constructeur américain, la Jeep Compass conjugue les talents. Design élégant et sobre – fidèle à l'ADN de la marque – allure élancée, capacités 4x4 décuplées combinées à une dynamique de conduite tout en souplesse, elle s'apprête à faire chavirer les cœurs des aficionados des SUV compacts. Si l'ambition du constructeur était de placer la barre plus haut et de donner un sérieux coup de boost à ce segment, c'est réussi.

SÉCURITAIRE ET VISIONNAIRE

La Jeep Compass recense pas moins de 70 fonctionnalités de sécurité active et passive, dont le système d'alerte anticollision, la détection des obstacles transversaux à l'arrière. On a notamment fortement apprécié la surveillance des angles morts, qui décuple la sensation de sécurité sur autoroute. En ville, c'est l'aide au stationnement qui s'est révélée résolument intuitive. Et tellement pratique !

La console centrale trapézoïdale caractéristique, dotée d'un écran variant de 5 à 8,4 pouces, et équipée du système Uconnect permet d'avoir accès à toute une palette de fonctionnalités, en centralisant communication, divertissement et assistance à la navigation.

AUTHENTIQUE ET MULTIPLE

En outre, le constructeur américain s'est associé à Mopar, qui a développé pour Jeep quelque 70 accessoires qui viennent satisfaire les exigences de chacun et ainsi rehausser encore davantage le plaisir de

conduite. Accentuer le design ou les performances, renforcer la sécurité à bord, ou favoriser les loisirs de plein air : tout devient possible... Ne vous avait-on pas dit qu'elle se plaçait résolument un cran au-dessus ?

CONFORTABLE ET LUXUEUSE

À l'intérieur, raffinement et confort sont les maîtres mots, et Jeep a choisi de les faire rimer avec technologie, authenticité et design. Souci du détail, assise confortable des sièges climatisés à l'avant, places arrières ultra spacieuses, connectivité de pointe, chacun des éléments qui composent l'intérieur de la Jeep Compass a été minutieusement pensé pour que, quel que soit le trajet et quelle que soit la place occupée, voyager soit toujours un moment privilégié.

TESTÉE ET APPROUVÉE PAR LA RÉDAC!

À l'épreuve de la ville, la Jeep Compass sait faire oublier son volume. Ses trésors de technologie, ses capacités off-road légendaires ainsi que l'éventail de systèmes d'assistance active au conducteur ne sont sans doute pas étrangers à l'aisance et la maniabilité incroyables dont elle fait preuve. Et si elle se faufile à merveille dans les rues de la capitale, elle se révèle tout aussi agréable sur longs parcours tant elle est confortable et sécuritaire.

Dire que la Jeep Compass est un luxueux prolongement de sa maison ? Ce serait à peine exagéré !

Silencieuse, souple, quasi intuitive, la Jeep Compass offre une expérience de conduite un cran au-dessus.

➡ **à partir de 24 077 €**



Le Colisée va ensoleiller vos papilles

Voilà un mois à présent que Le Colisée fait souffler un vent de Méditerranée sur la rue de Chimay. Dans un cadre cosy et chaleureux, le chef Karl Gulotta sert une cuisine généreuse et ensoleillée, élaborée à partir de produits frais locaux et de saison, propice à un voyage culinaire sur les bords de la Méditerranée, du sud de la France, en passant par l'Italie, l'Espagne ou encore la Grèce. À découvrir, sa spécialité, le Poulpe braisé comme en Provence et son risotto de citron confit, à déguster sur la belle et vaste terrasse qui donne sur la place Guillaume II, durant la belle saison. On aime également la possibilité de pouvoir privatiser les lieux.

→ **Le Colisée - Bar lounge & finger food au 5, rue Chimay, Luxembourg**
Restaurant au 26, place Guillaume II, Luxembourg
Tél. : 26 202 803. Réservation en ligne sur www.lecolisee-lux.com

Un demi-siècle pour Cactus

50 ans jour pour jour après l'ouverture du tout premier Cactus, à Bereldange, l'enseigne chère au cœur des Luxembourgeois a célébré en grande pompe ce bel anniversaire. L'occasion de revenir sur la belle success story familiale, initiée par les frères Paul et Alfred Leesch qui ont créé le tout premier supermarché à l'américaine au Grand-Duché. À présent, c'est Max, le fils de Paul Leesch qui est à la tête du groupe, épaulé par Laurent Schonckert, administrateur directeur du groupe qui a profité de l'événement pour mettre en lumière la volonté de renouveau et d'innovation de l'enseigne, qui assure depuis un demi-siècle sa place de leader de la grande distribution au Luxembourg.



Tous sur le ring pour lutter contre la maladie

Le 2 février prochain, la Brauerei accueillera une grande soirée caritative pour le moins audacieuse. En effet, les représentants de grandes entreprises du Luxembourg et de la Grande Région monteront sur le ring pour soutenir deux associations (Alan et Télévie) dans leur combat contre la maladie. Ouverte à tous, ce challenge interentreprises unique, est ouvert à tous, permettra de se dépasser et rentrer dans la peau d'une star de la boxe anglaise le temps d'une soirée, tout en se mobilisant pour une noble cause. Sportif ou non, chacun peut s'inscrire : un programme d'entraînement de 12 semaines de préparation physique sera assuré par des professionnels de la remise en forme et de la boxe de compétition.

→ **Renseignements et inscriptions (avant le 10 janvier 2018) sur www.knockitout.lu.**

Léa bijoutier créateur fête ses 15 ans!

C'est un voyage à Tahiti, il y a 15 ans, qui a provoqué le destin de Léa Sitbon. Là, elle a eu un vrai coup de foudre pour la perle.

À son retour, elle se forme en joaillerie et gemmologie et se lance dans l'aventure de la création, l'Atelier de bijouterie LÉA.

Après ses débuts dans le Grund, l'Atelier de bijouterie LÉA, a pris ses quartiers au centre-ville de Luxembourg, au 13 rue des Bains.

Dans cette jolie boutique-atelier, on façonne des bijoux sur-mesure.

Léa a également fondé sa marque LÉA COLOR YOUR CHARM, où elle sublime la perle, d'une façon différente, en s'inspirant d'un large éventail de couleurs. La création ou la transformation

d'un bijou commence par un dessin, le choix de matières, de pierres fines et précieuses, de perles... La joaillière assemble ensuite

les matières choisies, joue des styles et des nuances afin de créer un bijou véritablement unique et personnalisé,

pour le plus grand plaisir de ses clients.

→ **LÉA, 13 rue des Bains, Luxembourg, Tél. : 26 10 37 30, www.bylea.com**



Citabel Sports: le même, mais en mieux!

Citabel Sport a réouvert ses portes, samedi 14 octobre, dans une ambiance festive, sportive et conviviale. Chose promise, chose due. Nous nous étions promis de revenir avant la saison d'hiver avec un magasin encore plus beau qu'avant ! Mission accomplie ! » plaisantait alors Marc Galli avec ses clients. Les pluies diluviennes du 2 juin dernier avaient en effet provoqué un effondrement du toit, inondant le magasin et détériorant près de 2/3 de la marchandise. Il aura fallu près de quatre mois de travaux intenses afin de permettre la réouverture du magasin, une référence en matière d'équipement sportif. L'intérieur comme l'extérieur ont été relookés afin d'offrir une toute nouvelle expérience shopping aux habitués, qui ont ainsi découvert un tout nouvel espace mode, sports et loisirs plus grand, plus lumineux et résolument moderne.

→ **Citabel Sports, 3, rue du Château d'Eau, Leudelange, Tél. : 37 97 37, www.citabel.lu**

MaxSens: le nouveau temple beauté

C'est au cœur du Pall Center que Joëlle Denis, épaulée par Christiane Wickeler, a fondé un tout nouveau concept entièrement consacré à la beauté et au bien-être.

Dans un espace d'exception, noir et or, Maxsens mêle le luxe d'une parfumerie et la rigueur de la parapharmacie afin de proposer le meilleur des plus grandes maisons de beautés et des marques dermatologiques, minutieusement sélectionnées.

L'équipe est composée d'esthéticiennes expérimentées et polyvalentes est à votre service pour des conseils soin et maquillage personnalisés, ou pour vous faire découvrir les dernières nouveautés et innovations.

→ **MaxSens Parfumerie, Pall Center 2 Arelerstrooss, Oberpallen, Tél. : 26 37 89 26, www.maxsens.lu**



FEMMES MAGAZINE

♥ FORD VIGNALE

PARCE QUE LES FEMMES SONT TOUJOURS PLUS EXIGEANTES, QU'ELLES VEULENT LE MEILLEUR DE LA TECHNOLOGIE ET DES SERVICES EXCLUSIFS, FORD A DÉVELOPPÉ LA GAMME VIGNALE.

A L'OCCASION DE LA SORTIE DE LA TOUTE NOUVELLE FIESTA, FRAÎCHEMENT DÉBARQUÉE AU GRAND-DUCHÉ, NOS LECTRICES NOUS ONT ACCOMPAGNÉES POUR TESTER LA LIGNE HAUT DE GAMME DU CONSTRUCTEUR AMÉRICAIN.
RÉCIT D'UNE JOURNÉE CONVIVIALE ET ENSOLEILLÉE.



11h tapantes, nos 21 invitées sont toutes là, attablées autour d'un café ou d'un Perrier dans l'espace lounge du BOOS Beach Club à Bridel. L'ambiance est studieuse, les questions fusent : toutes sont ravies de découvrir en avant-première les lignes de la petite dernière, en même temps que toute la panoplie d'avantages et d'options de la ligne Vignale. Road book en mains, elles embarquent par team de trois dans les modèles mis à notre disposition : S-Max, Edge, Kuga, et bien sûr la citadine Fiesta. Olga s'impatiente « C'est ma première expérience de ce type, et j'avoue connaître assez peu la marque. Je suis très excitée ! » Les voilà parties pour une épopée de 1h30 à la découverte des deux FordStore du Grand-Duché : Paul Wengler, à Ettelbruck

et Collé, à Niederkorn. Accélération, fous rires, mais aussi découverte du pays sont au programme pour les lectrices « Je suis passé par des endroits que je n'avais encore jamais vus », nous confiera Carole à son retour ! »

13h, retour au BOOS Beach Club pour un lunch et surtout pour le débrief. Premières arrivées à Bridel, Christine et Olga s'enthousiasment « c'était wouaouh ! ».

FORD SIGNE UN NOUVEAU DÉPART

Constructeur historique, Ford signe résolument avec la gamme Vignale son grand retour dans le cœur des conducteurs, et surtout des conductrices, conquises en tous

points par le design, les fonctionnalités des cinq modèles de la gamme. « Avec Vignale, Ford est en train de passer un nouveau cap. La marque américaine a su s'adapter à nos routes. J'ai essayé la S-Max et sa tenue de route est exemplaire. Et quel confort ! J'ai possédé plus de 40 véhicules différents, et j'ai rarement été aussi bien installée ! » confie Christiane.

De son côté, Raluca, elle s'est prise d'amour pour la Edge. Plus grand SUV de la marque, le véhicule lui a plu pour ses finitions et sa tenue de route incroyable « même dans les virages les plus serrés. Et vous avez vu la taille du coffre. Je viens d'ailleurs l'essayer la semaine prochaine avec mon copain ! » Sabrina et Erika ont adoré les sièges climatisés, qui font partie des nombreuses options offertes par la ligne haut de gamme.



« J'AI ESSAYÉ LA S-MAX
ET SA TENUE DE ROUTE
EST EXEMPLAIRE.
ET QUEL CONFORT!
J'AI POSSÉDÉ
PLUS DE 40 VÉHICULES
DIFFÉRENTS,
ET J'AI RAREMENT ÉTÉ
AUSSI BIEN INSTALLÉE ! »



« Dommage que les modèles que nous avons essayés n'avaient pas la fonction massage ! J'aurais vraiment adoré l'essayer » renchérit Irène H. Autre option, le toit panoramique vitré, qui a permis à Astrid de profiter au maximum de cette belle journée ensoleillée : « C'est vraiment super agréable » approuve-t-elle, les lunettes de soleil encore sur le nez ! Quant à la petite citadine, elle ne s'est pas laissée impressionner par ses grandes sœurs et a aussi transformé l'essai, en se prêtant à merveille à l'exploration la campagne luxembourgeoise. « Elle est pêcheuse, facile à rouler. Je suis plutôt attirée par les modèles plus imposants, mais elle m'a tapé dans l'œil, cette petite », avoue Josiane H.

KUGA SUPERSTAR !

Si tous les modèles présentés ont passé le test avec brio, la grande gagnante de cette journée est bel et bien la Kuga. Lignes dynamiques contemporaines et élégantes et féminines, position haute dans laquelle les conductrices se sont senties en sécurité, gros volumes : résolument le petit SUV a remporté tous les suffrages, aussi bien chez les trentenaires célibataires et urbaines que chez les mères de famille. Toutes se sont accordées à vanter ses nombreuses fonctionnalités. « Elle est super maniable et souple, même pour une conduite en ville ! » s'exclame Viviane, qui avoue un penchant très net pour les 4x4. Même son de cloche pour Vanessa, qui se rêve déjà au

volant. Quant à Brigitte, si elle avoue que la petite Fiesta lui fait de l'œil demeure fidèle à sa passion pour les véhicules imposants et concède que la Kuga est sa préférée.

« ON RECOMMENCE QUAND ? »

Puis est venue l'heure de se dire au revoir. Si les lectrices étaient ravies de l'organisation « au top » – comme se plaît à le souligner Josiane – Carine, responsable marketing du FordStore Collé, devant tant d'enthousiasme et de bonne humeur nous a confié « avoir eu l'impression de passer la journée avec ses amies ». Un sentiment partagé par Irène : « Oh oui, c'était une très belle journée. On recommence quand ? »

FordStore Paul Wengler
Avenue des Alliés,
L-9001 Ettelbruck
FordWengler.lu



FordStore Collé
Route de Bascharage,
L-4513 Differdange - Niederkorn
FordColle.lu



Une saison parfumée

LE LUXE SUPRÊME ? LE PETIT TRUC EN PLUS ? LE NEC PLUS ULTRA DE LA SAISON ? REVENDIQUER SA SIGNATURE OLFACTIVE. À UNE ÉPOQUE OÙ L'INFIDÉLITÉ RÈGNE EN MAÎTRE, OÙ LES NOUVEAUX JUS ATTISENT TOUJOURS DAVANTAGE ENVIES ET CONVOITISES, TROUVER SON PARFUM EST DEVENU UNE QUÊTE ULTIME. NOUVELLES FRAGRANCES VOUÉES À UN AVENIR MYTHIQUE, NÉO-COLOGNES À SPLASHER À L'ENVI, SOLIFLORES À MIXER, ESSENCES RARES OU SILLAGE EMBLÉMATIQUE D'UNE GÉNÉRATION, NOUS AVONS FLAIRÉ LES SENTEURS QUI VONT VOUS PLAIRE.

SARAH BRAUN

L'héritage classique

QUAND LES PLUS GRANDES MAISONS DE PARFUMS SE LANCENT
DANS LA CRÉATION D'UN NOUVEAU PARFUM,
L'HISTOIRE SE RÉPÈTE ET SE POURSUIT...



GABRIELLE, CHANEL

Pensée comme une immense brassée de fraîches fleurs blanches, que l'on doit au nez Olivier Polge, Gabrielle est un jus floral à la fois épuré et résolument solaire qui s'enivre des sillages du jasmin, de l'ylang-ylang, de la tubéreuse et de la fleur d'oranger, adoucie par la fraîcheur sensuelle du musc blanc et réchauffé par des notes lactées de santal.

MISS DIOR, DIOR

Relecture de la fragrance mythique de la maison, Miss Dior version 2017 est un hymne à l'amour. Construit autour de la rose – fleur chère au cœur du couturier qui aimait dessiner dans ses jardins – la rose fragrance associe la Turque rose Damascena aux notes de miel de la rose de Grasse dans un jus féminin et glamour, auquel les effluves d'orange sanguine apportent ce petit je-ne-sais-quoi d'impertinence, très parisienne.

SCANDAL, JEAN PAUL GAULTIER

Sans doute le jus le plus sulfureux de la saison, Scandal est un chypré-miellé, qui transforme la facette sucrée et fleurie enfantine du nectar doré un effluve lascif et chaud, rendu plus puissant grâce à des notes de gardénia et d'orange sanguine dont le patchouli révèle et augmente le potentiel sexy des notes lactées de santal.

LA VIE EST BELLE, L'ÉCLAT, LANCÔME

Succès incontesté de la maison depuis sa création, en 2012, la Vie est belle L'Éclat s'offre une nouvelle déclinaison croquante et éminemment moelleuse, qui se nimbe de la fraîcheur lumineuse et ludique de la fleur d'oranger et de la bergamote. Jus éclatant et vibrant, créé par les nez Dominique Ropion et Anne Flipo, La Vie est belle L'Éclat est un sublime bouquet floral, illuminé de l'éclat rayonnant des notes hespéridées, appuyé par un accord freesia aux accents délicatement fleuris.

Nouveau millénaire

COMME LE CKONE COLLE À LA PEAU DES NINETIES, LES MILLENNIALS CHERCHENT, EUX AUSSI, LEUR ODEUR, LEUR MARQUEUR IDENTITAIRE. TOUTES EN PARADOXES, À L'IMAGE DE LA GÉNÉRATION Y, LES DERNIÈRES CRÉATIONS SONT AUSSI LUXUEUSES QU'ABORDABLES, MARQUÉES PAR UNE LIBERTÉ DÉCONCERTANTE, HOMMAGE À L'URGENCE DE LEUR SIÈCLE.



GIRL OF NOW, ELIE SAAB

Réminiscence de l'enfance, l'amande amère est au cœur de la nouvelle création du couturier libanais. Il en explore toutes les facettes et lui associe sa signature, l'iconique fleur d'oranger. Les notes de fond explorent des senteurs riches et boisées : fève tonka, cashmeran et patchouli, pour un jus profondément audacieux, carrément wild, ultra sensuel.

TWILLY, HERMÈS

Aussi fraîche que lumineuse, la dernière création de Christine Nagel pour Hermès est un condensé d'imperceptible heureuse, une ode à la vie et à la jeunesse. Ce sont d'ailleurs les jeunes filles qui ont inspiré le nez de la maison Hermès pour créer ce parfum chaleureux et pétillant, saturé des notes piquantes du gingembre et des effluves lactés du santal.

AURA MUGLER, THIERRY MUGLER

Inspiration végétale pour la dernière création de la maison Mugler qui délaisse, le temps d'une saison, les codes qui ont fait son succès jusqu'à présent. Construit autour des notes animales de la liane fauve et de celles, acidulées, de la feuille de rhubarbe, le parfum s'ouvre sur des effluves verts déconcertants qui évoluent en un jus magnétique et envoûtant, exacerbé par la senteur sucrée de la vanille Bourbon. Captivant.

IZIA, SISLEY

Hommage à l'histoire familiale, Isabelle d'Ornano a mis au cœur

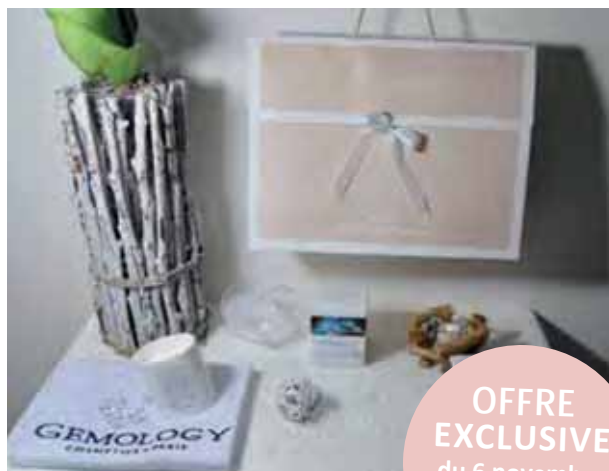
de sa nouvelle création la rose grimpante, à la fois sauvage fragile, et dont les pétales roses bordés d'or, exhalent une odeur singulière. Aidée du nez Amandine Clerc-Marie, elle associe à ce bouquet aussi puissant qu'éthéré à des notes citronnées et fraîches. Le poivre rose apporte un souffle pimenté à la fragrance, qui puise enfin son essence dans les notes profondes du cèdre, de l'ambre et des muscs.



Découvrez notre nouvelle
 gamme de **soins bio**,
 qui intègrent
les principes ayurvédiques,
 pour vous apporter
 leurs meilleurs bienfaits.

20 rue du Kiem | L- 8328 Capellen
 Tél.: 30 99 85 | mmigulez@pt.lu
 Lundi 12h-19h Mardi-Vendredi 09h-19h Samedi 09h-12h
www.esthetique-migulez.lu

Bien-être & Cocooning



**OFFRE
 EXCLUSIVE**
 du 6 novembre
 au 1^{er} janvier.

Soin One Shot Confort

**Gommage nourrissant
 + massage corps à la bougie
 Gémology by AlexAltitude**

10 rue de Bettembourg L-3320 Bivange Tél.: 691 860 828
contact@alexaltitude.com – www.alexaltitude.com



Éloge de la simplicité

LES SOLIFLORES SIGNENT LEUR GRAND RETOUR, ET AVEC EUX L'ENVIE DE RETROUVER L'ODEUR FRAÎCHE ET NUE DES ESSENCES SIMPLES. DÉBARRASSÉES DU SUPERFLU, LES MATIÈRES RÉVÈLENT TOUTES LEUR PROFONDEUR ET INVITENT À UN VOYAGE OLFACTIF INITIATIQUE.



PEONIA NOBILE, ACQUA DI PARMA

Après avoir sublimé l'iris, la rose ou le magnolia, la maison de parfum italienne rend hommage à la délicate pivoine dans un jus qui en capture chacune des facettes. Création lumineuse et gorgée de soleil, Peonia Nobile est un parfum capiteux et séducteur, résolument féminin. La reine des fleurs s'entoure des effluves acidulés des baies rouges et de la fraîcheur du géranium pour créer un sillage intemporel, fascinant.

HISTOIRE D'ORANGERS, L'ARTISAN PARFUMEUR

La gracieuse et solaire fleur blanche est la matière première de cette eau de toilette suave et douce comme un nuage de guimauve. Délicatement sucrée, l'absolue de fleur d'oranger irradie de ses notes tendres. Le maître-parfumeur Marie Salamagne la réchauffe des notes ambrox, qui donnent la sensation d'une peau doucement caressée par le soleil. Enfin, la fève tonka, légèrement amandée, fait écho à l'argan que l'on trouve partout dans la vallée de Souss, et achève de faire de ce parfum un hommage vibrant aux poétiques couchers de soleil marocains.

ENGLISH OAK & HAZELNUT ET ENGLISH OAK & RECURRENT

Élaborées par Yann Vasnier et Céline Roux autour de la senteur fumée et particulière des copeaux de chênes torréfiés, les deux dernières créations Jo Malone rendent hommage au mystère des sous-bois de la campagne anglaise. Tantôt nimbés de l'aura verte de la noisette tout juste cueillie, tantôt gorgée de la fraîcheur acidulée de la groseille juteuse, les deux Cologne se portent en solo ou en duo et fleurent bon les légendes celtiques.

LES EXTRAITS DE COLOGNE, ROGER & GALLET

Quand la maison Roger & Gallet décide de revisiter la mythique Eau de Cologne, cela se joue en cinq temps. Baptisées Essences de Cologne, la gamme se compose de cinq eaux fraîches réinventent le genre. Ces eaux miraculeuses s'abordent avec générosité et candeur et s'offrent comme une expression toute contemporaine de ce produit mythique, élaboré à partir de matières nobles et élégantes: Tubéreuse Hédonie, Néroli Facétie, Thé Fantaisie, Verveine Utopie et Cassis Frénésie. Une jolie collection de néo-colognes joyeuses, éclatantes et lumineuses, aussi fraîches qu'intenses.

FARETRA

PARIS

COIFFEUR CRÉATEUR

NOVEMBRE EN **COULEUR**

-15%*

sur toutes les prestations
jusqu'au 30/11/2017

*Bénéficier de cette offre avec le mot de passe: FARETRA Luxembourg / Offre non cumulable

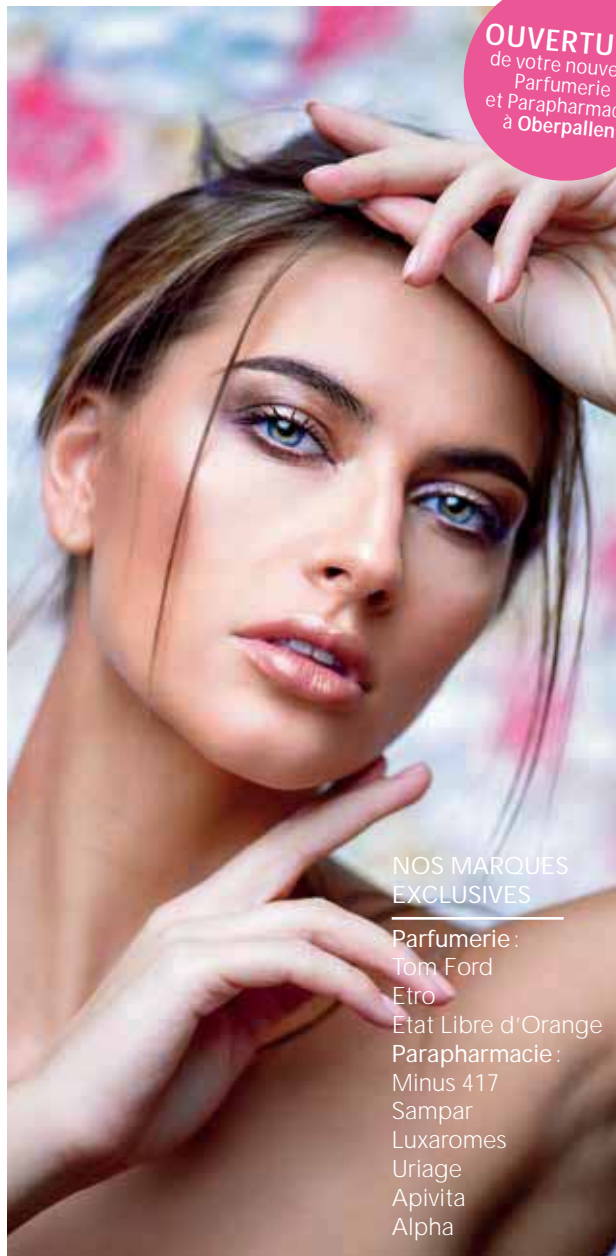
FARETRA Paris
2 avenue des Bains
L-5610 Mondorf les Bains
T.: 28 79 05 98

FARETRA Paris
44-46 rue du Commerce
L-8220 Mamer
T.: 28 77 00 44

MaxSens

PARCE QUE LA BEAUTÉ & LE BIEN-ÊTRE
PASSENT PAR UN ÉQUILIBRE INTÉRIEUR


OUVERTURE
de votre nouvelle
Parfumerie
et Parapharmacie
à Oberpallen



NOS MARQUES
EXCLUSIVES

Parfumerie :
Tom Ford
Etro
Etat Libre d'Orange
Parapharmacie :
Minus 417
Sampar
Luxaromes
Uriage
Apivita
Alpha

Ouvert du lundi au samedi de 9h à 20h
et le dimanche de 9h à 19h

Pall Center, 2 Arelerstrooss - L-8552 Oberpallen
www.maxsens.lu 



Cheveux : Les quatre snobismes ultimes de la saison

SI, EN MATIÈRE D'EXPÉRIENCE CAPILLAIRE, ON A TOUT LU, TOUT VU, TOUT DÉSIRÉ ET TOUT OSÉ, CETTE SAISON, ON VA SE LAISSER TENTER DÉLICIEUSEMENT POUR LE « LESS IS MORE » APPLIQUÉ À NOS LONGUEURS. CONCRÈTEMENT ? ON ARRÊTE DE VOULOIR TOUT CHANGER, D'ALLER CONTRE LEUR NATURE PROFONDE, POUR REVENIR JUSTE À UNE VERSION SUBLIMÉE DE NOUS-MÊMES. ON RESPECTE LA NATURE DE SES CHEVEUX ET ON LUI OFFRE UN UPGRADE POUR LA SAISON.

SARAH BRAUN



FRENCH BRUSHING

Les chevelures lisses retrouvent droit de cité, mais en version glamour. Exit le lisseur et bonjour sèche-cheveux et brosse ronde pour un brushing glamour. La french touch ? Une finition un poil wild, pour lui apporter ce petit air naturel, so parisian.



Le brush sans sèche-cheveux : pas le temps, pas envie ? On fonce pour cette ligne de produits qui discipline les crinières même les plus rebelles, sans sèche-cheveux ! Son secret ? Des polymères qui s'adaptent à l'épaisseur des cheveux pour les dompter illico. **Redken, No Blow Dry, disponible en 3 formules : cheveux fins, moyens ou épais, 26,45 €**

PLATINE ÉTHIQUE

Karlie Kloss, Chloë Sévigny et même Marion Cotillard ont succombé à l'appel du blond platine, froid et polaire. Le bonus 2017 ? Le platine se la joue safe et n'abîme plus nos longueurs grâce aux bienfaits de la colo végétale qui nous permet de craquer sans craindre l'effet botte de soin. D'autant que cette saison, il se porte sur une chevelure longue digne d'une héroïne hollywoodienne des 40'. Pour y succomber sans plomber ses longueurs, deux prérequis : une base saine, et un max de soins pour prolonger l'éclat.



Formulé à base du concentré AntiFade Complex, de Keravis renforçant et d'extraits de citron éclaircissant, ce masque 100% vegan, spécialement formulé pour les chevelures éclaircies jusqu'à quatre tons est une petite bombe concentrée d'antioxydants qui renforce la fibre décolorée ou méchée, nourrit et améliore l'élasticité.

Reconstruct Repair Masque, Perfect 4 Platinum, 200ml, 34,8 €





OVER BOUCLÉ

Voilà plusieurs saisons que les anglaises, ondulations et autres jolies boucles apportent un vent de liberté à nos chevelures. Cette saison, la frange y passe à son tour pour créer ce bob wavy, très années 1970. Top et actrices y ont succombé. Le secret ? Un coup de ciseau régulier et un petit passage au fer à boucler tous les matins pour éviter l'effet « je viens de me lever ». Wild, ok, mais sophistiqué.



→ Ce shampooing réussit la prouesse de nous garantir de jolies boucles grâce à une formule-lait, saturée en polymères, à mémoire de forme.

Shampooing Curly hair, Camille Albane, 250ml, 20€

BOB COUTURE

S'il était notre hantise de la cour de récré, le bob vient de décrocher ses glamour trendy et glamour. Héritage des sixties – avec un petit revival durant les nineties sur le top culte Linda Evangelista – le bob revient dans une version XXI^e siècle. Parfaitement androgyne, mais outrageusement sexy l'air de rien, il nous réconcilie avec les cheveux courts.



→ On prolonge l'effet facile à vivre de cette coupe easy chic avec ce shampooing à 98,6% d'origine naturelle, qui met à l'honneur l'aloë vera, ultra hydratant. Pour tous types de cheveux, il leur apporte légèreté et brillance tout en soignant la fibre.

Shampooing hydratant à l'aloë vera, Christophe Robin, 250ml, 25 €



L'éducation Dessange

L'ÉDUCATION EST UN DES PILIERS FONDAMENTAUX DE LA MAISON DESSANGE.
NOS CENTRES DE FORMATION DU MONDE ENTIER ET EN PARTICULIER CELUI DE PARIS SONT DES LIEUX
DE TRANSMISSION DU SAVOIR-FAIRE ET DU SAVOIR-ÊTRE DE LA MARQUE.
**A LUXEMBOURG, C'EST RAPHAËL, MANAGER DU SALON DE LA RUE DU CURÉ, QUI ASSURE LE LIEN
ET LA TRANSMISSION DES SAVOIR-FAIRE ET NOUVELLES TECHNIQUES.**

MAÎTRISER LES GESTES

Répéter les gestes jusqu'à les maîtriser parfaitement.



LE PASSEUR

Raphaël assure le lien entre le centre de formation parisien et ses collaborateurs au Grand-Duché.

LA PRÉCISION DU GESTE

La clé du succès ? Précision, rigueur, concentration.



TRAINING WAVY

Gestes millimétrés, maîtrise des outils, choix des produits adaptés :
le wavy parfait ne se contente pas de l'à peu près.

DESSANGE
PARIS

38 rue du Curé
L-1368 Luxembourg
Tél.: 22.68.26

26 Avenue de la Liberté
L-1930 Luxembourg
Tél.: 48.80.32

80 route de longwy,
City Concorde- Bertrange
Tél.: 26.25.91.86

5 rue Alphonse Weicker
C.C Auchan-Kirchberg
Tél.: 43.84.44



Purple smoky eyes by M.A.C.

INÈS BORGONJON, MAKE-UP ARTISTE POUR M.A.C., NOUS L'AVAIT CONFIE AU DÉBUT DE LA SAISON: « CET HIVER, IL NE FAUDRA PAS AVOIR PEUR DE LA COULEUR »! NOUS L'AVONS PRISE AU MOT ET AVONS JOUÉ LE JEU EN TESTANT UN TRIO DANS LES TONS LIE-DE-VIN: FARD À PAUPIÈRES « SATIN TAUPE » APPLIQUÉ SUR TOUTE LA PAUPIÈRE MOBILE, SOULIGNÉE D'UN TRAIT DE CRAYON KHÔL « PRUNELLA ». UN SOUPÇON DE MASCARA BOLD & BAD LASH NOIR. LE SMOKY N'A JAMAIS ÉTÉ AUSSI FACILE À VIVRE !



Sarah Braun



J'aime l'idée que le smoky eyes se décline en couleur cette saison. Et les nuances de prune que nous avons testées, faciles à porter en journée comme en soirée, font ressortir le vert de mes yeux : j'adore. Mention spéciale pour la facilité d'application du liner et le mascara avec ses deux brosses qui permet de maquiller même les petits cils, situés au coin de l'œil.



RAS!



Julie Bènière



Comme à chaque fois que je teste des produits MAC, je suis fan ! Cette fois-ci, j'ai eu un véritable coup de cœur pour la déclinaison de prune qui sera vraisemblablement la it-color de cet automne. Elle est facilement déclinable en journée comme en soirée. J'ai adoré le mascara 2 en 1, le packaging est top et la mini- brosse rehausse le regard et les cils inférieurs.



J'aurais aimé tester deux fards à paupières pour pouvoir apporter plus de texture et de contraste au smoky eyes.



Maria Pietrangeli



Mon coup de cœur... enfin mon premier coup de cœur, c'est le mascara. Enfin un mascara qui ne fait pas de paquets, la brosse est instantanément essorée à la première utilisation. Le must de ce produit, c'est la double brosse qui permet de maquiller les petits cils. Mais j'ai aussi un second coup de cœur qui est le fard à paupières hautement pigmenté qui s'applique avec une extrême facilité.



J'ai moins aimé le crayon. La méthode d'application nécessitait d'estomper le crayon, mais je suis habituée à un eye liner qui dessine les traits de façon très nette. Du coup, ce type de crayon ne me convient pas du tout.



Alexandrine Florian



Un combo parfait comme à chaque fois que je teste les produits M.A.C.. Le fard à paupières taupe, facile à appliquer et longue tenue, sera un must have cette saison. Le crayon Khôl souligne et sublime le regard pour un effet smoky légèrement satiné. Mais mon coup de cœur est le mascara Bold & Bad Lash : noir ébène et doté d'une double brosse qui apporte un volume incroyable en un seul passage !



RAS!



Julie Mallinger



À chaque fois que nous devons tester le maquillage M.A.C. pas de surprise, c'est toujours top ! Les produits sont simples à appliquer, ils tiennent jusqu'au bout de la nuit et sans bavure ! Mon petit préféré reste le mascara ! Il a une double brosse, une pour les grands et une pour les petits cils, qui donne au regard une très belle finition.



Je cherche, je cherche, mais ne trouve rien à dire ! J'adore !



Nicky Jacquemart



Le mascara permet d'avoir plus de volume et, grâce à sa deuxième brosse, des cils harmonieux pour une longue tenue. Le crayon et le fard à paupières ont une application très facile et longue durée. L'ensemble donne un joli résultat et un regard léger, et sublimé.



RAS !



95 % naturel

Spécialement conçu pour cheveux secs et abîmés, la Crème de Shampoing réparatrice associe les propriétés fortifiantes de l'huile d'Amarante au pouvoir protecteur de l'Amla pour nourrir, réparer et protéger la fibre capillaire, sans l'alourdir.

→ **Crème de Shampoing Réparatrice aux plantes ayurvédiques, Cinq Mondes.**



Cocktail d'Huiles précieuses

Un soin d'exception, formulé à partir de 12 huiles végétales actives, dont la synergie engendre un cocktail unique et global pour la peau. Celle-ci peut ainsi puiser précisément ce dont elle a besoin, au moment où elle en a besoin. Pour parfaire ce soin d'exception, le sérum Booster Multi-Effets contient également d'autres principes actifs sélectionnés pour leurs vertus spécifiques.

→ **Sérum Booster Multi-Effets. Amatera**



Edition limitée

Une boîte raffinée aux allures de bijou ancien abrite les délicates perles de Météorites. Pour la première fois, les perles se déclinent aux couleurs de l'or. Cette combinaison unique enveloppe le teint comme une sublime parure qui illumine le visage. Ces perles nimbent la peau de lumière et révèlent tout son éclat.

→ **Météorites Gold Pearl. Guertain.**



Must have

Adaptée aux jours de grand froid comme aux plus belles nuits étoilées, la Palette Holiday est le produit phare de la collection. Un objet de désir réunissant sur deux niveaux le nécessaire pour composer un look sur-mesure. Camoufler et corriger les imperfections, magnifier le teint tout en donnant au regard une intensité envoûtante.

→ **Beauty Holiday Palette. Giorgio Armani.**



En un clin d'œil

Sourcils trop clairs, clairsemés ou manquant de caractère ? Deux minutes, c'est le temps qu'il vous faudra pour obtenir un regard intense, que ce soit pour quelques retouches légères ou pour redessiner leur forme. Le gel waterproof tient trois jours durant. Sa technologie avancée donne un résultat immédiat grâce à une association de fibres capillaires et de pigments de couleurs traités spécifiquement.

→ **Gel. Wunderbrow.**



Just for fun

Miracle Gel est le premier vernis à ongles professionnel pour un look gel sans lampe LED et une tenue super longue à faire chez soi. Il suffit simplement d'appliquer deux fines couches de Miracle Gel Color Coat, suivies d'une couche de miracle Gel Top Coat. Le résultat ? Des ongles incroyablement brillants qui conservent leur état très longtemps.

→ **Miracle Gel Color Coat. Sally Hansen.**



absolutely
MUST HAVE

À l'approche des fêtes

Pour les inconditionnelles du N° 5 et toutes celles qui aiment allier parfum et éclat, Chanel lance un gel N°5 Fragments d'or qui illumine merveilleusement la peau de reflets dorés, tout en la parfumant avec discrétion de la fragrance emblématique de la maison.

→ **Fragments d'or. Edition limitée. Chanel.**



Effet Immédiat

Les Laboratoires Lierac ont mis au point le concentré Hyalu-3, qui renforce l'action de l'acide hyaluronique grâce à un acide hyaluronique de haut poids moléculaire (pour une action lissante), un acide hyaluronique micro-encapsule (à libération prolongée) et un extrait de levure d'agave. Résultat, la dynamique faciale est restaurée, les zones creuses sont remises en tension et comblées.

→ **Masque Lift Flash. Lierac.**



La rédaction

Signé

Un sillage insaisissable et enjôleur. Un élixir unique qui distille toutes les facettes de l'amande. Un défi à la hauteur de Sophie Labbé et Dominique Ropion, parfumeurs prodiges de la maison, qui ont imaginé cette empreinte absolument addictive, nimbée de la signature olfactive 'Elie Saab, l'irrésistible accord fleur d'oranger et patchouli aux quel s'ajoute la fleur d'Ormond.

→ **Girl of Now. Elie Saab.**

Le sel de nigari : une multitude de bienfaits naturels

VOUS VOUS Y CONNAISSEZ EN GASTRONOMIE, ET POURTANT VOUS N'AVEZ JAMAIS ENTENDU PARLER DE CE TYPE DE SEL ? C'EST NORMAL. CELUI-LÀ NE SE CUISINE PAS, MAIS ON LUI PRÊTE BON NOMBRE DE VERTUS (RÉDUIRE LE STRESS, RENFORCER LES DÉFENSES IMMUNITAIRES, COMBATTRE LES INFECTIONS) : MAIS QU'EN EST-IL RÉELLEMENT ? INTRIGUÉS ? PARTONS À LA DÉCOUVERTE DE CE SEL SI... SPÉCIAL.

LISA BEYS



LE SEL DE NIGARI, C'EST QUOI EXACTEMENT ?

Nigari est un mot issu du japonais, qui signifie « amer » ou « coagulant salé ». Le nom scientifique du sel de nigari est un peu moins poétique : chlorure de magnésium. Il se présente sous forme de poudre blanche ou de cristaux, on le trouve principalement en magasins spécialisés et épiceries bio. Il s'agit d'un complément alimentaire obtenu en faisant traverser une masse de sel marin par une petite quantité d'eau. Il est généralement produit et importé depuis l'Asie. Le sel de nigari contient énormément de magnésium.

UN COUP DE BOOST

Le magnésium est généralement recommandé en cas de fatigue, de troubles musculaires et pour retrouver du tonus. Le sel de nigari permettrait, selon ses adeptes, de réduire le stress en comblant les éventuelles carences en sels minéraux pour lutter contre l'anxiété et l'insomnie. En cure, il permettrait de booster nos défenses immunitaires et d'éviter les désagréments de l'hiver (rhumes, bronchites, gripes). Antibactérien et antiseptique, le sel de magnésium lutterait contre les inflammations cutanées responsables des imperfections et de l'acné, et soulagerait eczéma et psoriasis grâce à des compresses.

« LE MAGNÉSIUM EST RECOMMANDÉ EN CAS DE FATIGUE, DE TROUBLES MUSCULAIRES, DE STRESS, ET POUR RETROUVER DU TONUS »

Il pourrait aussi permettre de soulager crampes et courbatures.

QUEL GOÛT ÇA A ?

Salé et... très amer ! Eh bien oui, c'est de l'eau salée, donc peu agréable pour vos papilles. Si vous avez du mal à l'avaler, vous pouvez le boire d'un seul coup ou le mélanger avec du jus de fruits ou un peu de sirop.

PRÉPARER SON EAU MAGNÉSIENNE

Pour retrouver du tonus, vous pouvez par exemple diluer 20g de sel de nigari dans 1 litre d'eau. À boire le matin au réveil, de préférence à jeun, pendant une cure d'une semaine. Si le goût trop amer vous rebute, placez la préparation au réfrigérateur en y ajoutant un peu de jus de citron bio. Pour un rhum ou état grippal, buvez un demi-verre toutes les trois heures le premier jour, puis toutes les 6 heures.

Le sel de nigari permet l'accélération du transit, ce qui peut être utile en cas de constipation.

Attention ! Ces recettes ne dispensent pas d'un suivi médical !

UN PRODUIT « MIRACLE » ?

Attention aux sites frauduleux qui vendent du sel de nigari de mauvaise qualité en vous promettant de perdre du poids, de retrouver votre forme, de vous guérir de tous vos maux ! Pas de produit miracle parmi les compléments alimentaires...

UNE UTILISATION AU QUOTIDIEN

De temps à autre, on peut arroser ses plantes avec un peu d'eau magnésienne.

L'astuce fonctionne aussi pour conserver les fleurs coupées plus longtemps.

Très amer tel quel, il n'en est pas moins utile en cuisine ! Ajouté à l'eau de cuisson du riz ou des légumes vapeur, il permet au premier de ne pas durcir et aux seconds de rester fermes. Il est aussi utilisé pour élaborer du tofu (lait de soja caillé) : en effet, il permet d'obtenir un rendu bien ferme et compact.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI ET CONTRE-INDICATIONS

Consommé à trop forte dose, le sel de nigari possède de puissantes propriétés laxatives. Il est indispensable de se renseigner précisément sur sa posologie avant d'entamer une cure. En cas de fragilité des reins, des intestins, ou d'hypertension, il est recommandé d'en parler avec son médecin. Attention également au risque de déshydratation, il faut faire des pauses entre les cures. Consommé sur le long terme et sans précautions, il peut avoir des conséquences néfastes sur votre santé ! Nous vous conseillons donc de vous rapprocher d'un professionnel de santé pour entamer une cure en toute sérénité.





**SOS
VILLAGES D'ENFANTS
MONDE**

Sous le patronage de l'UNICEF, le Centre D'urgence

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
ou au 490-430**

Avec le généreux soutien de **CBP QUILVEST**



Les femmes et le diabète : notre droit à une bonne santé.

J'adopte un mode de vie sain, et je me fais dépister !



150 minutes d'exercice physique par semaine.



5 fruits et légumes par jour.



journée mondiale du diabète

Le 14 novembre



14 novembre 2017 : Journée Mondiale du Diabète

DES PROGRÈS POUR TOUS

AU GRAND-DUCHÉ DU LUXEMBOURG, LE NOMBRE DE PERSONNES SOUFFRANT D'UN DIABÈTE, EN 2015 ÉTAIT ESTIMÉ À 24.000. DONT UN TIERS N'ÉTAIT PAS DIAGNOSTIQUÉ... ET DONC NI SUIVI, NI SOIGNÉ. SI CETTE PATHOLOGIE NE PEUT PAS ENCORE ÊTRE GUÉRIE, SES COMPLICATIONS PLUTÔT INVALIDANTES PEUVENT ET DOIVENT ABSOLUMENT ÊTRE PRÉVENUES. ET SOUVENT PAR DES MOYENS SIMPLES...

MICHELERADEN



Au niveau mondial, 415 millions de personnes souffraient de diabète en 2015 (www.diabetesatlas.org). Selon certaines projections, ce chiffre s'élèvera à 642 millions en 2040. Des taux galopants qui s'expliqueraient par un mode de vie occidental, trop sédentaire et hypercalorique. Pire: on estime autour de 46 % des personnes atteintes de la maladie ne bénéficient pas de diagnostic. Ce qui n'est pas vraiment étonnant, car 80 à 90% des personnes avec un diabète de type 2 ne présentent quasiment pas de symptômes. Lesquelles se limitent à des signes discrets et peu spécifiques: envies fréquentes d'uriner, soif

importante, fatigue...Voilà pourquoi la maladie n'est cernée que cinq à dix ans après son apparition. Vivre dans cette inconscience est loin d'être une aubaine, car celui qui ignore sa pathologie ne consulte pas son médecin. Or, à long terme, une hyperglycémie mal contrôlée entraîne diverses complications sévères touchant l'ensemble de l'organisme, mais surtout par des complications cardio et cérébro-vasculaires

MAIS L'UN N'EST PAS L'AUTRE

Il en existe plusieurs types. Le plus fréquent est le diabète non insulino-dépendant, que l'on appelle aussi

diabète de type 2 (anciennement intitulé diabète gras ou encore de maturité). Il représente 80 % des cas et touche principalement des personnes obèses, en surpoids, sédentaires et âgées de plus de 40 ans... Même si de plus en plus de jeunes commencent à en souffrir précocement et parfois dès l'âge scolaire. Pour les personnes de plus que 40 ans, des injections d'insuline ne sont pas indispensables: le pancréas sécrète encore de cette hormone, mais en quantité insuffisante pour faire baisser la glycémie au moment des repas. Chez les enfants et les adolescents, on observe en général un autre forme de la maladie, le diabète insulino-

dependant, ou diabète de type 1. Celui-ci est provoqué par la destruction des cellules du pancréas chargées de fabriquer l'insuline (soit, celles des îlots de Langerhans). Il apparaît durant l'enfance, l'adolescence, mais également chez les adultes et ses causes restent encore méconnues. Le début peut être insidieux, mais au moment du diagnostic les symptômes de polyurie (uriner très fréquemment), polydipsie (soif intense) et perte de poids devraient mener sans cesse vers le diagnostic. Sans insuline, cette maladie est mortelle.

SIMPLE COMME UNE PRISE DE SANG

La seule manière de dépister ces pathologies est une mesure de la glycémie à jeun (= taux de sucre sanguin). Les normes sont de 0,8 à 1,1 gramme par litre de sang. Un taux supérieur à 1g/l souligne déjà une glycémie anormale. Un taux supérieur à 1,25 g/l, un diabète. Les médecins observent encore de plus en plus d'intolérants au glucose, présentant une glycémie variant entre 1,1 et 1,25 g/l. Sans prise en charge et modifications drastiques de leur mode de vie, ces personnes représenteront les patients diabétiques de demain.

ON SUCRE LES MAUVAISES HABITUDES

Pour le diabète du type 1, le suivi consiste en quatre à cinq injections d'insuline par jour. Le suivi du diabète de type 2 commence par une prescription relativement simple : s'adonner à une activité physique régulière et respecter un régime diététique pauvre en gras et en sucre, où les menus sont adaptés à la quantité d'insuline encore produite. Si ces deux éléments n'améliorent pas la situation, des antidiabétiques oraux sont absorbés afin de stimuler le pancréas, ou bien de rendre les cellules plus sensibles à l'insuline circulant. Pour les jeunes, cette maladie semble plus agressive : en moins de quatre ans des complications sévères peuvent apparaître.

DANGER POUR LES YEUX

Si le diabète fait gelimer les scientifiques, c'est davantage à cause de ses lourdes complications : pourtant, en respectant ses thérapies, en équilibrant bien son diabète, le patient évite les conséquences des hyperglycémies sur ses yeux, ses nerfs, ses pieds, son cœur, ses reins... Selon la Fédération internationale du diabète, 2% des personnes souffrant

d'un diabète depuis 15 ans deviennent aveugles et 10% ont de graves problèmes de vue. Quant aux reins, la néphropathie diabétique surgit une dizaine d'années après des glycémies mal contrôlées.

DES GREFFES PROMETTEUSES

Le diabète est donc la conséquence d'une dysfonction des cellules qui fabriquent l'insuline. Afin de pallier cette situation, diverses thérapies ont été testées chez les personnes atteintes d'un diabète de type 1, dont la greffe du pancréas. Pratiquée depuis plus de trente ans, il s'agit d'un geste chirurgical important. Afin d'éviter un rejet, le patient transplanté doit absorber tout au long de sa vie des immunosuppresseurs, médicaments lourds d'effets secondaires. Après quelques années de recherche, les premières greffes d'îlots de Langerhans ont été réalisées sous anesthésie locale. Les résultats sont déjà plus prometteurs, mais on a encore différentes étapes à franchir afin de rendre ceci accessible aux patients.

UNE SCRUPULEUSE SURVEILLANCE

Quel que soit le type de diabète, le suivi est identique et consiste en la surveillance de la glycémie. Tous les jours, plusieurs fois par jour la personne diabétique prélève une goutte de sang, obtenue en piquant la pulpe des doigts. Divers modèles de stylos possédant une aiguille très fine ont heureusement remplacé les anciennes lancettes, trop épaisses et fort douloureuses. Ensuite, le sang est déposé sur une bandelette et analysé par un lecteur électronique. En quelques secondes, le taux de glycémie apparaît et le patient adapte sa dose d'insuline ou son alimentation en fonction du résultat. L'avance technologique a conduit vers des méthodes de surveillance en continu des valeurs de sucre, avec une réduction importante du nombre de piqs au doigt.

ON A LU ET RETENU POUR LE DIABÈTE DE TYPE 2

L'ouvrage du Dr Michael Mosley, *Huit semaines pour en finir avec le diabète sans médicaments* (aux Éditions Leduc, 17 €). Ne vous arrêtez pas au titre : si cet ouvrage peut aider les diabétiques non insulinodépendants, il devrait être prescrit à toute personne en surpoids et/ou au sucre. Tant ses consignes sont claires : on alterne des journées très hypocaloriques et des jours de repas normaux, mais inspirés par l'alimentation méditerranéenne... et en limitant le sucre

au maximum. « La meilleure manière de se débarrasser rapidement de la graisse viscérale (celle du ventre) explique le médecin. Car c'est la plus délétère. En lisant le livre, on retrouve aussi de multiples exemples vécus, des réponses très pratiques, des menus et des recettes.

TROP DE SUCRE

Pour le Dr Réginald Allouche, préfet du livre *Huit semaines pour en finir avec le diabète*, « cette méthode permet aussi de placer l'organisme sur orbite par divers abus au repos. Car on mange beaucoup trop de sucre ! Je ne suis pas d'accord avec les recommandations nutritionnelles prévoyant une part de 35% de glucides par jour. Et je préconise plutôt d'opter pour des légumineuses (pois chiches, lentilles, haricots blancs, noirs ou rouges...), certains féculents (pâtes à dent, riz basmati...), un maximum de trois fruits par jour et des mets avec un index glycémique peu élevé. Non moins de 70% des sucres consommés en Europe sont cachés dans les plats salés, les charcuteries, etc. Sans parler de guérison du diabète, je préfère évoquer une atténuation des symptômes, mais surtout une prévention de ses complications. » N'hésitez pas à en parler à votre médecin et n'abandonnez pas votre traitement sans son avis.

Pour en savoir plus :

Maison du Diabète
Association Luxembourgeoise
du Diabète (A.L.D.)
www.ald.lu

Menus gourmands autorisés

Les conseils alimentaires dispensés en cas de prédiabète devraient être repris par tous en exemple ! Ils se rapprochent du régime méditerranéen : l'huile d'olive et les fibres facilitent, en effet, le contrôle de la glycémie et améliorent la sensibilité à l'insuline. On recommande également des sucres diffusant lentement dans l'organisme (féculents complets, fruits, laitages, légumineuses...) plutôt que fructoses et gâteaux. Sans être interdits, ces derniers sont permis occasionnellement et, par exemple, après avoir pratiqué du sport ou après un repas complet.

Doit-on tout dire aux enfants?

IL EST IMPORTANT D'ÊTRE COMPLICE AVEC SES ENFANTS, MAIS CELA NE SIGNIFIE PAS QU'IL FAILLE TOUT LEUR DIRE. CERTAINES HISTOIRES DE GRANDES PERSONNES DOIVENT RESTER... DES HISTOIRES DE GRANDS. L'OBJECTIF ? LES PRÉSERVER AFIN QU'ILS VIVENT LEUR VIE D'ENFANT. MAIS ALORS, ON LEUR DIT QUOI À NOS PETITS QUAND ILS POSENT DES QUESTIONS SUR NOTRE VIE, SUR NOS DIFFICULTÉS OU LES PERSONNES QUI NOUS ENTOURENT ? ÉLÉMENTS DE RÉPONSE.

CHRIS MICK



ON NE LEUR PARLE QUE DES CHOSES QUI LES CONCERNENT DIRECTEMENT

Un enfant est en droit d'obtenir des informations relatives à sa vie, mais aussi celle de sa famille. Il ne s'agit pas de lui fournir une surabondance d'informations, mais de filtrer le message en fonction de son âge et de son degré de maturité. Les mots

doivent être simples et adaptés à sa capacité de compréhension, il est important de positiver le message, même si on lui annonce quelque chose de délicat. Ceci est valable pour les événements de la vie : une séparation, un déménagement, une maladie d'un proche ou la perte d'un emploi... Mais également pour tout ce qui a trait à leur filiation en cas d'adoption. Chacune de nous n'ignore pas que nos

petits sont des éponges, ils absorbent nos frustrations, nos angoisses et laissent aussi trainer leurs petites oreilles partout. Parfois, on pense qu'ils jouent tranquillement à côté de nous pendant que l'on discute « entre grands », mais certaines conversations ne doivent pas avoir lieu en présence d'enfants. Camille se souvient d'un échange avec sa meilleure amie dans laquelle elle évoquait ses difficultés

de couple. Après son départ, c'est sa fille qui lui a demandé « alors maman, on va partir, tu ne veux plus être avec papa. Moi je ne veux pas, cela me rend triste ». La maman nous explique qu'elle s'est sentie désemparée devant les pleurs de sa fille. Elle n'a pas imaginé qu'elle puisse saisir les bribes de cette discussion et elle a été obligée de répondre aux interrogations de son enfant même si aucune décision n'avait été prise avec son mari. Il n'est jamais simple de répondre du tac au tac sur des thèmes aussi délicats. En effet, si vous devez annoncer quelque chose de difficile, essayez au maximum d'être fort, mais surtout porteur d'espoir, même si cela vous semble insurmontable. L'annonce d'une maladie d'un grand-parent fait partie de ces sujets compliqués, ils nous atteignent personnellement en tant qu'enfant et touchent les nôtres, car il s'agit de personnes généralement très proches d'eux. Quelle que soit la gravité des faits, essayez de transmettre l'information d'une manière franche, mais sans montrer votre inquiétude. Une « mamie est très malade, elle est soignée dans un très bon hôpital et les médecins font tout pour qu'elle aille mieux » peut suffire, même si l'espoir de guérison est faible.

ET SI LE PIRE SE PRODUIT ?

Un décès ne doit pas être dissimulé à un petit. Encore une fois des mots clairs et bien choisis le rassureront et lui prouveront que vous avez confiance en ces facultés de compréhension. Nous ne sommes pas partisans des métaphores souvent utilisées pour expliquer la mort. En effet, dire que « ta mamie est montée au ciel, en voyage dans les nuages, etc. » fera croire à l'enfant qu'elle va revenir un jour. Et bien sûr, ce n'est pas le cas... Il convient d'observer ses réactions de lui expliquer qu'il a le droit d'exprimer sa tristesse, comme nous, mais aussi de poser les questions qui lui passent par la tête. La mort ou la religion sont des thèmes qu'il abordera, charge à nous d'y répondre, selon nos propres croyances certes, mais toujours en distillant l'information. Parfois, il ne faut pas hésiter à poser une limite en lui signifiant qu'il sait ce qu'il doit savoir pour le moment, que vous lui en reparlerez quand il sera plus

grand. Marquer cette distance entre les générations lui donnera envie de grandir tout en laissant une porte ouverte à la discussion.

COMMENT LUI PARLER DES PERSONNES QUI L'ENTOURENT ?

Votre belle-mère (ou votre ex-mari) vous tape sur le système ? Vos relations d'adultes avec eux demeurent tumultueuses ou inexistantes ? Oui, mais ces personnes font partie de la vie votre enfant et il est vital de le préserver. Dire que vos relations personnelles sont compliquées est une chose, lui exposer l'ensemble des motifs de discorde en est une autre. Combien d'enfants de parents divorcés ont à faire face à des propos qu'ils ne devraient jamais entendre ? Pire encore, on leur demande parfois de prendre parti pour l'un ou pour l'autre. Cela les fragilise et les culpabilise. Les figures essentielles qui l'entourent et avec lesquelles il noue des relations ne doivent pas être détruites, c'est le cas des copains ou de la maîtresse d'école ! Vous n'appréciez pas ses méthodes ? Votre enfant la déteste, car elle le punit injustement selon lui ? Essayez de rester neutre et de dédramatiser la situation en trouvant des moyens d'action, mais sans saper son autorité auprès de Loulou. Toutefois, il n'est pas interdit de lui inventer un surnom, qui restera un secret entre vous bien sûr. Encore une fois, il s'agit de transmettre un message positif : celui que rien n'est immuable et qu'il existe toujours des solutions.

MA VIE PRIVÉE RESTE... PRIVÉE

Chaque parent doit garder à l'esprit que son enfant n'est pas son ami ou son confident. La vie amoureuse et sexuelle, les problèmes de couple ne les concernent en aucun cas. Cela vaut pour tout le monde, quelle que soit la composition familiale. On ne soulage

pas sa conscience, on ne déverse pas sa colère, on ne reporte pas sa tristesse et on ne recherche pas un appui sur un petit. Inutile d'évoquer les raisons d'une séparation entre les parents, que papa ait une maîtresse (ou maman un amant) ne l'intéresse pas. Ce qui compte c'est de lui dire que « papa et maman ne s'aiment plus assez pour vivre ensemble, mais qu'ils resteront toujours des parents soudés pour toi ». Distinguer le couple marital du couple parental est fondamental en cas de divorce, les repères sont chamboulés, mais ils ne doivent pas disparaître. Parents solos, votre vie sentimentale ne regarde pas vos enfants tant que vos relations restent passagères. L'arrivée d'un(e) nouvel amoureux (se) aura un impact sur la vie de famille, les choses doivent être annoncées simplement. « Je te présente K, nous sommes ensemble et il va vivre avec nous. Je suis heureuse et je suis sûre que toi aussi tu seras content ». En aucun cas, il ne s'agit d'obtenir son approbation ou de demander son autorisation. En effet, aux dernières nouvelles, ce sont encore les parents qui commandent. Les enfants rois, nous les laissons à la pub qui en raffole... pour augmenter le ROI des marques !

«CHAQUE PARENT DOIT DIRE LA VÉRITÉ À SON ENFANT, SANS LA TRAVESTIR, MAIS EN DOSANT LES INFORMATIONS SELON LEUR ÂGE ET EN CHOISSANT LES MOTS JUSTES.»

Wanted

— TOM BOY —



Dans le vestiaire de nos rejetons adorés, les styles se mélangent et se mélangent et se jouent des genres. Etre cool, c'est juste une histoire d'attitude.
→ *The Animal Observatory*



Le bombers s'encanaille de quelques étoiles.
→ *Ikks Kids*



Le pantalon en molleton upgradé d'un motif chevrons.
→ *Scotch & Soda Rbelle*



Le jean se fait léger comme l'air pour gambader au frais.
→ *Émile et Ida*



Intemporelle et unisexe, la chemise en jeans fait partie des basiques.
→ *Pepe Jeans Junior*



On craque pour la coupe boyfriend ultra cool de cette salopette colorée.
→ *Monoprix*



Plus tom boy que le denim associé à la peau de mouton ? Impossible.
→ *La Redoute*



Cuir magenta chic et scratches pratiques pour ces sneakers éthiques.
→ *Veja*

FOR KIDS

Les papas à la maison!

On le sait, l'égalité des sexes et la meilleure conciliation entre vie privée et vie professionnelle font partie des principales préoccupations de la ministre de la Famille, Corinne Cahen. Elle avait ouvert la voie avec une proposition de loi en faveur d'un élargissement le congé parental, qui prendra en effet en 2018. Cette mesure a

pris forme au cours de différentes discussions avec le patronat. Initialement fixé à cinq jours – en plus d'une adaptation des congés extraordinaires en cas d'enfants malades –, le congé parental paternel serait finalement étendu à dix jours, dans le cadre d'une directive européenne, et prendrait effet au 1^{er} janvier prochain.

**IL N'Y A PAS D'ÂGE POUR S'INITIER À L'ART!**

Cette année, la Luxembourg Art Fair se place sous le signe de la famille avec la création d'une zone « Happening », qui accueille gratuitement les enfants afin de les initier à l'art et stimuler leur créativité. Puis, les artistes en herbes pourront déambuler à travers

l'immense foire pour découvrir les 3000 œuvres d'art (sculpture, peintures, photographies) en provenance de 90 galeries sélectionnées du monde entier, exposées dans Luxexpo The Box.

→ **L'entrée est gratuite pour les mineurs. Une foire à visiter en famille du 30 novembre à 3 décembre.**

UN NOUVEAU MAGAZINE POUR LES PARENTS

« EDI – Infomagazin fir Elteren » est le premier magazine destiné à la famille lancé par le ministère de la Famille et de l'Intégration. Disponible en trois langues (français, allemand et luxembourgeois) et édité à 160 000 exemplaires, il a pour ambition d'informer les familles sur toutes les nouveautés qui sont entrées en vigueur à la rentrée 2017/2018: chèque-service accueil, programme d'éducation plurilingue à la petite enfance, introduction des directions de région à l'école fondamentale, réforme du lycée, réorganisation de l'éducation différenciée, nouvelle approche pour l'apprentissage du français... Distribué à tous les parents d'enfants qui fréquentent une structure d'accueil, une école fondamentale, un établissement de l'éducation différenciée ou un établissement de l'enseignement secondaire, il est également possible de le télécharger sur www.men.lu.

POUR LES FUTURS GÉNIES!

Du 9 au 12 novembre, le Musée national d'histoire naturelle et le Fonds National de la Recherche organisent la 11^e édition du Science Festival qui se déroulera dans le quartier du Grund, à Luxembourg-ville, dans l'enceinte du Musée national d'histoire naturelle et de l'Abbaye Neimënster. Si les deux premiers jours sont réservés aux scolaires, le grand public s'y rendra avec plaisir au cours du week-end pour assister à l'un des nombreux workshops et ateliers (gratuits) organisés, ou se promener sur le site du festival. Au programme, découverte de l'électricité, sensibilisation à la question de la mobilité, découverte de la magie des mathématiques, les matériaux intelligents au service de la vie quotidienne ou les joies de voir le monde à travers un microscope! Il est également possible de profiter des différents spectacles au programme (3/5 euros par participants). La réservation est fortement conseillée! Clowns, cuisine endiablée ou physique en 4D: tout est possible!

→ **Sciences Festival, du 9 au 12 novembre à Luxembourg. Renseignements et programme sur www.science-festival.lu.**

Des devoirs *et des conflits*

TOUS LES PARENTS RÊVENT D'UN ENFANT QUI, UNE FOIS RENTRÉ DE L'ÉCOLE OU DU COLLÈGE, SE METTRAIT SPONTANÉMENT AU TRAVAIL. OR, POUR BEAUCOUP DE FAMILLES, LA RÉALITÉ EST TOUTE AUTRE. LORSQUE LES DEVOIRS TOURNENT AU CAUCHEMAR ET QUE LES CONFLITS SE MULTIPLIENT, IL EST GRAND TEMPS DE S'INTERROGER SUR NOTRE APPROCHE AINSI QUE SUR NOS ATTENTES.

VALÉRIE THÉVENIAUT



Les devoirs cristallisent de nombreux enjeux: des souvenirs de notre propre relation à l'école et aux devoirs, à la projection de nos enfants dans un monde compétitif, en passant par la culpabilité de ne pas être des parents suffisamment disponibles, pour ne citer que les plus récurrents. De ce fait, un parent éclairé,

c'est-à-dire conscient de ce qui se joue au moment des devoirs que ce soient les contraintes de son enfance, la peur que son enfant ne soit pas à la hauteur de ses attentes, ou bien le reproche d'être trop fatigué pour s'investir dans un moment de travail commun, pourra souvent rester un interlocuteur bienveillant face à son enfant.

Or, les soirées gâchées, les disputes et les menaces jalonnent souvent ce moment de travail personnel intentionnellement donné par les enseignants afin que les élèves s'approprient le contenu des matières de la journée et gagnent en confiance en eux. Comment atteindre la cible et faire de cet instant un réel moment d'apprentissage?

1 DÉDRAMATISER LA SITUATION ET DÉSAMORCER LES TENSIONS

«Il oublie de noter ses devoirs!», «Mais il ne comprend rien!», «Je finis par faire à sa place, je n'en peux plus...». Les parents décrivent des enfants démotivés, récalcitrants, opposants et finissent par baisser les bras. C'est alors que le ton monte.

Ce que l'enfant retient? Que le parent n'est pas content et qu'il est incapable de satisfaire à la demande parentale. Ces affrontements permanents usent et détruisent l'estime de l'enfant et du parent. Certains parents font part de jugements qu'ils n'auraient pas imaginé formuler un jour, exaspérés et impuissants. «Tu fais toujours les mêmes fautes, mais tu es vraiment nul!» L'enfant croit toujours ce que le parent dit: sa parole est d'or et les jugements laissent des traces. À nous, adultes, de nous mettre en condition avant d'aborder ce moment de travail. À nous également d'utiliser un vocabulaire adéquat. Il ne s'agit pas d'«affronter» les devoirs, mais de s'entraîner. On ne se «débarrasse» pas des devoirs comme on se débarrasserait de déchets. Quelle valeur accorder aux devoirs dans ce cas? Passer un moment ensemble sans jugements ni menaces ni sanctions relève non pas du défi, malgré la fatigue, mais bel et bien d'une volonté et d'un conditionnement clairvoyant dont l'objectif est de mettre son enfant en conditions de réussite. Il est possible alors de poser le cadre suivant: «Je me sens fatigué, et toi, comment te sens-tu? Nous allons néanmoins décider de passer un bon moment ensemble et de comprendre ce que tu as à faire.» Définissez avec l'enfant un début et une fin, à l'aide d'un minuteur ou d'un sablier pour chaque tâche à effectuer. L'évaluation du temps s'ajustera au fil des jours, des mois. Exit l'image négative des devoirs, exit l'impatience adulte, l'enfant se sent rassuré et le parent, valorisé.

2 TROUVER SES PROPRES MANIÈRES D'APPRENDRE

Si votre regard et votre présence sont importants, il reste néanmoins des blocages que vous ne comprenez pas. Cherchez les domaines où votre enfant a fait preuve de talent, ou encore

une activité dans laquelle il apprend rapidement. Le sport, la bicyclette, en musique...? Il est possible alors de mettre ses talents au service des apprentissages. Comment? En adaptant les contenus à travailler à ses formes d'intelligence. Chanter une poésie, mimer une leçon, dessiner un résumé: tout est possible, dès lors que la voie naturelle d'apprentissage est identifiée et il en existe beaucoup. Nombre d'enfants sont dotés d'une intelligence corporelle et musicale, surtout les plus jeunes, ils ont besoin de manipuler, toucher, chanter, scander, pour mémoriser ou s'approprier un contenu. L'éveiller au fonctionnement de son cerveau est important, afin qu'il prenne conscience, tout comme vous, des manières naturellement efficaces pour lui. Il pourra même en expérimenter de nouvelles, seul ou grâce à votre aide: marcher, mimer, fredonner... Un enfant qui gigote ou qui mordille son matériel se voit intimer l'ordre de rester tranquille. Vous pouvez utiliser cette capacité à bouger pour le faire travailler dans le plaisir.

3 VALORISER SES EFFORTS ET SES PROGRÈS

Les conflits, nous l'avons vu, ne mènent qu'à des souvenirs contraignants, une perte d'estime et un dégoût du travail. L'enfant n'en retire aucun apprentissage et perd confiance. Il a au contraire besoin d'approbation, d'encouragements, ce qui signifie qu'il doit percevoir que l'on valorise ses efforts et progrès. «Comment le valoriser alors qu'il persiste dans son erreur?» est une question récurrente. Il ne s'agit pas de le surinvestir en lui laissant croire qu'il est le meilleur en tout, non. L'enfant surinvesti aura une approche décevante de la réalité, notamment de ses erreurs, et sa confiance, son estime s'effriteront. Il s'agit de lui montrer que son erreur a un sens et qu'il peut invalider des fonctionnements inefficaces sans se juger. Comprendre l'erreur est cent fois plus productif que n'importe quelle remontrance. Et c'est un effort à fournir! Se distancier du travail effectué demande un effort à l'enfant, car une fois fait, même erroné, il est fait! Or, il nous appartient, pour lui permettre d'apprendre, de lui montrer que l'erreur est constructive. C'est un progrès à valoriser.

4 SAVOIR PRENDRE DU RECUL

C'est la clé! Si le conflit ou l'affrontement perdure, vous devez refuser que les devoirs se transforment en combat. Que faire dans ce cas? Vous pouvez alors décider d'avoir recours à une tierce personne, grands-parents, enseignant, coach scolaire, coach parental, afin de distancier les problèmes et d'identifier les enjeux, les ressources, les modes d'apprentissage et trouver ainsi une autre dynamique.

Une exploration de la situation vous amènera sans aucun doute à mieux lire votre combat quotidien et à comprendre comment fonctionne l'enfant, comment il apprend. D'autre part, passer le relais permettra de profiter sereinement de votre relation, de vos soirées. La scolarité de nos enfants renvoie souvent à la nôtre, de plus les enjeux non identifiés brouillent l'efficacité dont nous sommes capables habituellement. Dans ce cas, l'accompagnement scolaire effectué par les parents véhicule trop d'émotions qui parasitent ce moment, voire le rendent nocif pour les apprentissages, la relation parent-enfant et la confiance en soi. Savoir se faire aider n'est en aucun cas une démission, mais la preuve que vous accordez importance et intérêt à l'enfant que vous élevez. Vous pourrez, par la suite, mesurer ensemble les progrès et le résultat final, dans le plaisir.

À découvrir

«Chouette, c'est l'heure des devoirs», un livre plein d'idées pour aider à travailler joyeusement à la maison.

«Cyberpapy», un site gratuit où les professeurs sont des grands-parents, un pont intelligent entre les générations.

«Non, tu n'es pas encore ado», un livre pour aider les 8-12 ans qui revient sur les principaux écueils à éviter dans le suivi du travail scolaire.

Pour mieux comprendre comment apprend votre enfant, «J'aide mon enfant à mieux apprendre», un livre-guide qui propose des outils pour révéler l'envie d'apprendre.



Manger mieux et meilleur pour votre santé

→ Pr. Henri Joyeux - Éditions du Rocher

Notre organisme est heureusement très cohérent. Si nous lui donnons les bons aliments, nous avons le maximum de chances de rester en excellente santé. Quels sont alors les aliments à éviter ? Quels sont ceux qui, au contraire, peuvent nous permettre de préserver, voire d'améliorer notre santé ?



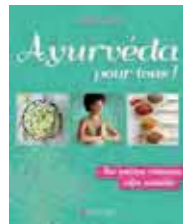
Le Guide du jeune grand-père

→ P. Antilogus & J. Festjens - Albin Michel

Trente ans après le Guide du jeune père, les auteurs reprennent du service. Figurez-vous qu'ayant grandi, leurs enfants se sont mis eux-mêmes à avoir des enfants et ont fait d'eux des grands-pères. L'heure de venir en aide à leurs semblables a de nouveau sonné. Les deux compères répondent avec malice aux questions existentielles que tout futur grand-père risque bien de se poser (ou pas !)

- comment réagir quand votre progéniture vous annoncera que vous allez être papy ?
- Quel nom de grand-père choisir ? Grand-père ? Papy ? Papito ?
- Vos petits-enfants seront-ils aussi pénibles que vos enfants ?
- Peut-on être hipster et grand-père ?

On n'y apprend notamment que nul besoin d'être un grand-père à moustaches et lunettes en cul-de-bouteille façon papy gâteau pour réussir sa « grand-pèritude », que le grand-père version 2017 peut être jeune, branché et débordant de sève.



Ayurvédisme pour tous

→ Stéphanie Marie - Albin Michel

Selon la philosophie de l'ayurvédisme – médecine indienne ancestrale –, notre bien-être, notre santé et notre longévité dépendent de notre hygiène de vie, physique et mentale. L'harmonisation des trois « piliers » que sont la nutrition, le mode de vie et l'environnement permet de renforcer nos défenses immunitaires, de libérer nos tensions physiques et émotionnelles, de prévenir la maladie et d'entretenir la paix et la joie intérieure. Stéphanie Marie nous guide pas à pas pour nous faire découvrir toute la grandeur et la puissance de l'ayurvédisme, thérapie tout autant qu'art de vivre. Elle nous aide à déterminer notre profil ayurvédique grâce à des tests, puis nous invite à entrer progressivement dans une « routine » quotidienne, simple, accessible et adaptée à notre mode de vie occidental : explications claires et détaillées, conseils pratiques, listes d'aliments (à privilégier ou à éviter), menus, recettes, exercices de respiration... Cette pratique permet de vivre mieux et plus longtemps. En favorisant la prise de conscience de notre état de santé et de notre corps, elle constitue un véritable chemin de découverte de soi.



Papa, maman, le genre et moi

→ Michela Marzano - Albin Michel

La question du « genre » embrase et divise depuis quelques années la société française. D'un côté, ceux qui voient dans cette question une idéologie visant à détruire les fondements de la famille, et donc de la société. De l'autre, ceux qui font de la lutte contre les discriminations une priorité absolue. Mais si le sujet cristallise toutes les passions, de quoi parle-t-on réellement ? La philosophe Michela Marzano décrypte la question en dénonçant les nombreuses confusions des militants et des intellectuels entre : différence des sexes, identité de genre, orientation sexuelle, pratiques sexuelles. Elle rétablit, avec une intelligence fine et lucide, la vérité sur un enjeu de société.



Les 10 Commandements de l'entrepreneur

→ Bruno Varray - Éditions du Rocher

Une dizaine de règles simples qui, si elles sont appliquées, permettent d'éviter bien des erreurs à l'entrepreneur contraint chaque jour de prendre des décisions difficiles, voire courageuses. Un livre ludique, didactique, à des années-lumière d'un pensum de management spécialisé.

BOLD

MAGAZINE



ACTUALITÉ

CULTURE

TENDANCE

TRUE LIFE

EXPLORATION

RETROUVEZ VOTRE MAGAZINE LIFESTYLE × URBAIN × LUXEMBOURGEOIS
SUR WWW.BOLDMAGAZINE.LU +   



AURÉLIE GUYOT

DÉCORER LA CHAMBRE D'UN BÉBÉ À VENIR OU D'UN ENFANT QUI GRANDIT... QUEL BONHEUR! COULEURS, MOBILIER, PETITS OBJETS, MAIS AUSSI PAPIERS PEINTS, ON A VITE FAIT DE CRAQUER ET DE VOULOIR TOUT ACHETER. MAIS JUSTEMENT, PAR OÙ COMMENCER? OÙ TROUVER DES PIÈCES ORIGINALES QUI SAURONT S'ADAPTER À L'ÉVOLUTION DE NOS BAMBINS? ON VOUS DÉVOILE NOS COUPS DE CŒUR PARMI LES NOUVEAUTÉS DE CET HIVER, ET PARTAGEONS AVEC VOUS TOUTES NOS JOLIES IDÉES POUR AMÉNAGER OU RELOOKER UNE CHAMBRE D'ENFANTS.

«LES ANIMAUX ONT TOUJOURS LA COTE. LUDIQUES, DRÔLES, TOUCHANTS ET SYMPATHIQUES, ON LES RETROUVE DU SOL AU PLAFOND!»

POW WOW

Place à la poésie! Le tipi se glisse partout et promet des après-midis plein de rires et de jeux. Sa toile se fait graphique grâce à des imprimés géométriques, et s'agrément de guirlandes de LED ou de boules lumineuses pour un effet encore plus cosy. Au sol, jouez la carte des associations de matières, en alternant petits tapis en fausse fourrure et coussins douillets. Complétez par quelques jolis attrape-rêves aux murs, comme ceux shoppés chez Mushkane... On s'y croirait!

GRRRRRR!

Les animaux ont toujours la cote. Ludiques, drôles, touchants et sympathiques, on les retrouve du sol au plafond. On a craqué sur les adorables tapis Little Colibri, tour à tour renard ou mésange, tout doux et colorés. Les grosses veilleuses lapin éditées par Maison Ludique rassureront les plus froussards, et impossible de résister aux appliques murales en bois Ferm Living en forme de petit faon. Pour terminer en beauté, on use et abuse des posters imaginés par Seventy Tree, mettant à l'honneur des ours ou des pandas stylisés.

COMME LES GRANDS

Il arrive un âge où les plus grands s'affirment et veulent eux aussi leur propre bibliothèque ou un lit sans barreau. On a repéré pour eux la bibliothèque Arbre, chez Mathy By Bols, une très belle marque belge. Les lits évolutifs Laurette restent des valeurs sûres et vous proposent un kit de conversion pour réduire la longueur du lit à 150cm, et accompagner ainsi en douceur la transition du lit de bébé vers le «lit de grand». Et comment ne pas succomber au charme des mini-chaises signées The Rock Company? Reproduisant l'esprit du fauteuil bestseller Acapulco avec ses fils de scoubidou colorés, elles se glissent contre un bureau ou habillent un coin lecture.

MINIMALISTE

Les jouets qui traînent partout, les stickers tapageurs et l'accumulation de motifs... Très peu pour vous et pour vos chères têtes blondes! Si dans la famille vous êtes plus esprit 'scandinave' que 'pop art', cette ambiance a été pensée pour vous: murs blancs, lumières douces et mobilier en bois clair, tout est pensé pour créer une atmosphère paisible et reposante. Ajoutez quelques touches de fausse fourrure, des plaids confortables et une pointe de couleurs acidulées... et on parie que même vous vous laisserez tenter!

FAIRE LE MUR

La tendance des tapisseries riches et colorées passe également le pas de la porte des chambres d'enfants. On note l'initiative de Castorama, qui lance le premier papier peint interactif et connecté: le Papier plein d'Histoires. Grâce à une application dédiée, il suffit de scanner avec une tablette ou un Smartphone l'un des 10 personnages pour écouter son histoire. Mieux, en scannant deux personnages, on peut découvrir leurs aventures communes! Le robot, la princesse qui n'aimait pas les robes, le rhino joggeur, le chat marin... C'est très mignon et très malin!

COSY

On adore cette ambiance pleine de douceur et de tendresse. Les petites filles aimeront à n'en pas douter les associations de rose poudré et de gris, déclinées sur des poufs en grosses mailles ou des coffres à jouets en laine bouillie. Les petits garçons trouveront leur bonheur dans des camaïeux de jaunes ou de bleus, qu'on



→ Tapis, Little Cabari



→ Serre-livres, Zuny



→ Applique murale, Ferm Living

retrouve sur des coussins ou du linge de lit. Tapis doux sous les pieds, objets déco en forme de nuages et pompons en papier suspendus au plafond complètent à merveille ce cocon douillet.

VINTAGE

Avis aux amateurs de chine et de récup! Car les enfants s'y mettent aussi... Le lit en rotin est le nouveau must have lorsqu'on n'arrive plus à mettre la main sur le berceau de famille. Les petites commodes esprit 50's repérées chez Chouette Fabrique seront du plus bel effet dans cet univers enfantin un brin nostalgique. Vieux bancs d'école, anciennes mappemondes ou cartes pédagogiques habillent les murs de nos petits Mad Men, tandis que les plus exigeants réclameront le rocking-chair de mamie!

ÉCOLO

Les bons réflexes écolos s'apprennent dès le berceau. On privilégie ici le parquet ou le mobilier en bambou naturel, soit le bois le plus écologique du moment, car c'est celui qui repousse le plus vite... et donc décime le moins nos forêts! Côté peintures, privilégiez celles de la marque allemande Kreidezeit, conçues à base d'argile ou d'huiles essentielles. Vous trouverez également un vaste choix de parures de lit ou de tapis en lin naturel et coton bio pour vos textiles, afin que nos enfants puissent jouer et rêver en toute sécurité!

COLORAMA

Que serait une chambre d'enfant sans couleur? Et on ne parle plus ici de pastel, mais de teintes vives, franches et gaies. Un vert amande sur un mur rehaussé par des pompons jaunes, un décor de cadres et de dessins framboise et pistache, des tapis bleus électrique... On aime tout particulièrement les poufs Lilipouce et les coussins personnalisés Mama Factory, qui réveillent la déco avec style et personnalité. Tout est permis, même pourquoi pas les rayures black and white pour les minimalistes au caractère bien trempé.



→ *Arbre bibliothèque, Mathy By Bols*



→ *Chaise, The Rocking Company*



→ *Coussin, Mamy Factory*



→ *Poster, Seventy Tree*

Actu

→ Le Musée des Arts Décoratifs donne carte blanche à la designer et scénographe Constance Guisset, créatrice talentueuse dont on vous a souvent parlé, devenue en quelques années une figure du design français. Connus pour le caractère éclectique et poétique de ses réalisations, les champs d'investigation de Constance sont multiples : design, scénographie d'expositions ou de spectacles, architecture, installations et vidéos. Sa rétrospective vous propose un parcours immersif articulé en deux volets sur plus de 1000m² : le premier est dédié au travail de scénographe, le second est consacré au design. Vous découvrirez ainsi les œuvres phares de la designer, ainsi que ses dernières réalisations.

Constance Guisset Design, Actio! jusqu'au 11 mars 2018, plus de détails sur www.lesartsdecoratifs.fr

SUV VA LOUH



NEW CITROËN C3 AIRCROSS COMPACT SUV

Plus Spacieux, Plus Modulable

#PlusDePossibilités

12 aides à la conduite
Citroën Advanced Comfort®
Volume de coffre jusqu'à 520L
Toit ouvrant vitré panoramique
Grip Control avec Hill Assist Descent
90 combinaisons de personnalisation
Banquette arrière coulissante en 2 parties

À partir de

13.650 €⁽¹⁾

avec prime EcoTech conditionnelle
de 1.208 €⁽²⁾

4,8 - 5,6 L/100 KM 104 - 126 G CO₂/KM Données homologuées en France.

**INSPIRED
BY YOU**

CITROËN préfère TOTAL. Informations environnementales : options : Véhicule illustré : New CITROËN SUV C3 Aircross Sport Option Titanium métallisée, Toit ouvrant vitré, Pack Color Orange, Grip Control à 4x4, Aliser Descent, Toit ouvrant vitré panoramique électrique, park city. (1) Prix TVA au 1^{er} octobre 2017, pour un CITROËN New SUV C3 Aircross 1.2 PureTech 82 BVM LNE, toutes options pédales, y compris la prime EcoTech⁽²⁾ conditionnelle. (2) CITROËN vous propose une prime EcoTech pour la reprise et le recyclage de votre ancien véhicule. La prime « EcoTech » est soumise à conditions et à la prime d'aide à la reprise et au recyclage sur la gamme Business. CITROËN vous offre à l'achat d'un CITROËN New SUV C3 Aircross 1.208 € TVA. Pour la qualité de l'environnement, les produits grâce au processus de recyclage, le véhicule doit être complété et immatriculé depuis au moins 6 mois au nom de l'acheteur du nouveau véhicule. Offre limitée à 100000 véhicules jusqu'au 31 octobre 2017. Voir les conditions sur citroen.fr. Ex. imp. : V. Alavoud, Ples de l'Alavoud, Avenue de l'Écluse 48 à 1420 Basse-Allée. Les prix indiqués sont sans remise d'entrée d'entreprise.

Etoile Garage
L-2557 Luxembourg
Tél. : 40 22 66 - 1

Clerbaut Automobiles
L-5481 Wormeldange
Tél. : 76 82 66

Etoile Garage
L-3515 Dudelange
Tél. : 51 91 90

Clerbaut Automobiles
L-5750 Frisange
Tél. : 23 60 60

Etoile Garage
L-4026 Esch/Alzette
Tél. : 55 01 55

Garage Neugebauer
L-8422 Steinfort
Tél. : 39 00 29

Garage J. Leyder
L-8509 Redange/Attert
Tél. : 23 62 39 - 1

Garage Strotz
L-9559 Wiltz
Tél. : 26 95 02 47

Garage R&C Boewer
L-9835 Hoescheid-Dickt
Tél. : 90 80 98 - 1

etoilegarage.lu

DE LA MATIÈRE À L'OBJET, JEAN COUVREUR

UNE LIGNE SIMPLE ET ÉLÉMENTAIRE. VOICI LA SIGNATURE DU DESIGNER FRANÇAIS JEAN COUVREUR, COMME LE PROUVE SON BANC PLIABLE JUDO, UNE DE SES RÉALISATIONS QUI L'A FAIT CONNAÎTRE ET QU'ON ADORE. NOUS AVONS VOULU EN SAVOIR PLUS SUR SON TRAVAIL, SES OBJETS ET SES PROJETS, ET AVONS DONC MIS LE CAP SUR SON STUDIO PARISIEN. NOUS EN SOMMES REPARTIES AVEC DES ENVIES DE FORMES PURES ET SOPHISTIQUÉES... C'EST L'EFFET JEAN COUVREUR!

AURÉLIE GUYOT



Banc pliable Judo

Linette



Dans la garde-robe

Une chemise bleue foncée.



Sa source d'inspiration

Les quincailleries
et les pièces industrielles.

Retrouvez toute l'actualité
de Jean Couvreur
sur www.jeancouvreur.com.

Jean Couvreur se décrit lui-même comme quelqu'un de « distrait, impatient, exigeant. Dans l'ordre où je conçois un projet! » Ce diplômé de L'ENSCI (École Nationale Supérieure de Création Industrielle) enseigne aujourd'hui lui-même le design à l'École Bleue. Il œuvre en parallèle au sein de son propre studio, où il travaille sur des projets de design produit et de scénographie. Il a ainsi conçu du mobilier et des espaces pour l'APCI (Agence pour la promotion de la création industrielle), la Gaité Lyrique à Paris, la Cité de la Mode et de la Dentelle de Calais, le fameux salon Première Vision ou encore le bientôt regretté concept store Colette. C'est grâce à son petit banc pliable Judo que nous l'avions repéré, au salon du meuble de Milan il y a cinq ans. Une assise en bois et se replie d'un seul geste, et qui résume le style du designer: épuré et efficace. Parmi ses autres belles réalisations, c'est pour sa collection Tourillon qu'il s'enthousiasme encore davantage:

« un exercice de conception autour de la tige de bois... compilant mon dessous-de-plat Pantin, la table Linette et le luminaire Vega ». On ne peut que partager cet enthousiasme, Linette étant un de nos meubles favoris! On aime aussi l'écouter parler de sa vision du design, métier résolument humain, riche de rencontres et de partages. Il a d'ailleurs travaillé sur des projets collaboratifs valorisant la matière et les savoir-faire, un thème qui lui reste cher. Et aujourd'hui justement? « Je travaille sur une gamme de mobilier au dessin minimaliste et des étagères pour Maison&Objet » nous répond Jean. Et il cherche l'inspiration dans les quincailleries, quand il ne traîne pas dans la boutique déco Le Village (www.le-village-design.fr), « J'aime ce magasin... parce qu'il est juste en bas de chez moi, dans le 20^e arrondissement! Je vous recommande également les boutiques Etudes (www.etudes-studio.com) ou encore Acne Studios... J'adore, mais je suis incapable de m'habiller là-bas! » On avoue, on est un peu pareils!



Dans la salle de bains

La main en bois
Ad Magnum de Hay.



L'objet culte

Le calendrier Timor d'Enzo Mari. Chez moi, il indique toujours la date de la dernière soirée où les invités ont joué avec...

ENVIE D'UN INTÉRIEUR
À VOTRE IMAGE ?

PROFITEZ DES

BOJOURS JUSQU'À **-15%**
OFFRES | DU 3 AU 20 NOVEMBRE



BoConcept Luxembourg

74 route de Longwy L-8080 Bertrange
www.boconcept.lu

BoConcept®

Bobo baby



Dille & Kamille

LES INFLUENCES BOHÈMES CHIC
S'INVITENT DANS LA CHAMBRE DES NOUVEAU-NÉS
POUR APPORTER DOUCEUR ET SÉRÉNITÉ.

SARAH BRAUN



Oeuf NYC



Accessoire chéri de jeune maman,
cette veilleuse étoile apportera
une lumière douce pour les rendez-vous
nocturnes avec bébé.

→ Autour du Monde



Lignes graphiques et blanc minimaliste.
Chic, sobre et élégant.

→ Ikea



Une commode aux lignes douces et épurées pour ranger le linge de bébé.

→ **Æuf NYC**



Graphique et coloré, ce mobile éveillera bébé.

→ **DJECO**



Des jolies petites valises en carton pour ranger galement ses petites affaires.

→ **Dille & Kamille**



Studio delle Alpi



Un bureau furieusement design pour éveiller son âme d'artiste.

→ **Kirehaus**



Un couffin bohème et chic.

→ **Moses**



Design oui, mais sans renoncer à l'aspect ludique. Les jouets non plus n'échappent pas à la tendance.

→ **Dille & Kamille**



Une touche funky pour twister la déco !

→ **JUTTU**

FIAT TIPO S-DESIGN: *Cheap Chic!*

AVEC LA QUASI-MONOCULTURE DE SA 500, FIAT VOGUE SUR LES VÉHICULES TENDANCE GRÂCE AUX PROGRAMMES DE PERSONNALISATION À OUIRANCE ET AUX INTERMINABLES SÉRIES SPÉCIALES QUI NE SE DIFFÉRENCIENT QUE PAR LEURS COLORIS ET ÉQUIPEMENTS SUBTILEMENT SÉLECTIONNÉS... C'EST ALORS QU'ARRIVA LA NOUVELLE TIPO!

ANTONIO DA PALMA FERRAMACHO



→ **Rapport prix / prestations**
→ **Tenue de route / Agrément de conduite**
→ **Proposition cohérente**

→ **Confort ferme**
→ **Finition de certains plastiques**
→ **Insonorisation**



→ **Prix de base (1.4T-jet 120 ch) : 15 365 €**

Il y a 30 ans, la Tipo c'était la « Golf » de FIAT, mais, depuis l'année dernière, la résurrection de ce patronyme a revu ses prétentions avec le but de proposer une alternative transalpine à... Dacia! Cela en fait donc la FIAT de l'ère du « low cost ». Cette compacte proposée en trois carrosseries (hatch, berline et break) s'attaque donc aux Dacia Logan, Sandero et MCV, non sans se positionner un cran au-dessus au niveau du look et des prestations. Produit sérieux, bien conçu et particulièrement bien positionné au niveau des tarifs, la Tipo évolue aujourd'hui vers le haut avec cette version S-Design.

LOW COST / HIGH LOOK

À l'image de Dacia, qui flatte l'ego de ses clients avec des versions « susvisées » de ses modèles, FIAT s'est probablement dit qu'il y avait un coup à jouer avec cette Tipo qui constitue une excellente base. Alors, plutôt que jouer sur la fibre baroudeur comme le font tous les constructeurs, FIAT a décidé de donner une touche de style à sa Tipo en la dotant d'un équipement plus fourni et de finitions qui flattent l'œil. Le résultat est la S-Design qui se reconnaît extérieurement par ses finitions « piano black » pour la calandre et les rétroviseurs, ses optiques foncées, ses vitres arrière surteintées et ses belles jantes de 18 pouces. À l'intérieur, on retrouve une sellerie cuir/tissu et une finition de tableau de bord alternant le gris et le « piano black » qui rehaussent l'atmosphère de l'habitacle... Mais les plastiques durs et brillants subsistent sur les contre-portes et altèrent cette embellie qualitative en rappelant que nous sommes bien dans un véhicule modeste. Domage!

ÉQUIPEMENT ET CONNECTIVITÉ

L'autre domaine où la Tipo soigne ses occupants c'est celui de la connectivité avec le système multimédia « Uconnect » qui s'équipe d'un écran tactile de 7 pouces très lisible et facile d'utilisation. Disposant de la fonction Apple CarPlay et compatible avec Android Auto, il permet de passer et recevoir des appels, d'échanger des messages, de choisir l'itinéraire proposé par la navigation TomTom ou d'écouter les morceaux stockés dans notre smartphone. Un système simple, performant et efficace qui n'a pas grand-chose à envier à certaines marques dites « premium ». Du côté du confort, les formes de sièges avant épousent bien celles du corps avec un maintien ferme et agréable, doublé d'une excellente position de conduite, on pourrait presque croire être à bord d'une sportive d'autant que la suspension suit la même tendance... Étonnant! Pour le reste, notre exemplaire était bien équipé avec un régulateur de vitesse adaptatif, des phares et essuie-glaces automatiques, une direction assistée avec un mode City et un ordinateur de bord complet. Que demander de plus?


EN ROUTE

À son volant, nous avons apprécié sa tenue de cap saine et presque amusante, l'onctuosité de son moteur 1,6l Multijet Diesel qui est bien secondé par la boîte automatique DCT à double embrayage développée en interne. Disponible également en motorisation essence 1,4l et 1,6l, voire en LPG, la Tipo S-Design offre trois niveaux de puissance pour des performances correctes. Globalement la Tipo S-Design se positionne comme une alternative abordable aux modèles classiques d'entrée de gamme en offrant plus pour moins cher tout en soignant sa présentation et son équipement. Finalement, c'est la voiture idéale pour celles qui en veulent pour leur argent sans se soucier du badge!

LE PATIN D'OR

POUR PASSER UN MOMENT PRIVILÉGIÉ DANS UN ÉCRIN DE VERDURE, À SEULEMENT 10 MINUTES DU CENTRE DE LUXEMBOURG, RENDEZ-VOUS AU PATIN D'OR. LE CHEF, PHILIPPE LAFFUT, Y DÉCLINE UNE CUISINE 100% PLAISIR DANS LE RESPECT DES TRADITIONS

MAGALI EYLENBOSCH



Avec un père cuisinier, Philippe Laffut a commencé ses classes au moment de l'adolescence. Après une formation à l'école hôtelière de Namur, il intègre la brigade d'un restaurant étoilé. Lorsqu'une opportunité se présente à Luxembourg, il décide d'y poser ses valises. Les bases classiques de la cuisine française sont pour lui source d'inspiration. «La cuisine existe depuis la nuit des temps. Lorsqu'on fait un Faisan à l'ananas, on n'invente rien. Un plat à base de volaille et de fruits existait déjà dans le livre d'Escoffier, au 19^{ème} siècle.» Parmi les Chefs qu'il admire, il cite naturellement Alain Ducasse: «On lui reproche parfois son parcours d'homme d'affaires, mais beaucoup de Chefs doublement ou triplement étoilés aujourd'hui sont passés par sa cuisine.»

Y a-t-il un produit que vous affectionnez en cette saison ?

J'adore le pied de porc. Pas forcément en ingrédient principal parce qu'il est souvent difficile à faire avaler à des gens qui ont des a priori. Mais plutôt par petites touches, dans une farce, une sauce, et même en condiment sur un poisson. Il est très intéressant, tant au niveau du goût que de la texture.

Comment peut-on amener quelqu'un à le goûter ?

D'abord en l'amenant chez quelqu'un qui sait bien le préparer. Ici, je le sers, par exemple, avec un filet de turbot rôti au beurre breton avec une réduction de jus d'oignon à la bière. Après la cuisson, on ajoute, presque comme des écailles, des fines tranches de pied de porc que l'on passe quelques instants sous le grill.

Comment conseillerez-vous de les préparer lorsqu'on n'est pas un grand chef ?

Demandez d'abord à votre boucher de les passer en saumure une bonne douzaine d'heures. C'est beaucoup plus savoureux et la chair gardera une belle couleur rose. Attachez-les par deux, tête-bêche dans un linge pour qu'ils n'éclatent pas à la cuisson. Ensuite, cuisez-le au moins 4 heures dans un bouillon de légumes, à petit feu. Ensuite, désossez-le en essayant de garder la peau entière. Il y a environ une quarantaine d'os par pied. Lorsqu'on le mange, ce n'est pas agréable de tomber sur un os. Ensuite farcissez la peau en remplaçant les os par une farce de volaille ou de la chair à saucisse. Redonnez une forme de boudin en enroulant dans un papier film et recuisez à la vapeur, environ 10 minutes. Placez ensuite au réfrigérateur pendant deux heures afin qu'il redurcisse. Déballez-le et enduisez de farine avant de le faire rôtir dans l'huile d'olive.

Avec quoi le sert-on ?

Avec une petite sauce diable qui apportera un peu d'acidité et compensera le gras du pied de porc. Il suffit de réduire un peu de vin blanc avec du poivre et un peu de jus de veau. Vous montez au beurre, éventuellement en rajoutant une petite pointe de moutarde et de ketchup. Ne lésinez pas sur le beurre. Il faut absolument le goûter.

Et pour les accompagnements...

Un petit sauté de légumes de saison ou une petite salade vinaigrette conviennent bien.

Que faut-il boire avec ce type de plat ?

Je conseille plutôt un vin blanc type Côte du Rhône pour avoir quelque chose de plus frais en bouche. On peut aussi choisir un rouge du Languedoc ou un Cahors.

C'est un plat plus gastronomique qu'on ne le pense ?

C'est surtout quelque chose qu'on fait rarement chez soi parce qu'il y a pas mal de boulot. Mais j'avoue que, côté cholestérol, ce n'est pas l'idéal! (Rire)

GNOCCHETTI AU CITRON

Pour 4 personnes

Ingédients : 600 g de pommes de terre bintje ou agria + 1 feuille de laurier + 150 g (environ) de farine + 1 jaune d'œuf + le zeste râpé de 1 citron + gros sel, sel fin, noix de muscade râpée + **La sauce :** 20 g de beurre + une douzaine de petites feuilles de sauge fraîche + 1/2 citron coupé en tranches fines + environ 150 g de crème liquide ou de crème fraîche + le zeste de 1 citron râpé + 50 g de parmesan fraîchement râpé + du rab pour servir + poivre blanc du moulin



- 01 Lavez et brossez les pommes de terre. Couvrez-les d'eau froide dans une casserole, ajoutez-y le laurier et 1 cuillerée à soupe de gros sel. Portez à ébullition et faites cuire sur feu doux, à couvert, en fonction de la taille des pommes de terre (entre 30 et 40 minutes). Elles doivent être très fondantes.
- 02 Épluchez les pommes de terre à chaud, puis passez-les au moulin à légumes sur un plan de travail fariné. Laissez-les tiédir quelques minutes, puis disposez-les en fontaine, et ajoutez-y la moitié de la farine, 1 cuillerée à café rase de sel fin, un peu de noix de muscade râpée et le jaune d'œuf. Mélangez avec les mains, ajoutez le reste de farine et pétrissez la pâte pendant quelques minutes jusqu'à ce qu'elle soit lisse et légèrement élastique.
- 03 Coupez-la alors en morceaux et roulez-les en petits boudins de 1cm d'épaisseur. Découpez-les en petits tronçons de la même longueur (s'ils sont plus gros, ce seront des gnocchis). Roulez-les délicatement sur les dents d'une fourchette pour les marquer (pas obligatoire, mais cela permet qu'ils accrochent mieux la sauce). Au fur et à mesure, rangez-les sur un plan fariné en les espaçant légèrement. Faites cuire les gnocchettis dès que possible. Faites chauffer un grand plat de service au four à 70 °C.
- 04 Portez à ébullition une grande quantité d'eau salée, jetez-y les gnocchettis et laissez bouillir à feu moyen. Quand les gnocchettis remontent à la surface, ils sont cuits. Retirez-les avec une écumoire, recueillez-les dans le plat, ajoutez le beurre, le parmesan la sauge, les tranches de citron.
- 05 Poivrez, secouez légèrement le plat pour bien enduire les gnocchis. Faites chauffer la crème liquide avec le zeste de citron râpé. Ajoutez-la sur les gnocchis, mélangez rapidement et servez immédiatement avec un bol de parmesan râpé.



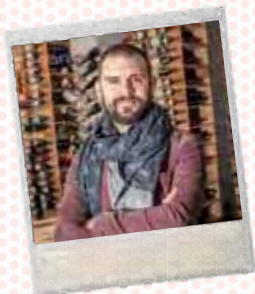
QUI EST LE CITRON ?

Concentré de fraîcheur ensoleillée, acidulé, adulé...

45 recettes simples, gourmandes et créatives, des interviews pour en savoir plus sur cet agrume incontournable à la robe jaune vif (producteur, chocolatier, pâtissier, glacier)... Christophe Adam, chef pâtissier, vous raconte son Histoire de Goût avec le citron.

Citron, Christophe Adam, Editions de la Martinière, septembre 2017, ISBN : 9782732481937, 12,9 €

*Wine
lovers*



Conseil d'Arnaud
Vaingre, sommelier
chez Vinoteca.



SARDUS PATER «LUGORE» VERMENTINO DI SARDEGNA 2016

Cépage emblématique de la Sardaigne, ce Vermentino frais et gourmand sera le compagnon idéal de ce repas aux saveurs du Sud de l'Italie. Des notes intenses de fruits blancs viendront se marier parfaitement aux notes de citron. Un pur plaisir !

LA SELVE «SOLERA» MMXI ARDECHE BIO

100 % Viognier travaillé avec la méthode ancestrale de la Solera. Premier fût en 2011, d'où le nom de la cuvée. Les notes d'abricot séché, de coing, d'agrumes font de ce liqueux un vin exceptionnel que l'on ne croise pas tous les jours ! Parfait pour terminer le repas sur un éclair aux saveurs originales.



Où le trouver ?

Vinoteca,
12, côte d'Eich - Luxembourg-ville
www.vinoteca.lu

vinoteca.lu
luxembourg



GÂTEAU AMANDE-CITRON

Pour 6 personnes

Ingrédients : **Le crémeux vanille :** 1 feuille de gélatine + 2 gousses de vanille de Madagascar + 220g (22cl) de lait + 1 jaune d'œuf + 22 g de sucre cristal + 6g de fécule de maïs (Maizena®) + 35g de beurre + **La crème d'amande :** 2 œufs (100g) à température ambiante + 125g de beurre pommade + un peu pour beurrer le papier + 125g de sucre semoule + 25g de fécule de maïs (Maizena®) + 125g de poudre d'amande le zeste râpé de 2 bergamotes ou de 2 citrons + nappage au citron pour la finition

- 01 Préparez d'abord le crémeux vanille: faites tremper la gélatine dans de l'eau bien froide. Fendez les gousses de vanille sur toute leur longueur, ajoutez-les au lait dans une casserole et portez à ébullition.
- 02 Retirez du feu, couvrez la casserole de film étirable et laissez infuser 20min., puis passez le lait au chinois et ajoutez alors la gélatine essorée.
- 03 Dans un saladier, fouettez le jaune d'œuf, le sucre et la fécule de maïs. Ajoutez le lait infusé en fouettant bien, reversez le tout dans la casserole et faites cuire en tournant avec une spatule jusqu'à ébullition. Attendez que la température de la crème descende à 40°C, puis ajoutez petit à petit le beurre coupé en cubes.
- 04 Mélangez le crémeux avec un mixeur plongeant, puis débarrassez-le dans un récipient. Couvrez et réservez au frais pendant 2 heures.
- 05 Pour cette recette, pesez 225g de crémeux. Préchauffez le four à 160°C. Garnissez l'intérieur de 6 boîtes à camembert de papier sulfurisé beurré.
- 06 Préparez ensuite la crème d'amande: cassez les œufs dans un bol et battez-les en omelette. Dans un saladier, battez le beurre au fouet électrique afin de le détendre.
- 07 Quand il est bien léger, ajoutez un tiers du sucre en pluie, puis la fécule, puis un tiers de la poudre d'amande et, enfin, un tiers des œufs battus. Lorsque tout est bien incorporé, ajoutez un autre tiers du sucre, puis un autre tiers de la poudre d'amande, puis un tiers des œufs.
- 08 Ajoutez enfin le reste de sucre, le reste de poudre d'amande, puis le reste d'œuf et le zeste de bergamote râpé. Veillez à ne pas trop battre le mélange. Incorporez enfin le crémeux vanille pesé à 225g.
- 09 Versez la pâte dans les boîtes à camembert et faites cuire 20 à 25 minutes au four. Badigeonnez légèrement les gâteaux de nappage au citron (s'il est trop épais, faites-le tiédir légèrement), puis laissez refroidir.

Le marais poitevin en vert, blanc, bleu

LE MARAIS POITEVIN S'ÉTEND SUR TROIS DÉPARTEMENTS FRANÇAIS : LA CHARENTE MARITIME, LES DEUX SÈVRES ET LA VENDÉE. ENTRE LES PIERRES BLANCHES DES VILLES ET VILLAGES, LE BLEU DES CONCHES ET LE VERT DES PRAIRIES, DES ARBRES ET DES LENTILLES D'EAU, LA RÉGION RECÈLE QUELQUES JOYAUX. EN PREMIER LIEU, LA VILLE DE LA ROCHELLE ET LA VENISE VERTE.

KÉVIN STORME



Une maison blanche typique du marais poitevin.

De la Charente Maritime aux Deux Sèvres, en passant par la Vendée, le marais poitevin est une mosaïque de bois, de prairies, de zones humides, mais aussi dans sa partie asséchée, d'immenses parcelles agricoles et de villes plus ou moins charmantes.

À l'orée de la zone asséchée, en bordure de l'Atlantique, La Rochelle est sans conteste la perle de la côte. Fondée au 10^e siècle, la préfecture de la Charente Maritime offre une architecture unique en France. Celle d'une ancienne forteresse maritime protégée par ses célèbres tours. Avec quatre millions de visiteurs annuels, elle est la cinquième ville la plus visitée du pays.

LA ROCHELLE ET SES TOURS

Vestiges des fortifications qui entouraient la ville au Moyen-Âge, les tours Saint-Nicolas, de la Lanterne et de la Chaîne, protègent l'entrée du vieux port.

La tour Saint-Nicolas a assuré pendant cinq siècles la défense de la passe. Elle a aussi servi de point d'attache à la chaîne, tendue depuis l'autre rive, de la tour de la Chaîne, qui servait à interdire l'accès du port. C'est de cette dernière qu'était manœuvrée la chaîne.

Quant à la tour de la Lanterne, elle abrite un phare et un amer. Érigée au 15^e siècle, c'est le plus vieux phare de toute la côte atlantique. Cependant, elle n'a pas toujours été un phare. Elle a aussi servi de tour de défense et de prison.

Le vieux port de La Rochelle est l'endroit le plus touristique de la cité charentaise. Bordé de terrasses et de magasins de souvenirs, c'est le meilleur endroit pour flâner, lézarder et s'imprégner de l'identité maritime de la ville. Les façades blanches et les toits recouverts de tuiles plates lui confèrent un côté déjà méridional.

RUES À ARCADES

Historiquement, le port de La Rochelle a été l'un des plus importants de France. Il a servi de base de départ lors de voyages vers les Amériques et a concentré plus de la moitié du trafic colonial vers la nouvelle France (à peu près les frontières du Québec actuel).



©Pline, Wikimedia - Chenal, port de La Rochelle, tour Saint-Nicolas et tour de la Chaîne

À la rencontre du Cours des Dames et du Quai Duperré se dresse la Grosse Horloge. Patrimoine rochelais de style gothique, elle servait à l'époque à séparer le port de la cité. Passé cette porte, le visiteur rentre dans l'autre partie intéressante de la ville : les rues à arcades. Le centre-ville en est parsemé. Une spécificité locale qui servait, dans cette ville à vocation marchande, à protéger les étals des vendeurs des aléas de la météo. Le commerçant devait toutefois s'acquitter d'une redevance auprès de la commune pour profiter de ces arcades. Aux quatre coins du centre-ville, de superbes hôtels particuliers témoignent de la présence de riches armateurs.

«VENISE VERTE»

Au Nord de La Rochelle, la partie ouest du marais poitevin offre le visage d'exploitations agricoles plates et monotones. La région de l'Aunis fait partie du marais, «asséché» pour les besoins de l'agriculture productiviste. En revanche, plus on se dirige vers l'est, plus le marais renaît. Le vrai. Le marais «mouillé» aussi appelé «Venise verte». Le paysage offre un décor de carte postale bucolique de la France profonde. Les villages sont tellement isolés entre les conches (bras d'eau) recouvertes de lentilles d'eau et les canaux, qu'ils donnent l'impression de vivre en vase clos.

LABYRINTHE DE VOIES D'EAU

Parfois perchés sur des promontoires rocheux, ils dominent un labyrinthe de voies d'eau surmontées de saules têtards et de peupliers. Dans les clairières à l'herbe grasse paissent des vaches à peine dérangées par des hérons et autres échassiers. Le village de la Garette est l'un des plus typiques du marais. Il consiste en une seule rue, piétonne et très longue, qui abrite des maisons blanches. Les restaurants et petites boutiques se succèdent sur 800 mètres. Parallèle à la rue principale, un canal permet de visiter la face cachée du village. Ce canal est relié à une multitude d'autres conches, qui invitent à pénétrer plus profondément dans le marais. L'exploration du marais mouillé se fait en barque.

OISEAUX DU MARAIS

Arçais est l'une des meilleures bases du marais pour explorer la région. Les embarcadères y sont nombreux et les conches forment un véritable labyrinthe. Pour éviter de se perdre, les loueurs de barques fournissent des plans et les voies d'eau sont balisées par des panneaux de signalisation. Certains hameaux ne sont accessibles qu'en embarcation. Sur les minuscules îlots de verdure, l'isolement est palpable. Mais les nombreux oiseaux

Les bonnes adresses

— On dort où ?

Dans la « Venise verte » : La vieille auberge à la Garette. Hôtel restaurant typique et sans prétention qui fait aussi embarcadère. Les pieds dans l'eau, il offre une jolie vue sur le marais. À partir de 65 € la double.

À La Rochelle : Hôtel Saint-Jean-d'Acre. Très bien situé, cet établissement trois étoiles offre une très belle vue sur le vieux port. À partir de 115 € la double.

— On mange où ?

Quai sud, à Coulon. C'est ici que vous dégusterez la cuisine typique du marais poitevin, à base de produits locaux : anguille, cuisses de grenouilles, escargots, poêlée du marais, farci poitevin... Posé au bord de la Sèvre niortaise, le cadre y est bucolique et les prix raisonnables (environ 25 € entrée plat dessert).

— Balade en barque ?

La balade est un incontournable d'un séjour en marais poitevin. Chaque ville offre des dizaines d'embarcadères. Arçais, Coulon et Maillezais offrent les meilleures possibilités de départ, imbriqués au cœur d'un immense réseau de conches. Sans guide, compter une quinzaine d'euros l'heure pour une barque (possibilité aussi de louer des canoës). Avec guide, une quarantaine d'euros pour une heure.

offrent une agréable compagnie sonore. Pour les découvrir, direction le parc ornithologique des oiseaux du marais poitevin, à Saint-Hilaire-la-Palud. À travers un sentier de découverte, on approche plus de 70 espèces typiques de la région. Eider à duvet, échasse blanche... Dans de vastes volières et des enclos verdoyants semi-ouverts, la rencontre des différentes espèces se fait au plus près. De quoi donner des clés pour les reconnaître à l'état sauvage.

ABBAYE EN RUINE

Côté patrimoine, la «Venise verte» n'est pas en reste. À Maillezais, l'abbaye Saint-Pierre est située sur un promontoire qui dominait l'ancien accès du golfe du Poitou. Ses ruines sont classées monument historique depuis 1924.

Le marais poitevin prend fin avec l'agglomération niortaise, complètement à l'est. Si Niort est surtout une ville de passage, son centre ancien se prête à d'agréables balades. Son donjon est même considéré comme l'un des plus beaux ensembles de donjons jumeaux de France. Pas de quoi surpasser les tours de La Rochelle, mais il offre un beau panorama sur la ville et sur l'immensité du marais mouillé.

Le signe du mois

SAGITTAIRE DU 22 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE

Amour : La présence de Vénus et de Mars en Balance représente une période bénéfique, vous serez bien décidée à accorder vos désirs avec une réalité à inventer. **Travail :** Mars et Vénus abordent le secteur de vos projets, une période pour prendre une décision audacieuse et quelques risques, trouvez vos ressources et lancez-vous un défi. **Vitalité :** Jupiter exalté vous pousse à l'action, vous serez portée aux excès, surveillez votre foie.

BÉLIER DU 21 MARS AU 20 AVRIL

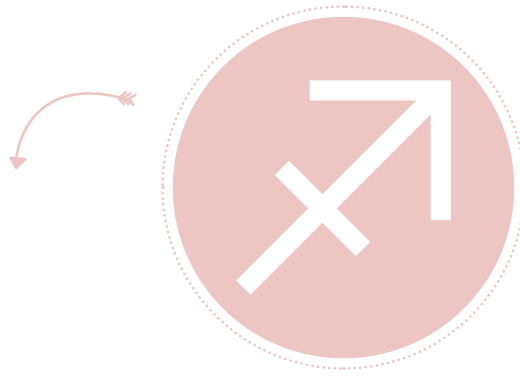
Amour : Mars votre planète en Balance, des désirs remontent à la surface, des espoirs bouillonnent, bref le cœur repart et le corps s'emballe ! **Travail :** Uranus en fin de signe en bel aspect avec Saturne, c'est peut-être le moment de vous engager dans une création, de vous libérer pour faire ce que vous aimez. **Vitalité :** En forme et d'humeur joyeuse, vous assurerez sur tous les plans !

TAUREAU DU 21 AVRIL AU 20 MAI

Amour : Vénus bénéfique en Balance, une pleine Lune chez vous, tout va bien, vous vous montrerez pleine de tendresse envers votre conjoint, votre vie à deux semble bien protégée. **Travail :** Jupiter en Scorpion vous aide à faire avancer vos projets en fréquentant ceux qui peuvent vous aider à progresser dans votre travail. **Vitalité :** En dominant votre Ciel, la pleine Lune, véritable concentré d'énergie, devrait vous valoir une grande forme.

GÉMEAUX DU 21 MAI AU 21 JUIN

Amour : Mars et Vénus seront vos complices, un peu de calme et de cocooning vous feront du bien et vous le partagerez avec votre amoureux sans modération.



Travail : Soutien de Jupiter, les récentes déceptions ou désillusions seront reléguées aux oubliettes. Tournez-vous vers l'avenir, très riche en promesses. **Vitalité :** Vous déborderez d'une énergie phénoménale. Vous ferez à vous toute seule une petite révolution.

CANCER DU 23 JUIN AU 22 JUILLET

Amour : Vénus et Mars en conflit avec votre Soleil, des transformations sur le mode des amours, une recherche de liberté mériteraient bien une profonde réflexion. **Travail :** L'entrée de Jupiter associé au Soleil dans le signe ami du Scorpion vous sera bénéfique : des opportunités d'évolution se manifestent et vous pourrez en profiter. **Vitalité :** Avec l'effet jupitérien, vous pourrez vous libérer d'émotions négatives et purifier votre organisme.

LION DU 23 JUILLET AU 22 AOÛT

Amour : Avec la protection bénéfique de Mars et de Vénus, vous continuerez cette période dans une atmosphère délicate de tendresse et d'amour partagé. **Travail :** Jupiter et Soleil en Scorpion peuvent retarder vos projets ou des difficultés à obtenir des appuis financiers. **Vitalité :** Restez enthousiaste, car la chance vous porte en amour, et c'est déjà bien.

VIERGE DU 23 AOÛT AU 22 SEPTEMBRE

Amour : Bonne influence de Vénus, excellente entente sensuelle avec l'être aimé. Pour d'autres, c'est au niveau psychique, spirituel ou artistique que se réalisera une entente remarquable. **Travail :** Mars bien aspecté, vous reconsidérerez cette période avec plus de philosophie, c'est peut-être qu'il y a autre chose qui vous attend. **Vitalité :**

Possibilité d'une légère tendance à la morosité, pratiquez un sport qui vous permettra de vous détendre.

BALANCE DU 23 SEPTEMBRE AU 22 OCTOBRE

Amour : Vous serez les plus vernies, Mars et Vénus votre planète seront dans votre signe et vous influenceront pour associer intelligence et affectivité. **Travail :** Avec Mars dans votre signe, vous œuvrez dans un sens collectif et tout le long du mois, vous aurez des idées de génie, la période sera prometteuse, l'énergie est là et les affaires reprennent. **Vitalité :** Bon pied bon œil, vous poursuivrez votre existence dans une forme que beaucoup de vos amis envieront.

SCORPION DU 23 OCTOBRE AU 21 NOVEMBRE

Amour : L'aspect de Jupiter et du Soleil dans votre signe vous stabilisent, laissez-vous silencieusement attirer par la force de ce que vous aimez vraiment. **Travail :** La présence de Jupiter dope vos ambitions et devrait donner du sens à votre quête et vous aider à passer cette période en douceur. **Vitalité :** Vous serez en pleine possession de vos forces autant au niveau physique que moral.

CAPRICORNE DU 22 DÉCEMBRE AU 20 JANVIER

Amour : Mars et Vénus bénéfiques, mais ce n'est pas gagné si vous ne prenez pas quelques risques. Ce sera le moment ou jamais de déclarer votre amour à la personne de vos rêves. **Travail :** Soyez très prudente dans vos entreprises, car il y a de fortes probabilités pour que la conjonction provoque des retournements brutaux dans votre

situation professionnelle. **Vitalité :** Profitez à fond de vos week-ends pour vous libérer du mental.

VERSEAU DU 21 JANVIER AU 19 FÉVRIER

Amour : Mars et Vénus positifs pour vous, mais la vérité est plutôt dans ce que vous ressentez, dans ce que vous savez et dans ces élans de vie qui cherchent à naître à travers vous. **Travail :** Vous n'aurez pas trop de tous vos atouts évidents et arguments percutants pour alléger l'impact du Soleil qui obscurcit cette période et inverse les courants qui peuvent vous contrarier. **Vitalité :** Vous aurez des facilités à vous ressourcer et à lâcher prise sur les tracas courants.

POISSON DU 20 FÉVRIER AU 21 MARS

Amour : Les protections célestes sont infinies, si vous voulez connaître un peu plus de bonheur, communiquez davantage avec les autres et surtout avec votre conjoint. **Travail :** Jupiter vous aide à garder le discernement et vous œuvrerez pour vos intérêts. Mars en grande forme affute vos arguments et vous aide à rallier les opinions. **Vitalité :** Les influences de Jupiter positif vous permettent de mieux récupérer.



Horoscope établi par HÉLÈNE MACK
www.astrodyssee.fr / mackhelene@gmail.com / Consultation en ligne de qualité, paiement sécurisé par carte bancaire Tél.: +33 (0) 7 68 55 14 11



Sushis - Makis - Californias - Sashimis - Temakis - Futomakis - Chirashis...
Produits frais élaborés sur place de façon traditionnelle



Différents assortiments disponibles sur place ou à emporter.
Commandes spéciales 48h à l'avance. Plus de conseils au **45 02 24 437**

BAMBOO



TÉLÉ

+



INTERNET

+



TÉL. FIXE

ACTIVATION OFFERTE*

www.post.lu • 8002 8004

* voir conditions sur www.post.lu

