

Femmes

MAGAZINE

DOSSIER

NOËL: LE MERVEILLEUX COMPTE À REBOURS



MODE

OPÉRATION GRAND SOIR!

INTÉRIEURS

ON PASSE À TABLE!

Crèche - Foyer les P'tits Bouchons



Joyeuses fêtes
de fin d'année à tous
nos p'tits bouchons.



Crèche - Foyer Les p'tits bouchons
10, rue de l'avenir L-3895 Fœtz
Tél.: 26 55 02 98

www.lesptitsbouchons.lu

N'airgym
151, route d'Esch L-3922 Mondercange
Tél.: 26 17 54 70

www.nairgym.lu



La magie de Noël

MARIA PIETRANGELI

Wouah comme cette année est passée vite... Les décorations lumineuses et autres sapins sont déjà installés et le vin chaud coule à flots sur les marchés de Noël. Dans moins d'un mois, nous célébrerons la Nativité. Des moments magiques à partager en famille ou entre amis qui, pour être parfaits, exigent une préparation de longue haleine. Afin qu'elle soit des plus agréables, Femmes Magazine vous a concocté un dossier hyper complet qui détaille tous les éléments qui vous permettront de faire de ce moment privilégié qu'est Noël, un pur instant de bonheur.

Feuilletez ce magazine, d'autres articles y sont consacrés. La rubrique « Design » avec les dernières tendances pour une table de fête flamboyante et originale, la « Mode » et ses tenues festives à souhait - couleurs, matières et paillettes seront au rendez-vous - et le maquillage, qui lui... sort le grand jeu ! Ce mois-ci, les personnalités et les artistes que nous avons mis à l'honneur ont un point commun : ils sont tous installés au Luxembourg. Un spécialiste du design industriel avec Gilles Gardula qui outre les concepts qu'il réalise, produit des objets écologiques, locaux et bénéficiant d'une importante longévité. Dans un domaine proche, Élodie Lenoir, une jeune femme talentueuse, à qui l'on doit la réhabilitation

des lobbies du K2 Ballade au Kirchberg. Une rencontre avec Virginie Depoorter, qui, au cœur de son atelier, a signé les quatre nouvelles bougies de la série Nomade du créateur Ezri Kahn. Un autre type d'artiste Ted Kayumba, jeune talent d'Esch-sur-Alzette qui navigue dans le monde du cinéma et de la musique. Et enfin à l'heure des émissions télé, la pâtisserie, où savoir-faire et créativité se conjuguent pour le plus grand plaisir de nos palais, avec une entrevue avec Jeff Oberweis dont la maison éponyme excelle en la matière. Une femme de cœur bousculée par la vie, Alix Burton qui en a profité pour effectuer une introspection et repartir dans une direction différente.

Et enfin Carmen Engels, chef de service communication corporate à Post, qui illustre l'article « Business » consacré à la participation des employés d'une entreprise à la gestion du contenu des médias sociaux. À l'occasion des fêtes de Noël, le temps est venu de chasser les chagrins, les soucis et les douleurs pour laisser place à l'amour, la joie et la bienveillance !

Toute l'équipe de Femmes Magazine vous souhaite de merveilleuses fêtes de fin d'année, en espérant que tous vos vœux soient exaucés. Bonne lecture et surtout un très joyeux Noël !

OURS

DIRECTION

Maria Pietrangeli

RÉDACTRICE EN CHEF

Maria Pietrangeli

ASSISTANTE

Nicky Jacquemart

PHOTOGRAPHE

Julian Benini

CONSEILS EN COMMUNICATION

Julie Bénére, Alexandrine Florian,
Kevin Martin & Vanessa Berners

MISE EN PAGE

Alinéa Éditions et communication Sàrl
Julie Mallinger & Franck Mazza

RÉDACTEURS

Alix Bellac / Julie Bénére / Lisa Beys /
Sarah Braun / Antonio Da Palma
Ferramacho / Magali Eylenbosch / Frédéric
Frabetti / Godefroy Gordet / Aurélie Guyot /
Christine Mick / Maria Pietrangeli / Michèle
Rager / Jeanne Renauld / Carmen Rimondini /
Mathieu Rosan / 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 : Cara Wagner | Photographe : Julian Benini | Hair stylist : Dessange |

Make Up artist : Justine Chery – MakeUp Artist | Stylisme : Julie Bénére | Production : Julie Bénére |

Lieu : Sichel – Suspension plumes Vita et lapin doré Queebo

19 €

ET SI ON FAISAIT LA FÊTE
JOYEUX ET ÉLÉGANT

FAITES VOS ACHATS EN LIGNE SUR WWW.C-A.COM

© 2004 The Authors
Journal compilation © 2004 British Ecological Society, *Journal of Animal Ecology*, 74, 103–112



FEEL GOOD FASHION



Sommaire

Mode



- 08 LAST MINUTE !
- 10 CATWALK
Paul & Joe et Antonio Ortega
- 12 MODE
Opération grand soir !
- 30 TRENDS
- 32 DRESS CODE
Silver Nights
- 34 MAKING OF
- 36 INTERVIEW CRÉATEUR
Virginie Depoorter :
raconter des histoires en parfums
- 38 DREAM LIST
En attendant Noël

Magazine



- 48 DOSSIER
Noël: Le merveilleux compte à rebours
- 58 ELLE
Alix Rassel-Burton, le choix de l'être
- 60 LUI
Ted Kayumba entre sons et images
- 62 FOCUS
Vous reprendrez bien
un morceau de bûche ?
- 64 BUSINESS
Faites de vos collaborateurs
des ambassadeurs
- 67 INTERVIEW BUSINESS
Humaniser notre communication
- 68 ACTU BUSINESS
- 70 FINANCES
- 72 ADEM
- 73 NOS EXPERTS EN DROIT



Have fun

- 74 SAVE THE DATE
- 78 INTERVIEW CULTURE
Gilles Gardula, pour un design circulaire
- 80 À ÉCOUTER
- 81 À LIRE
- 82 À VOIR
- 83 ONLINE
- 84 IN THE CITY

Wellness



- 86 BEAUTÉ
Maquillage : On sort le grand jeu !
- 92 BEAUTÉ
American Beauty
- 97 CONCOURS
- 98 L'AVIS DE LA RÉDAC
- 100 BEAUTY CASE
- 102 HEALTHY
La folie du juicing
- 104 SANTÉ
Phytothérapie : retour... aux racines !

Art de vivre



Tribu



- 106 WE ARE FAMILY
Le retour de l'autorité
- 108 WANTED
- 110 FOR KIDS
- 112 CAS D'ÉCOLE
Le bulletin de Noël
- 114 BOOKS

- 116 INTÉRIEURS
On passe à table !
- 120 INTERVIEW DESIGNER
Les histoires d'Elodie Lenoir
- 122 MOODBOARD
Green Chic Village
- 124 IT-CAR
Citroën C3 Aircross : Tendance !
- 125 UN CHEF, UN PRODUIT
- 126 RECETTES
- 127 WINE LOVERS
- 128 VOYAGES
Bol D'Eire et pintes de bière à Dublin
- 130 HOROSCOPE



Collection Le Cube Diamant - dinhvan.com

dinh van

P A R I S

Kass Auchan

LUXEMBOURG
Kass Belle Etoile

Windeshausen

Last minute !

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

7

7 c'est le nombre de minutes
dont on dispose désormais
pour effacer un TDH
(texto de la honte) sur WhatsApp



Le rouge mat de Noël

Marre d'essayer toutes les nuances
de rouge pour trouver LA bonne teinte ?
On remercie Rihanna et Fenty
qui viennent de créer le Stunna Lip Paint !
Pourquoi on l'adore déjà ?
Parce qu'il s'adapte à toutes les carnations
et qu'il est mat, pile dans la tendance
de la saison. Et puis, si Riri le porte,
c'est déjà une bonne raison, non ?

→ **Stunna Lip Paint**, à shopper
sur www.fentybeauty.com
dès le 23 novembre, puis chez Sephora
à partir du 24 novembre.



La collab' la plus douce de la saison : Eric Bompard x Sonia Sieff

Si on était déjà complètement accros
à ses cachemires, la maison Eric Bompard
a encore trouvé le moyen de nous faire
craquer cette saison. Pour preuve,
la collab qu'elle vient de sortir avec
la photographe française Sonia Sieff qui
a dessiné huit pièces hautement désirables.

→ **Eric Bompard**,
17 rue Philippe II, Luxembourg,
www.eric-bompard.com

Entendu à la redac

« Je maîtrise mieux la bûche que la guerre en Syrie »



La plateforme de streaming qu'on attendait !

Quand Disney annonce vouloir
s'attaquer au streaming, nous on valide !
Parce que si pour 7.99 euros par mois, on peut
voir et revoir tous les dessins animés qui ont
 bercé notre enfance, ainsi que toute la saga
Star Wars, y compris la nouvelle série est prévue
pour 2019, ainsi que tous les Pixar et Marvel,
on signe les yeux fermés !

→ **Le lancement n'est prévu
que pour 2019, mais à la redac,
on se réjouit déjà !**



Les histoires d'amour finissent mal...

... En général ! Même si on aime
croire aux contes de fées, les histoires
d'amour malheureuses sont tellement
plus romantiques et littéraires.
L'auteur français Nicolas Rey
a choisi de convoquer 69 couples
mythiques pour raconter l'amour
à tous les âges et toutes les époques.
Un beau livre à (s') offrir !

→ **Amours, les plus belles histoires**,
Nicolas Rey, aux éditions
de La Martinière



vol(t)age

vol(t)age boutique

18, rue Philippe II • L-2340 Luxembourg

Tél: (+352) 26 26 22 05 e-mail: contact@vol-t-age.com

vol(t)age boutique-atelier

26, rue Michel Welter • L-2730 Luxembourg

Tél: (+352) 26 18 75 79 e-mail: contact@vol-t-age.com

www.vol-t-age.com

PAUL & JOE

SOPHIE MECHALY



Pour sa collection prêt-à-porter hivernale Paul & Joe, Sophie Mechaly a travaillé le velours, décliné sur un grand nombre de looks. Chatoyant, chaleureux et noble, il est combiné à des coupes oversize pour lui insuffler un vent de modernité et de liberté. Costumes boyish, combi grand-soir et robe portefeuille glamour, il se prête à tous les exercices de style et on adore ça !



TEXTE SARAH BRAUN
SÉLECTION DES IMAGES JULIE BÉNIÈRE



« J'IMAGINE DES LOOKS
ET DES SILHOUETTES
POUR DES FEMMES
INDÉPENDANTES,
VOLONTAIRES, LIBRES,
OUVERTES ET JOYEUSES. »
SOPHIE MECHALY



« MA VISION
DE LA COUTURE ÉVOLUE
COMME UN TABLEAU. »
ANTONIO ORTEGA



ANTONIO ORTEGA

ANTONIO ORTEGA



À la façon d'un peintre, Antonio Ortega a cisaillé ses silhouettes pour galber les formes, souligner les courbes et libérer le corps féminin. Dans une palette chromatique réduite, il signe une collection glamour, qui oscille entre rock minimaliste et élégance classique.





Opération grand soir !

EXIT LA PETITE ROBE NOIRE.
CETTE ANNÉE, ELLE S'ENNUIERA DANS VOTRE DRESSING
POUR LAISSER SA SACRO-SAINTE PLACE
À DES TENUS PLUS FESTIVES: COULEURS QUI CLAQUENT, VELOURS,
JEUX DE VOLUMES ET PAILLETTES À GOGO
QUI VONT METTRE SÉRIEUSEMENT À L'AMENDE
LES TENUES STRICTES ET BORING. FONCEZ, TOUT EST PERMIS !

TEXTE SARAH BRAUN
SÉLECTION DES IMAGES JULIE BÉNIÈRE



MANGO





UNE MANUCURE DE FÊTE AVEC **cosmia**

A LA RÉDAC', ON AIME LES PAILLETTES : UN PEU, BEAUCOUP, À LA FOLIE ! POUR LES FÊTES, ON A DÉCIDÉ D'UPGRADER NOTRE ROUGE VERMILLON FAVORI GRÂCE À UNE TOUCHE DE GLITTER OR, POUR SCINTILLER EN TOUTE ÉLÉGANCE. GRÂCE À COSMIA, DÉCOUVREZ LES SECRETS DE CE NAIL ART SPÉCIAL CHRISTMAS, CHIC ET ÉLÉGANT !

01



Première étape non négociable : l'application de la **Base Nail Polish** qui protège l'ongle, facilite la pose de vernis à ongles et garantit une manucure longue durée ! Une couche suffit. On laisse bien sécher avant de passer à la couleur.



Petite astuce

Vous connaissez la technique des trois bandes pour bien appliquer son vernis à ongles ?

Commencez par une bande au centre de l'ongle, puis une à gauche et à droite. Si vous avez les ongles carrés ou larges, laissez un petit bord libre à l'extérieur : cela donnera l'illusion d'ongles en amandes !

02



En aficionado du rouge vif, j'ai choisi le N° 12 **Clémence Cosmia** pour réaliser ce nail art. J'adore sa teinte cerise hyper lumineuse, qui se porte aussi bien en été qu'en hiver. Je pose une première couche que je laisse sécher, avant de poser la seconde, pour une couleur profonde et brillante.

03



Une fois les deux couches bien sèches, on applique la touche glitter. Déposez une couche de vernis à ongles pailleté – comme le N° 23 **Eva** – sur l'annulaire. On laisse bien sécher.



04



La touche finale : Le **Top Coat Gel** qui assure une finition ultra brillante et une tenue jusqu'à 5 jours !

Retrouvez les produits Cosmia en exclusivité
chez **Auchan Kirchberg**, **Auchan Differdange** et sur **auchandrive.lu**







MaxSens

Parfumerie

VOUS DÉVOILE TOUS SES TIPS POUR PASSER NOËL EN BEAUTÉ!



★ Guerlain midnight secret ★

Midnight Secret vous assure de traverser les fêtes en beauté : son cocktail d'actifs à l'effet décongestionnant permet de gommer les signes visibles de fatigue et de se réveiller la peau défroissée, le teint frais et reposé.



★ Tom Ford Oud Wood ★

Un jus incroyablement sensuel et puissant, voire carrément torride, pour souffler le chaud et le froid à l'heure de déballer les cadeaux. Sages s'abstenir !



★ Guerlain palette gold ★

La Palette Gold Guerlain associe différents fards aux teintes chaudes. Et pour apporter la touche finale, le topcoat effet feuille d'or, permet de customiser n'importe quel fard, pour lui apporter de précieux reflets.



★ Gabrielle ★

Hommage à la fondatrice de la mythique maison de la rue Cambon, Gabrielle laisse un sillage fleuri éminemment féminin et solaire, élégant et luxueux.



★ Chanel Rouge Coco ★

Le lipstick star de la maison Chanel se pare d'un rouge profond et lumineux, parfaitement de saison et pile dans la tendance Ultra glamour !



★ Baume Sisley à la rose noire ★

La rose noire sera votre plus bel atout pour les fêtes, et apportera à votre visage éclat et lumière et une peau plus rebondie, repulpée. Sublime.









Samsonite



Coccinelle



Windrose



Michael Kors



Michael Kors



Lancel



Coach



Coccinelle

*Un Noël
tout en magie
&
Maroquinerie
du Passage*

Pour Lui



Piquandro

Pop-Up Store

Du 24 novembre au 24 décembre,
retrouvez la Maroquinerie du Passage
au 31, Grand-Rue à Ettelbruck!


MAROQUINERIE
DU PASSAGE

Nos marques: Longchamp - Bogner - Gianni Chiarini - Bree - Abro - Abbacino - Tous - Liebeskind - Campomaggi - Guess - Lancaster - Paul's Boutique - Pourchet - Furla - Kate Spade - Liu Jo - Save My Bag



Luxembourg Centre-Ville
32, rue Philippe II
L-2340 Luxembourg
Tél.: 225 481-10

GALERIE 

5, rue Alphonse Weicker
L-2721 Luxembourg-Kirchberg
Tél.: 225 481-20

 **la Belle Etoile**
SHOPPING CENTER

Route d'Arlon L-8050 Bertrange
Tél.: 225 481-30



Lingerie Classique

Lingerie de jour et de nuit
Balnéaire - Bas



Lise Charmel



Prima Donna

Lingerie : Simone Pérèle – Lise Charmel – Antigal – Antinea
Chantelle – Marie-Jo – Prima Donna – Felina – Anita
Lingerie de nuit : Hanro – Charmor – Canat – Calida – Ringella
Maillots de bain : Vacanze Italiane – Prima Donna – Roidal – Sunflair
Lise Charmel – Antigal

94 avenue Grande-Duchesse Charlotte
L-3440 Dudelange - Tél.: 51 93 05
&
36 rue de Libération
L-4210 Esch-sur-Alzette - Tél.: 54 24 61



Photo: Mélody Funck

LONG HAIR SESSION 30 MINUTES = 35 EUROS*

CHOISISSEZ VOTRE LOOK,
NOUS LE RECRÉONS EN 30 MINUTES
*SUR CHEVEUX LAVÉS ET SECS



IDÉE CADEAU
COFFRET
ghd

F

FERBER
hair & style
est. 1928

www.ferber.lu @ferber_hair f@Ferberlux

BELLE ÉTOILE / BASCHWAPAGE / BASCHWAPAGE CACTUS / BEGGEN ESPACE / DUDELANGE / CORA FOETZ
BONNEVOIE / LUMPERTSBERG / MERSCH CACTUS / REDANGE CACTUS / WALFER SHOPPING CENTER
(NEW) BETTEMBOURG CACTUS



NOTRE PASSION, LES SPORTS D'HIVER.

LAISSEZ-VOUS GUIDER PAR NOS EXPERTS



COLMAR

SPYDER

KJUS



Schöffel

toni saïler

CITABEL

SPORTS

LUNDI > VENDREDI: 9H À 19H | SAMEDI: 9H À 18H

CITABEL LEUDELANGE

3 rue du Château d'Eau
L-3364 Leudelange

CITABEL DUDELANGE

5 Am Duerf
L-3436 Dudelange

Vous souhaitez plus d'informations ? Rendez-vous sur citabel.lu

Boostez les compétences linguistiques de vos enfants et offrez leur un avenir international.

Un séjour linguistique avec EF est la formule idéale pour une première expérience à l'étranger et apprendre un maximum en un minimum de temps. Ce programme combine cours de langues en classe à un planning hebdomadaire d'activités sportives et culturelles.

Venez nous rencontrer dans nos bureaux de Luxembourg-ville pour bénéficier d'un conseil personnalisé et découvrir notre gamme de cours. EF est synonyme de :

- 50 campus accrédités dans 19 pays
- 9 langues au choix
- Séjours d'1 à 52 semaines pour étudiants et adultes
- Cours Juniors à l'étranger, étudiants de 12 à 16 ans
- Préparation aux examens officiels de langues : TOEIC, IELTS, TOEFL, Cambridge...
- Etudes académiques et linguistiques à l'étranger : 6, 9 ou 11 mois
- Préparation universitaire
- Stage en entreprise et volontariat international

EF Education First Luxembourg

13 avenue de la Porte-Neuve

L-2227 Luxembourg

Tel.: (+352) 2648 2748-1

Email: info.lu@ef.com

www.ef.com/luxembourg



Campus Internationaux
de Langues





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

PLISSÉS PRÉCIEUX

Le Palais Galliera consacre une rétrospective à Mariano Fortuny, couturier et créateur de textile qui marqua la mode du siècle dernier et qui continue encore et toujours de l'influencer. Ce Vénitien d'adoption (un musée porte son nom au cœur de la Sérénissime), mais espagnol de naissance, est devenu célèbre pour son fameux plissé... L'exposition vous dévoile la diversité de ses inspirations et de ses talents d'inventeur : la robe Delphos, créée en 1909, mais tellement actuelle, en est l'illustration la plus célèbre. Fortuny, un espagnol à Venise, au Palais Galliera jusqu'au 7 janvier.

➔ Plus de détails sur www.palaisgalliera.paris.fr



Book



BEAU LIVRE

Découvrez le monde survolté de Mert et Marcus, le binôme créatif audacieux qui a stylisé et photographié certaines des marques et personnalités les plus influentes de notre époque, de Miu Miu à Angelina Jolie, de Givenchy à Gisele Bündchen. TASCHEN lance une nouvelle édition d'art, au format XXL, qui rassemble quelque 300 photos extraites du répertoire ultra-glamour et ultra-glacé des deux artistes qui ne cessent de redéfinir les standards de la mode. Retrouvez ce tirage limité à 125 exemplaires numérotés et signés par Mert Alas et Marcus Piggott, accompagnés du tirage photographique Lara Stone, Vogue Paris.

➔ Plus de détails sur www.taschen.com

www



BLOGOSPHÈRE

Retrouvez la crème de la crème du savoir-faire français sur le nouveau blog The French Makers. Vous y découvrirez entre autres le parcours et le travail de personnalités attachantes et talentueuses, comme Laura Albouy (cette bloggeuse ultra-stylée expatriée à Los Angeles), Matthieu Coquelin (l'as du maillot de bain Made in France) ou encore Maïté Tanguy (une tisseuse haute couture qui a travaillé pour les plus grandes maisons françaises). Photos léchées, textes travaillés et bientôt vidéos et podcasts, voici une bonne adresse à partager!

➔ Plus de détails sur www.thefrenchmakers.com

Must Have



BOTTÉE

L'année dernière... vous n'aviez pas osé. Mais peut-être sauterez-vous le pas cet hiver? La cuissarde se fait en effet plus fréquente : moins moulante pour un effet loose, mais avec toujours beaucoup de tenue, elle se marie avec des jupes sombres et classiques pour pimper un look trop classique, ou avec un slim noir usé pour le sublimer. Nous, c'est décidé : on s'y met!



ENCORE L'ÉTÉ

Le manque de soleil serait-il responsable de notre soudaine envie de bracelets tissés et colorés? On adore les accumuler autour de nos poignets et les porter comme des fétiches. Aurélie Bidermann et sa collection Copacabana, ou encore Dior et ses bracelets brésiliens multicolores, impossible d'y résister!

Velvet & glitter ARE THE NEW STYLE!



» 29€

COMME UNE IMPRESSION QU'UN VENT
GLITTER SOUFFLE SUR LA MODE.
VOICI NOTRE SÉLECTION DE PIÈCES PHARES
FAITE POUR BRILLER POUR LE RÉVEILLON.

LA ROBE TAILLE
EMPIRE



» 29€

Velours

LA JUPE
PASTEL



» 25€

LE BANDEAU
ANTI-FROID



» 7€

NOUS NOMMONS LE VELOURS
LA NOUVELLE TENDANCE MODE DE L'HIVER
2017. EXTRÊMEMENT CHIC, IL APPORTERA
ÉLÉGANCE, BRILLANCE ET DOUCEUR
À VOTRE TENUE DE FÊTE !



» 29€

LE BOMBERS
À PAILLETTES



» 39€

LE PERFECTO
MÉTAL



» 39€

LA POCHETTE
DE SOIRÉE LAMÉE



» 15€

Découvrez toute la collection automne-hiver C&A dans les magasins situés
à Luxembourg Ville, Luxembourg Gare, Sandweiler, Bertrange et Pommerloch.
www.c-and-a.com



SILVER NIGHTS

La redac'



ZARA

Robe de sirène
ou cote de maille ?



ERIC BOMPARD

Une maille douce et douillette
pour assagir le look.



IDAN COHEN



MIU MIU



LE

LOOK NEW LOOK

Ballerine des temps modernes
ou fées de l'ère 3.0,
la party girl scintille de mille feux.

Le +



**URBAN DECAY
+ YVES SAINT LAURENT**



TARA JARMON

Le sac baguette en version
miroir pour les fêtes.



IKKS

Des boots sauvages.



THE KOOPLES

Le perf se la joue wild
en croûte de cuir.

Christmas Style

- BY PALL CENTER -

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

The look



Ikks
Robe gold, **134,95€**
Robe fantaisie gold,
ultra féminine, parfaite
pour des occasions particulières.



Only
Pull Noël, **26,99€**

Must Have



Essentiel Antwerp
Trousse, **44,95€**



BeckSöndergaard
Mini Granny, **45€**
Couleur cuivre, silver ou gold.
(Large choix de couleurs en boutique).



Murielle Perrotti
Boucles d'oreilles, **45€**
(Large choix en boutique).

Shoes



Vagabond
Boots MYA, **129,95€**
La bottine so métallique.



Vagabond
Mocassin Evelyn silver ou gold, **99,95€**
Le mocassin trendy.



Vagabond
Boots GIGI, **129,95€**
Les boots rock.

Backstage

La petite robe noire reste une pièce incontournable pour les plus beaux événements. Comment ne pas y songer quand on rêve de sa tenue de fête. Véritable objet de désir, la robe Balmain que porte Cara Wagner a failli nous faire tourner la tête ! Festive, sensuelle et sexy, c'est la tenue parfaite les fêtes !

SARAH BRAUN



— La ténébreuse **Cara** se veut égérie sensuelle et sexy sous l'œil de **Julian Benini**. Un grand merci au concept store **Sichel** qui nous a reçu le temps de ce merveilleux et féérique shooting. Nous remercions aussi chaleureusement le concept-store **SMETS (boutique Swimming Pool)**, qui nous a prêté la robe **Balmain**, le bombers et le sac à dos **Yves Saint Laurent**. Merci également à **Christian Louboutin** qui a sublimé les pieds de **Cara** avec ses superbes stilettos et à **La Maroquinerie du Passage** qui nous a prêté un sac **Furla**. La coiffure de fêtes est une création de la maison **Dessange**, tandis que la mise en beauté a été confiée à **Justine Cherry MakeUp Artist Freelance**. Merci également à la maison **Swarovski**, pour les bijoux.

Cara porte une robe **Balmain** et un bombers et des chaussures **Yves Saint Laurent** prêtées par la boutique **Swimming Pool (SMETS)**, ainsi que des escarpins **Christian Louboutin**. Les boucles d'oreilles et les bagues **Swarovski** proviennent de la boutique **Swarovski Luxembourg**

Le grand retour du chignon



ATTACHE PREPPY

Comment mettre en valeur un profil ? En misant sur une extension naturelle, travaillée au fer et attachée en bas de la nuque. Volume rond, longueurs détachées graphiquement brouillonnes, de la profondeur... Tout pour casser l'uniformité de ce chignon banane inversé. Voile de brillance et poudre texturisante sur les pointes pour donner cet effet vaporeux.

CETTE SAISON, LE CHIGNON CASSE LES CODES, DÉCROCHE SES GALONS COOL ET UPGRADE TOUS NOS LOOKS DE FÊTES.



MISE EN PLIS

La femme se prend de passion pour un coiffage inspiré du plissé, du pliage et autres origamis. Queue-de-cheval haute, Blonde Deux Beiges, fil à coudre pour l'attache, pointes libres, texturisées avec une poudre coiffante mate et raie sur le côté, magnifiée par un voile de brillance... La coiffure devient sculpture contemporaine, graphique, architecturale. Elle s'examine sous toutes les coutures avec élégance !

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

Virginie Depoorter : raconter des histoires en parfums

SARAH BRAUN



Début novembre, Virginie Depoorter dévoile le second volet de Nomade, née de sa rencontre avec le créateur Ezri Kahn, pour laquelle elle signe une nouvelle fragrance : « Royal Oud ». Avec cette collection, la créatrice signe le second volet de cette belle rencontre artistique. Virginie nous dévoile son parcours le temps d'une petite interview.

« J'ai passé 15 ans à créer des bijoux et photophores, au sein de ma petite boutique-atelier, à Helmsange. À l'aube de la cinquantaine, la vie en a décidé autrement : j'ai dû arrêter, à cause d'une tendinite. Pour me remonter le moral, mes amis ont décidé de m'offrir, pour mon anniversaire, une formation sur les parfums naturels à Grasse. J'ai tout de suite compris mon obsession pour les odeurs. Et ce depuis toujours ! Cette expérience ne fait pas de moi un nez - un tel degré de qualification nécessite au moins 15 années de dur labeur -, mais j'ai découvert que j'avais une véritable sensibilité pour jongler avec les senteurs. D'autant que j'ai eu la chance de vivre un grand moment - presque un coup de foudre - avec..., le nez de Galimard, l'une des maisons historiques de la cité du sud de la France. Résolument, cette opportunité s'est muée en une formidable résurrection. Vous savez, quand on est manuelle, se résoudre à ne plus travailler avec ses mains est impossible. J'ai enchaîné très vite : des cours en aromathérapie émotionnelle à Bruxelles, suivie d'un stage consacré aux bougies, à Strasbourg. C'était presque compulsif. Et depuis deux ans, j'ai l'impression de vivre un rêve éveillé ».

Une promenade dans un bois lui donne matière à créer l'une de ses premières bougies, devenue un best-seller depuis. Baptisée à juste titre « Bambësch », elle dégage des effluves terreux, mousseux, évocateurs de ballade au sein de la nature luxembourgeoise. Une création née après des heures passées à chercher les notes justes, celles que l'on peut



humer dans les nombreuses forêts du Grand-Duché. « Parfois, j'ai dû envoyer à Grasse de la terre fraîche pour qu'ils comprennent exactement l'odeur que je souhaitais (rires)! » Cependant, si les matières premières olfactives proviennent de Grasse – pour leurs qualités exceptionnelles – et les cires de soja, naturelles bio et garanties sans OGM, des États-Unis (le seul fournisseur mondial, ndlr.), c'est au sein de son fourmillant atelier que les odeurs sont assemblées et les bougies fabriquées, lui permettant ainsi de revendiquer le label Made in Luxembourg. « C'est une vraie reconnaissance pour moi d'avoir obtenu cette distinction. »

Un perfectionnisme poussé à l'extrême, dont il est impossible de faire fi. Au sein de son laboratoire, elle fait des essais, parfois infructueux, mais s'obstine jusqu'à recréer la fragrance qu'elle a fantasmé. Un véritable exercice de style, qui demande une grande maîtrise, mais qui, parfois, peut se révéler d'une simplicité enfantine. Ce fut justement le cas avec le couturier Ezri Kahn. « Entre lui et moi, le courant est immédiatement passé, dès la première minute. La première collection avait demandé près de trois longues semaines de tests, mais cela a permis de nous apprivoiser. J'ai besoin de cerner les personnes. Pour ce second

chapitre (qui ne sera pas le dernier, nous confie-t-elle au passage), je savais exactement ce qu'il souhaitait. » Cet hiver, une nouvelle fragrance découle de cette belle complicité. Baptisée « Royal Oud », elle est construite autour de notes de bois précieux, pachouli et accords cuir. »

Amoureuse de son pays d'adoption, dans lequel elle vit depuis près de 30 ans, Virginie désire à présent réaliser une fragrance qui évoquerait le passé historique du Grand-Duché. Un pari audacieux et passionnant, mais tout aussi complexe, pour cette région aux multiples facettes. « Luxembourg est un pays fascinant : ses habitants, la diversité des paysages, sa richesse singulière et immense. »

Si elle fourmille de projets, Virginie Depoorter n'en a pas fini de retranscrire ses histoires – nos histoires – à travers ses créations parfumées...



« PARFOIS, J'AI DÛ ENVOYER À GRASSE DE LA TERRE FRAÎCHE POUR QU'ILS COMPRENNENT EXACTEMENT L'ODEUR QUE JE SOUHAITAIS ! »

En attendant Noël

Le mois de décembre est celui des petits bonheurs. Ceux d'offrir et de recevoir, et aussi de se faire des petits plaisirs, de goûter à tous les délices que nous réserve la saison des fêtes ! Craquez sans remords, tout est permis !

BLANC CHARMANT



→ à vos marques, prêtes, shoppez !

00. Karl Lagerfeld / 01. Uniqlo / 02. Samuel Amoia / 03. Bigli / 04. TeH
05. Capoue / 06. Calvin Klein / 07. Maison Blanche / 08. Karl Lagerfeld / 09. Vice Versa

OR TRÉSOR



→ À vos marques, prêtes, shoppez !

01. Michael Kors / 02. Audenza / 03. Home Autour du Monde / 04. Comptoir Azur / 05. L'Occitane
06. Patrizia Pepe / 07. Sweetpea & Willow / 08. Tom Dixon / 09. Bloomingville



Parure

Or rose (750) avec diamants
et quartz rose
2.200.-€



Bague

Or rose (750) avec 0,37ct diamants
et 28,04ct morganite
4.850.-€

Maryse Hoffmann
BIJOUTERIE HORLOGERIE

Centre de la Bourse - Alima - 11A, av. de la Porte-Neuve
L-2227 Luxembourg - Tel: 47 18 73



BIGLI

Shine on!

MINI WAVES COLLECTION
18 kt gold & high quality diamonds

PERFECTLY STACKABLE. BRILLIANT ON THEIR OWN

GLESENER
HIRSCH

83, rue de l'Alzette - 4011 Esch/Alzette - +352 54 06 45
www.bijouterie-hirsch.lu

ROUGE CARMIN



À vos marques, prêtes, shoppez!

01. BO17 / 02. Bigli / 03. Orlakiely / 04. Vice Versa / 05. Demain il fait jour
06. Diptyque / 07. Guerlain / 08. Litala / 09. Illy

Bigor
BIJOUTERIE



PANDORA
UNFORGETTABLE MOMENTS

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

Nouvelles Boutiques :
Opkorn Differdange - Cactus Bettembourg
www.bigor.com



NIESSING
Lebendige Schmuckkultur



jungblut.lu
galerie bijouterie

JUNGBLUT rue de la boucherie 7 Luxembourg www.jungblut.lu

MADE IN
LUXEMBOURG



02



09



03



08



01



04



07



05



06

→ À vos marques, prêtes, shoppez !

01. Bijouterie Maryse Hoffmann / 02. Bijouterie Léa / 03. Fabienne Belnou / 04. Bijouterie Schroeder
05. House of diamonds / 06. Bijouterie Léa / 07. House of diamonds / 08. Niessing - Bijouterie Jungblut / 09. Maryse Hoffmann



MERRY
Christmas

HAPPY NEW YEAR

Offrez la beauté en cadeaux
A CEUX QUE VOUS AIMEZ

Soins de beauté

Maquillages fêtes

Massages

Produits de beauté

de nombreux

Coffrets à offrir

découvrez nos

Chèques Cadeaux
et Abonnements

INSTITUT DE BEAUTÉ DOTÉ DE LA DERNIÈRE TECHNOLOGIE

BEAUTY by Ana LOUNGE



GLAMOUR
Avantgarde

Wiltz

27, rue des Tondeurs
Tél: 95 91 71

Ettelbruck

5a, rue Prince Jean
Tél: 27 03 33 70

Bigor
BIJOUTERIE



CLUSE

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

Nouvelles Boutiques :

Opkorn Differdange - Cactus Bettembourg

www.bigor.com

Miroir, miroir, QUI SERA LA PLUS BELLE POUR LES FÊTES ?

GRÂCE À IU, RÉSOLUMENT, CE SERA VOUS !
POUR LES FÊTES, IU A CONCOCTÉ UNE TRÈS BELLE SÉLECTION DE COFFRETS CADEAUX BIEN-ÊTRE
ET BEAUTÉ À (S')OFFRIR : ANTI-ÂGE, COCOONING, DÉTOX OU SOIN D'EXCEPTION...
QUELS QUE SOIENT VOS ENVIES ET VOTRE BUDGET, IL Y EN A UN POUR VOUS PLAIRE !
EN AVANT-PREMIÈRE, NOUS VOUS DÉVOILONS LES CINQ COFFRETS COUPS DE CŒUR DE LA RÉDAC'
SÉLECTIONNÉS DANS L'ESPACE IU DE LA NOUVELLE GALERIE BELLE ÉTOILE !



cnk 3597143

La Star de l'hiver

Un coffret scintillant qui ravira les aficionados de la marque française NUXE avec les trois soins « stars » de la marque : L'Huile Prodigieuse®, la crème pour les mains et le baume à lèvres Rêve de Miel®. Trois produits cultes parfaits pour affronter l'hiver : votre peau restera douce et satinée, malgré le froid !

Coffret «Best-Seller» de Nuxe :

- 1 Huile Prodigieuse® 50ml
- 1 Crème mains et ongles Rêve de Miel® 30 ml
- 1 Baume lèvres ultra-nourrissant Rêve de Miel® 15g

Un visage oxygéné et repulpé

Une trousse des plus élégantes, qui contient le soin hydratant pour peaux sèches, un fondamental de la gamme Hydragénist de Lierac : découvrez une crème onctueuse qui réoxygène la peau avec un effet repulpant, anti-rides et un coup d'éclat au teint. En cadeau, le Masque SOS, un baume-gel à laisser poser une à deux fois par semaine pour une peau hydratée en profondeur. Un must qui comblera les peaux les plus assoiffées !

Coffret «Hydragenist Hydratation repulpan» de Lierac :

- 1 Crème hydratante 50 ml
- 1 Masque SOS hydratant 75 ml
- 1 Trousse beauté



cnk 3601572



cnk 9569047

La box anti-rides

Une beauty box pour un visage toujours plus jeune. Avec l'âge, la concentration de la peau en acide hyaluronique diminue. La gamme Hyaluron Filler d'Eucerin a été conçue pour combler les ridules et les rides plus profondes, en compensant et en boostant la production naturelle d'acide hyaluronique !

Coffret «My beauty Box» d'Eucerin :

- 1 soin de jour Hyaluron-filler 50 ml
- 1 soin de nuit Hyaluron-filler 50 ml



Une peau plus lisse

Disponible en édition limitée, ce coffret est idéal pour faire découvrir la gamme TIME-FILLER, best-seller des laboratoires FILORGA. Ces soins inspirés de la médecine esthétique, ciblent tous les types de rides : d'expression, de creusement, de dessèchement... Pour une peau visiblement lissée.

Coffret «Programme Super lissant» de Filorga :
 1 Crème absolute correction rides Time-Filler® (format découverte)
 1 Sérum multi-correction rides Time-Zéro 30 ml



cnk 3593597

Un coffret découverte



cnk 3597150

Nuxe vous propose d'attendre Noël en beauté avec un Calendrier de l'Avent revisité ! À l'intérieur, 10 trésors de beauté, sélectionnés parmi les best-sellers de la marque à (re)découvrir avec plaisir !

Coffret «Trésors de beauté» de Nuxe :
 1 Nuxcellence® Éclat 15 ml
 1 Nuxcellence® Detox 15 ml
 1 Crème Prodigueuse® 15 ml
 1 Prodigueux® Huile de douche 30 ml
 1 Huile Prodigueuse® 30 ml
 1 Huile Prodigueuse® Or 10 ml
 1 Prodigueux® le parfum 15 ml
 1 Rêve de miel® Crème mains et ongles 15 ml
 1 Rêve de miel® Gel nettoyant et démaquillant visage 15 ml
 1 Rêve de miel® Baume lèvres ultra-nourrissant 15 ml

Offrez
 un peu,
 beaucoup,
 énormément
 de bien-être



-15% à partir de 2 coffrets achetés*

* Offre valable jusqu'au 28/12/2017. Réduction de 15% sur les coffrets cadeaux, accordée à partir de 2 coffrets cadeaux achetés. Non cumulable avec d'autres promotions.

Ces coffrets cadeaux et bien d'autres encore sont disponibles chez iU (jusqu'à épuisement du stock).





Noël:
**LE MERVEILLEUX
COMPTE À REBOURS**

SARAH BRAUN

À L'HEURE OÙ VOUS TIENDREZ
CE NUMÉRO ENTRE LES MAINS,
LE COMPTE À REBOURS AURA DÉJÀ COMMENCÉ.

1^{er} décembre**On commence (enfin)
son Calendrier de l'Avent**

Ben oui, depuis le temps qu'on l'a acheté celui-là, il était grand temps de pouvoir enfin en ouvrir la première fenêtre ! Thé, livres, bières, beauté, mode, bougies, il se décline désormais pour toutes les envies (et tous les budgets). Et pour les retardataires, il est encore temps d'en dénicher un (et peut-être même en solde)

2 décembre

On rédige sa lettre au Père Noël

Comment ça, cet exercice est réservé aux enfants ? Cette année, hors de question de se voir offrir un énième appareil électroménager (ou une superbe orchidée alors que vous y êtes farouchement allergique) par son chéri/sa mère ! On couche donc soigneusement ses envies sur une belle lettre que l'on laissera traîner, bien en évidence, à qui de droit. (Et si vous êtes en panne d'idées, on vous souffle quelques idées dans la Dream List) !

3 décembre

**On part à la découverte
des Marchés de Noël**

Saviez-vous que rien qu'à Luxembourg, ils sont au nombre de trois ! Alors, pourquoi ne pas profiter de ce premier dimanche de décembre pour les découvrir. Il y a le Marché de l'Avent et de Saint-Nicolas, qui a pris ses quartiers place de Paris, le traditionnel Marché de Noël - ou « Chrëschtmaart », qui trône fièrement sur la place D'armes ; et enfin le féérique Wantermaart (Marché de l'Hiver), au pied de la Gëlle Fra

4 décembre

**On prépare du vin chaud
home made**

Même si on adore le siroter sur le marché de Noël, rien de tel qu'un Glühwein home made pour se mettre dans l'ambiance à l'heure de l'apéro.

VIN CHAUD ORANGE-HIBISCUS

➤ Dans une casserole, faites chauffer 1 dl d'eau et ajoutez 2 cuillères à soupe de fleurs d'hibiscus séchées, sans cesser de remuer.

➤ Portez à petite ébullition et laissez frémir 5 minutes.

➤ Ajoutez ensuite 2dl de sirop de canne, 2dl de gin et 1 bouteille de vin blanc.

➤ Laissez encore frémir 5 minutes, filtrez et servez aussitôt avec des demi-rondelles d'orange piquées de clous de girofle.

5 décembre

Opération pain d'épices

Parce qu'un mois de décembre sans pain d'épices, c'est un peu comme le Saint-Nicolas sans le Père Fouettard...

➤ Faites préchauffer votre four à 165°C. Dans une petite casserole, faites chauffer 330ml d'eau, 275g de sucre en poudre et 6 cuillères à soupe de miel, jusqu'à ce que le miel et le sucre soient complètement dissous.

➤ Dans un saladier, mélangez 400g de farine (vous pouvez utiliser moitié farine de blé et moitié farine de seigle, si vous aimez), 2 cuillères à soupe de mélange d'épices pour pain d'épices et 1 cuillère à café de bicarbonate.

➤ Incorporez progressivement le liquide à la farine. Versez ensuite la pâte dans un moule beurré et enfournez pour 45 minutes.

➤ Diminuez alors la température à 150°C et poursuivez la cuisson encore 30 minutes.

➤ À la sortie du four, démoulez sur une grille et laissez refroidir avant de déguster !

6 décembre

On fête Saint-Nicolas

Très attendu dans nos contrées, « Kleeschen », comme on le nomme au Grand-Duché, est en tournée tout le mois de décembre aux quatre coins du pays. Mais la tradition veut qu'on le fête le 6 décembre. L'occasion de s'offrir quelques douceurs comme les délicieux sujets en Massepain et en chocolat à shopper chez Oberweis.

7 décembre

**On milonne sa première tournée
de Bredele !**

Pas de vrai Noël sans neige et sans Bredele, pardi ! À Luxembourg aussi, on fond pour ces petits biscuits traditionnels (dont le nom a fait couler beaucoup d'encre au moment de son entrée dans le Petit Larousse au printemps dernier) que l'on doit à nos voisins Alsaciens.



ÉTOILES À LA CONFITURE

- Commencez par préparer la pâte sablée: tamisez 250g de farine.
- Faites ensuite ramollir 140g de beurre à température ambiante et travaillez-le en pommade.
- Puis, sans cesser de remuer le beurre, ajoutez 90g de sucre glace, 25g de poudre de noisettes, 1 pincée de sel et un œuf, en prenant garde à ce que chaque ingrédient soit bien incorporé avant d'ajouter le suivant.
- Terminez en ajoutant le mélange farine et sucre glace, puis formez rapidement une boule, légèrement aplatie. Réservez 2h au réfrigérateur, emballé dans un film alimentaire.
- Faites préchauffer votre four à 210°C. Recouvrez une plaque à pâtisserie avec du papier sulfurisé. Étalez la pâte sur 2 mm d'épaisseur sur un plan de travail fariné. Et découpez-y à l'emporte-pièce le plus d'étoiles possible.
- Déposez-les délicatement sur la tôle du four et découpez au centre de la moitié d'entre elles une petite étoile à l'aide un emporte-pièce plus petit.
- Dans un bol, battez un jaune d'œuf avec un peu d'eau et badigeonnez-en les étoiles. Parsemez-les de 2 cuillères à soupe de sucre cristal et enfournez jusqu'à ce qu'elles soient dorées.
- À la fin de la cuisson, posez-les sur une grille et laissez-les refroidir. Une fois complètement refroidis, assemblez les sablés étoiles avec de la confiture de framboises ou de myrtilles.

8 décembre

On décore le sapin !

Multicolore, à l'ancienne, monochrome ou en deux tons, rutilant tout d'or et d'argent paré ou surfant sur la tendance hygge, à grand renfort de babioles en bois et blanches, la décoration du sapin est résolument l'un des temps forts des fêtes. À faire en famille autour d'une bonne tasse de chocolat chaud débordant de marshmallows...

9 décembre

On joue aux boules

On poursuit la décoration de son intérieur en détournant les traditionnelles boules de Noël pour créer une atmosphère festive dans les quatre coins de la maison. Comprenez : suspendez-en partout ! Dans l'entrée, le couloir, les chambres. Et pourquoi pas ne pas les disposer joliment sur les meubles !



10 décembre

Lumière !

Noël pourrait-il être féérique sans sa ribambelle de bougies. On en use et on en abuse. On peut les choisir déjà parfumées ou les faire soi-même en encerclant des bougies classiques de bâtons de cannelle. On les dispose devant les fenêtres, près de la cheminée, sur la table du salon... On aime aussi les petites lanternes et les guirlandes électriques qui contribuent à apporter une lumière douce et chaleureuse !

11 décembre

On commande de jolies chaussettes à couvert...

Dénichées sur Etsy, ces petites socquettes rouges et blanches accueilleront couteaux, fourchettes et autres cuillères sur votre table de fêtes...

12 décembre

Bredele : round 2

Maintenant que l'on maîtrise les étoiles à la confiture, on passe aux Kipferle, ces délicieux petits sablés en forme de croissants, parfumés à la vanille

- Commencez par faire préchauffer votre four à 170° C.
- Dans le bol d'un mixer, versez 35g de sucre semoule et une gousse de Vanille de Madagascar, coupée en deux, afin d'obtenir un sucre très vanillé.
- Tamisez ensuite le sucre dans un bol.
- Ajoutez ensuite 120g de beurre mou, 140g de farine, 60g de poudre d'amande et ½ cuillère à café de vanille liquide. Mélangez à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à ce que la pâte soit homogène. Formez une boule.
- Séparez-la en 4 morceaux, que vous roulerez en forme de boudin sur un plan de travail fariné.
- Découpez-les ensuite en tronçons réguliers de 2cm, puis roulez-les en forme de petits croissants réguliers.
- Disposez ensuite les biscuits sur une plaque à pâtisserie légèrement farinée et enfournez pour 15 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.
- Pendant ce temps, mélangez 60g de sucre glace, 30g de sucre semoule et 2 sachets de sucre vanillé.
- Quand les biscuits sont cuits, laissez-les refroidir sur une grille avant de les rouler dans le sucre vanillé.

13 décembre

On commence à songer au menu

... et pourquoi pas à faire quelques essais afin de bien maîtriser les gestes et de ne pas se rater le grand jour ! En panne d'idées ? Pourquoi ne pas se laisser tenter par un Bouillon aux

Truffles et Ravioles pour changer de la sempiternelle trilogie foie gras/saumon fumé/crustacés en entrée ? Simple et efficace et ultra rapide à réaliser, cette petite recette va séduire à coup sûr vos convives et risque d'intégrer vos classiques très vite !

➤ Dans une casserole, faites bouillir 2l d'eau et délayez-y 4 cubes de bouillon de volaille.

➤ Ajoutez 1 chou romanesco détaillé en fleurettes et laissez frémir 5 minutes.

➤ Puis, faites cuire 500g de ravioles (achetées surgelées) dans une grande quantité d'eau frémissante, remuez-les et égouttez-les aussitôt.

➤ Ajoutez-les dans le bouillon de volaille et laissez frémir 2 minutes.

➤ Détaillez une truffe noire en bâtonnets. Répartissez aussitôt le bouillon dans huit jolis bols et parsemez de truffe.

➤ Donnez un tour de moulin à poivre (blanc de préférence) et servez aussitôt !

14 décembre

On succombe à la magie des contes de Noël



Quelle merveilleuse période pour passer des moments en famille ! Ça tombe bien, car le CAPE, à Ettelbrück, a programmé l'un des plus grands classiques de Noël : **Casse-Noisette** !

Présenté pour la première fois le 18 décembre 1892, au théâtre Mariinsky de Saint-Petersbourg, ce ballet s'est érigé au rang de véritable symbole musical du

répertoire romantique et s'est affirmé comme l'une des musiques de ballet les plus populaires au monde. Ainsi, ce conte de Noël nous transporte dans la maison de la petite Clara où débute, pendant la nuit de Noël, une merveilleuse féerie. Dans le salon, les jouets s'animent et Casse-Noisette se transforme en prince charmant. Plusieurs danses s'enchaînent : espagnole, arabe, chinoise, russe, ainsi que les fameux Pas de deux de la Fée, ainsi que Le Ballet des Fleurs.

Distribution : Premiers solistes, solistes et corps de ballet du Hermannstädter Ballettheater (Teatrul de Balet Sibiu). Ovidiu Dragoman, direction. Lev Ivanov, chorégraphie. Musique de Piotr Ilitch Tchaïkovski (sur bande).

➤ À voir le 14 décembre à 20h au CAPE, Ettelbrück. Informations et réservations sur www.ape.lu

15 décembre

Mission bûche !

On fait un petit tour chez son pâtissier pour commander ses desserts pour le réveillon et le jour de Noël. Cette année encore, les pâtisseries luxembourgeoises ont rivalisé d'ingéniosité pour créer des gâteaux et autres bûches tous plus originaux et succulents !

NOTRE SÉLECTION :

➤ **Céleste Yule Log**, (Croustillant de noisette et d'amande, surmonté d'un biscuit moelleux à la noisette, d'une mousse noisette, coulant praliné noisette au cœur), 6 personnes, 68€, **Ladurée**

➤ **Dessert pâtissier Michalak**, (mousse au chocolat blond, crémeux caramel-passion, un biscuit amande et croustillant praliné-coco-passion), 6 personnes, 29.50€, **Picard**

➤ **Bûche Wendy** (croustillant aux amandes, biscuit chocolat, mousse chocolat au lait origine Brésil, crème vanille Bourbon), 6 personnes, 31.4€, **Oberweis**

➤ **Boule Coco** (mousse à la noix de coco, crémeux mangue-passion, ananas rôti et biscuit madeleine), 6/8 personnes (existe aussi en version individuelle), **Les Cocottes**

➤ **Bûche Claire de Lune**, comme une forêt noire revisitée (Lune en chocolat noir Maison* renfermant une mousse légère au chocolat maison, cœur coulant de griotte et une crème fraîche vanillée, biscuit croustillant au chocolat et amandes), 8 personnes, 45€, **Pierre Marcolini**.



16 décembre

Dîner de répétition

On profite de ce dernier samedi pour faire des tests en cuisine. Objectif : plat et fromage : mais en mode easy et sans stress !

PINTADE FARCIE ET SES PETITS LÉGUMES PARFUMÉS AUX TRUFFES

➤ Coupez 1 gros céleri-rave et 3 patates douces en gros cubes.

➤ Répartissez-les sur une plaque de cuisson, nappez-les avec 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, parsemez de fleur de sel et de poivre du moulin.

➤ Mélangez bien pour les enrober et enfournez pour une heure dans un four préchauffé à 180°C (th.6).

➤ Puis glissez 2 pintades farcies aux champignons forestiers (à shopper chez Picard) dans un plat à four. Augmentez la température à 240°C (th.8) et, 15 minutes plus tard, enfournez les pintades au-dessus des légumes. Laissez cuire encore 30 minutes puis diminuez la température à 180°C et poursuivez encore 1h30.

➤ Une demi-heure avant la fin de la cuisson, ajoutez aux légumes 500g de marrons précuits sous vide.

➤ Retirez les pintades du four et filtrez le jus dans une saucière.

➤ Disposez les volailles dans un plat, et garnissez les de légumes et marrons.

➤ Effeuillez un cœur de céleri-branchette et râpez au-dessus une ou deux belles truffes fraîches. Servez aussitôt, avec le jus.

CHOUX FOURRÉS AU ROQUEFORT ET NOIX

➤ Dans un saladier, écrasez grossièrement 150g de roquefort et 150g de fromage frais (type St Môret ou Philadelphia...).

➤ Pelez en coupez en dès une poire ferme, ainsi que 8. Salez légèrement, poivrez abondamment, puis versez une cuillère à soupe de cognac et mélangez délicatement.

➤ Ouvrez 24 petits choux nature (ou des gougères) que vous aurez commandés chez votre boulanger, puis garnissez-les de la préparation au roquefort.

➤ Servez à température ambiante, parsemé de piment d'Espelette.

➤ **Astuce :** garnissez-les au dernier moment, pour éviter qu'ils ne ramollissent.



17 décembre

On révise ses classiques

Et on file à la Cinémathèque de Luxembourg qui organise une projection de l'un des plus anciens (il date de 1955) et des plus adorables dessins animés Walt Disney : La Belle et le Clochard ! Dans la Nouvelle-Angleterre, Jim et Darling mènent une vie paisible en compagnie de leur adorable chienne, Lady, elle-même entourée de ses amis Jock et César. L'arrivée d'un bébé comble d'autant plus de bonheur la famille. Mais un jour, le couple doit s'absenter quelque temps et confie la maison à leur vieille tante Sarah, qui est accompagnée de deux terribles chats siamois : Si et Am. Ces derniers n'aiment

pas Lady et poussent la chienne à partir. Dans la rue, Lady est menacée par des chiens errants, mais l'un d'entre eux, nommé Clochard, vient la sauver...

➤ Le 17 décembre, de 15h à 17h au Cinéma Paradisio - Cinémathèque de Luxembourg.

Informations et réservations sur www.vdl.lu/visiter/art-et-culture/cinema/cinematheque

18 décembre

Dernière ligne droite: place à la prétox

Vous avez dit pretox ? Nouveau phénomène healthy qui nous arrive tout droit d'outre-Manche, la prétox consiste à anticiper avant de faire bombance. Quelques jours (de un à dix) avant les fêtes, on s'en tient à une ligne de conduite ultra saine et équilibrée, afin d'aborder la période des fêtes en forme, allégée, tout en boostant sa santé, en éliminant tout ce qui peut être nocif pour nos organismes. Dans les faits ? On élimine complètement l'alcool, et on limite gluten et lactose pour forcer sur les légumes de saison (en soupe ou vapeur) que l'on accompagne de céréales complètes et de graines. Et en cas de petite faim, oui aux fruits secs (sans abuser). On peut aussi grignoter des energy balls : à faire soi-même (la recette ici) ou à prendre à emporter chez Rawdish. On en profite également pour bouger en douceur : marche, yoga, méditation... L'objectif est de se faire du bien !

SAINE LECTURE



sont rassemblées la plupart des recettes et des astuces lifestyle de ses deux best-sellers Green glam et gourmande et Green glam et happy. On y trouve également de nombreuses astuces yoga et fitness : de quoi aborder les fêtes avec zenitude et en toute légèreté !

➤ **Green Glam Attitude,** Rebecca Leffler, aux Editions Marabout, 19.90 euros.

19 décembre

On choisit ses habits de lumière

Hors de question de passer le réveillon en jeans ou en pyjama (quoique pour une soirée sur le thème hygge, l'idée peut-être séduisante). L'or sera encore à l'honneur cette année, à porter en total look, et surtout avec des cuissardes, l'une des tendances phares de la saison ! S'il y a bien un moment où l'on peut se le permettre, c'est Noël, non ? Donc on fonce et on copie ce look signé Alexis Mabille !



Accordez-vous
un moment d'exception ...



La Pomme Cannelle

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



Parking couvert offert pendant la durée de votre repas

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

Le ROYAL
HOTELS & RESORTS - LUXEMBOURG



DE KLENGE CASINO

HOTEL ▾ RESTAURANT

Des fêtes tout en lumière
avec De Klengé Casino !



©Claude Piscitelli



©Claude Piscitelli



©Claude Piscitelli



DÉCOUVREZ NOTRE STAND AU MARCHÉ
DE NOËL DE DIFFERDANGE !

Le restaurant est **ouvert en continu** tout au long
de la journée et vous propose une cuisine
luxembourgeoise traditionnelle **Bio et Fair Trade**.
Nous vous accueillons pour un petit déjeuner
gourmand dès 6h30.

Une salle de jeu de quilles est à votre disposition.

12, place du Marché L-4621 Differdange
Tél.: 28 11 37 1
www.deklengecasino.lu |

20 décembre

On réalise de jolies boules à neige !

Parfaites pour égayer la table du réveillon et joli présent, on succombe au charme des boules à neige. À shopper ou à réaliser soi-même ! C'est si facile qu'il serait dommage de s'en priver !

- Prenez un bocal avec joint (les bocaux Le Parfait se prêtent merveilleusement bien à cet exercice !).
- À l'intérieur du couvercle, collez vos petits sujets (animaux, végétation...).
- Utilisez de la glue pour les pièces très fines ou de la pâte à fixer.
- Remplissez ensuite le bocal d'eau (presque jusqu'à ras bord), dans laquelle vous ajouterez une cuillère de glycérine (en pharmacie) pour que la neige tombe doucement.
- Ajoutez ensuite des paillettes, de la fausse neige, des étoiles... Refermez bien le bocal en faisant attention à ce que cela soit bien hermétique.
- Vous pouvez ensuite décorez l'extérieur de votre boule à neige en y collant des perles, des paillettes...

21 décembre

Cadeaux : dernière ligne droite !

Si vous n'avez pas encore fait vos emplettes, c'est le moment où jamais ! Présents de dernière minute ou non, il va falloir s'y coller. (Si vous manquez d'idées, nous en avons la solution sur www.femmesmagazine.lu/!)



22 décembre

On se fait belle !

C'est pas le tout, mais après avoir couru dans les quatre coins de la capitale pour dénicher le cadeau parfait, vous vous êtes battues pour arracher la dernière bourriche d'huîtres à votre voisin de caddie, on prend le temps de souffler ! Le temps d'une soirée, on s'accorde le plaisir de prendre un bain moussant, de se faire gommage et masque et d'enduire ses longueurs d'huile de coco pour avoir une belle matière soyeuse le grand jour.

On peut aussi booker un soin chez l'esthéticienne, histoire de prolonger ce moment de détente au maximum !



on laisse ramollir une motte de beurre de baratte d'excellente qualité et on lui ajoute 2 cuillères à soupe de « sel fou » : parfumé au citron, au thé vert ou toute autre saveur qui vous plaît !

Ces quelques petits riens feront sensation !

Et maintenant, il ne vous reste plus qu'à profiter de ces moments merveilleux en famille ou entre amis ! Un joyeux Noël à toutes et tous !



23 décembre

On soigne les détails...

On se met déjà à l'heure du réveillon. Chaussettes suspendues sur la cheminée, paquet joliment dressé sous le sapin... Et on peaufine les petits détails qui feront tout. Derniers achats pour décorer la table de Noël, et petites attentions qui font toujours plaisir.

ENVIE DE SURPRENDRE VOS INVITÉS ?
Pourquoi ne pas ajouter un trait de sirop de rose à une coupe de champagne pour un cocktail easy chic ? De même,

Un Noël Féérique et Gourmand !

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

Chocolats du ♥

CADEAUX GOURMANDS · FRUITS SECS ENROBÉS · PRALINES



CHOCOLAT CHAUD MAISON · PÂTISSERIES · COFFRETS «PRESTIGE»

En vente:

Produits des Chocolats du Cœur: tablettes, fruits secs enrobés, pralines, production spéciale fêtes de fin d'année ... made in Luxembourg (à Bissen). Corbeilles, cadeaux personnalisés, coffrets «prestige» vin-chocolat.

A déguster ou à emporter:

Un succulent café, ou thé ou bien entendu chocolat chaud fait maison. *Produits des Chocolats du Cœur.*



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

Ouverture:

Mardi au jeudi de 10h30 à 18h30,
Vendredi de 10h00 à 18h30 et le samedi de 10h00 à 17h30.

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



MERRY CHRISTMAS
and
HAPPY NEW YEAR

2018

Cuisine orientale
Restaurant Lounge | Service de traiteur

5, Rue Alphonse Weicker, L-2721 Luxembourg-Kirchberg
Tél.: 26 68 71 95 | www.orientx.com
f OrientX Kebab Lounge

Interview de Jeff Oberweis

« LA GOURMANDISE REND LES GENS HEUREUX »



À L'HEURE OÙ LA TENDANCE EST AUX NOURRITURES SAINES, LA BÛCHE DE NOËL A-T-ELLE ENCORE DROIT DE CITÉ SUR NOS TABLES ?

La gourmandise est-elle malsaine ? C'est pourtant elle qui rend les gens heureux (rires) ! Une chose pour laquelle nous mettons en œuvre tout notre savoir-faire et toute notre créativité depuis plus de 50 ans ! Notre maison fait d'ailleurs partie des Relais Desserts, qui incarne l'excellence de la pâtisserie. Nous sommes une centaine de pâtisseries et chocolatiers de 19 pays sur le devant de la scène gourmande. Jamais notre métier n'a connu autant de reconnaissance des médias écrits et émissions télé. Je pense qu'il est donc faux et parfaitement déplacé de se poser la question si la bûche de Noël a le droit de cité sur nos tables. Evidemment qu'elle y a toute sa place !

QUELLES SONT LES TENDANCES BÛCHES POUR 2018 ?

Au mois octobre, nous avons présenté notre spécialité de fin d'année à l'occasion de la présentation des Bûches des membres Relais Desserts à la presse. Cet événement a eu lieu à Paris sur une péniche spécialement décorée pour l'événement. Si nous avons amené notre gâteau Saint-Sylvestre, c'était surtout pour souligner qu'au Luxembourg, contrairement à la France, nous arrêtons nos bûches de Noël pour proposer des entremets aux couleurs de Nouvel an pour les fêtes de fin d'année. L'entremets Saint-Sylvestre est une véritable création

de notre maison. Elle représente ainsi une horloge indiquant le passage à la nouvelle année 2018. Son ingrédient principal n'est autre que le chocolat de Guatemala, un pays que j'ai visité et d'où j'ai réussi à réaliser de manière équitable et bio équitable, un produit magnifique qui vient sublimer cet entremets en lui apportant douceur et gourmandise. Bien sûr, nous proposons nos bûches de Noël comme tous les ans, mais, cette année, notre parti pris était résolument de mettre en avant le Saint-Sylvestre.

QU'EST-CE QUI VOUS A INSPIRÉ POUR CETTE COLLECTION 2018 ?

L'inspiration est souvent le résultat de longues recherches. Non seulement il faut être créatif, mais il est aussi important de critiquer et perfectionner ses gestes au quotidien. Ce sont-là les vraies valeurs d'un vrai artisan. Si ces conditions ne sont pas remplies, chaque inspiration, aussi bonne qu'elle soit, ne portera pas ses fruits.

QUELLE AUTRE ALTERNATIVE S'OFFRE À L'HEURE DU DESSERT POUR LES FÊTES DE FIN D'ANNÉES ?

Un bon gros dessert et rien d'autre (rires).

VOTRE COUP DE CŒUR ?

Notre entremets Saint-Sylvestre, il mérite vraiment que l'on s'y attarde et j'en suis très fier !

PAUL
depuis 1889

NOUVELLES OUVERTURES DIFFERDANGE ET REMERSCHEN

Nos deux nouvelles boulangeries sont ouvertes du lundi au jeudi de 7h30 à 20h, le vendredi de 7h30 à 21h et le samedi de 7h30 à 20h. La boulangerie de Remerschen est également ouverte le dimanche de 7h30 à 19h00.

Nous proposons un service de restauration sur place
et un service traiteur pour tous vos événements.



Centre Commercial Borders 4 Schengerwiss à Remerschen
& Centre Commercial Opkorn 41 Rue Emile Mark à Differdange

WWW.BOULANGERIE-PAUL.LU

ALIX RASSEL-BURTON, LE CHOIX DE L'ÊTRE

EN CETTE PÉRIODE FESTIVE OÙ LE MARCHAND PREND L'ASCENDANT SUR LE SPIRITUEL QUI SIED POURTANT JOLIMENT À DÉCEMBRE, L'ITINÉRAIRE DE VIE D'ALIX RASSEL-BURTON INTERPELLE. RÉCIT D'UNE RENAISSANCE.

ALIX BELLAC

« LA VIE,
C'EST ÊTRE,
PAS AVOIR.
LES MEILLEURS
SOUVENIRS
NE SONT PAS LIÉS
AU MATÉRIEL,
MAIS À DES PERSONNES
OU DES EXPÉRIENCES. »



Mon lieu

Le parc Tony Neuman, j'adore y pratiquer le yoga.



Mon odeur

L'herbe fraîchement coupée après une chaude journée d'été et des précipitations.

Alix, c'est l'histoire d'une mue. La jeune femme refusera d'abord de se mettre en avant dans un article, démarche contraire à sa vie tournée vers la richesse intérieure. Et puis l'idée ayant fait son chemin, elle se dévoile, personnalité atypique au Luxembourg. Femme plume au propre comme au figuré, Alix. Son itinéraire est en cela intéressant qu'il personnifie le courage. Celui de «casser le moule», remettre en question son éducation et ses valeurs. Elle avoue y avoir laissé des plumes (amis et illusions), mais qui a dit que le chemin vers la vérité intérieure est le plus aisé? Dans un pays riche, dans un monde d'apparences, Alix cite l'Ancien Testament et déclare militer pour une vie plus sobre. Tout démarre par deux accidents de vie consécutifs: des soucis de santé lui font renoncer à une carrière professionnelle puis le décès de son père la plonge dans les abîmes d'une anxiété qui l'entraînera lentement mais sûrement vers la dépression. Deux signes viendront la réveiller: «la lecture de When things fall apart de Pema Chodron m'a appris que lorsqu'un malheur nous frappe, il est nécessaire de redéfinir notre présent et notre futur. Puis, peu après le décès de mon père, j'ai découvert une interview de lui révélant un homme

préoccupé par son prochain, plus humain que ce que sa carrière pouvait laisser penser. Ayant suivi jusqu'alors la même trajectoire que beaucoup d'Occidentaux (un poste important, travailler très dur, gagner beaucoup d'argent et le dépenser en achetant belles choses et hypothétique bonheur), l'onde de choc fut profonde. Je vivais en poursuivant un rêve matérialiste. Les événements m'ont menée sur un tout autre chemin». Alix s'efforce de jour en jour de tendre vers son absolu. «Je travaille dans le domaine caritatif parlant pour ceux qui n'ont pas de voix et délaisse la place démesurée du matériel dans ma vie. Avant, je n'aimais pas la personne que je voyais dans le miroir, peu fidèle à elle-même. Or, nos meilleurs souvenirs ne sont pas liés aux choses, mais à des lieux, personnes ou expériences. Et j'ai découvert que je n'étais pas seule au Luxembourg à partager cette conception de vie. Nous sommes encore minoritaires, mais notre société se réveille. Mon espoir est que tous arrivent à trouver le bonheur et la paix dans sa forme la plus pure». Le souhait d'Alix, autant que le mien, est que cette nouvelle année vous permette, toutes et tous, de vous approcher un peu plus de votre rêve véritable.



Mon restaurant

J'adore le Ready. L'accueil que réserve Connie et Yuki est top !





Mon livre favori

C'est le même depuis très longtemps. Furiously Happy que tout le monde devrait lire.



**TOUTE L'ÉQUIPE
DU COLISÉE LUXEMBOURG
VOUS SOUHAITE D'EXCELLENTE
FÊTES DE FIN D'ANNÉE**

RESTAURANT | TERRASSES | ROOFTOP | PRIVATISATION

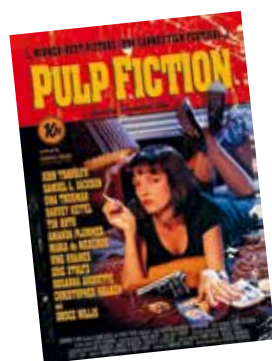
26, place Guillaume II | L-1648 LUXEMBOURG | Tél.: 26 202 803
www.lecolisee-lux.com |  Colisée Luxembourg |  Colisee.lux

TED KAYUMBA ENTRE SONS ET IMAGES

AU DÉBUT D'UNE CARRIÈRE DÉJÀ PROMETTEUSE, TED KAYUMBA, ENCHAÎNE AVEC PASSION LES EXPÉRIENCES, QUE CE SOIT DERRIÈRE LA CAMÉRA, AUX PLATINES OU DANS LES COULISSES DU CINÉMA.

KARINE SITARZ

« CHAQUE FILM
EST UNE EXPÉRIENCE
INTENSE, ON EST TOUS
EMBARQUÉS DANS
LA MÊME GALÈRE. »



Son film fétiche

« *Pulp Fiction* »
de Quentin Tarantino
pour sa narration décalée.



Son coup de cœur au Luxembourg

Le Fond-de-Gras et ses trains
historiques découverts
lors d'un tournage.

À la veille d'accompagner le groupe Cristobal and the Sea en tournée européenne pour un documentaire, Ted Kayumba partage, timide, mais enthousiaste, ses premières expériences. D'origine française par sa mère et congolaise par son père, boxeur professionnel précise-t-il, Ted est né à Esch-sur-Alzette, a grandi au Luxembourg et, bac informatique en poche, a rallié l'Institut des Hautes Etudes des Communications Sociales à Bruxelles (journalisme et pub). De retour au pays, il fait un passage à RTL TV puis se lance en freelance. En 2016, il rejoint Colombe Music, projet créé cinq ans plus tôt par Steven Koener et Antoine Honorez, mais qui vient de se refaire une jeunesse et auquel il participe en contribuant aux mixtapes. La musique c'est son dada, depuis toujours. Voilà plusieurs années qu'il se fait dj dans des petits bars de la capitale comme le Rocas ou De Gudde Wëllen et au sud du pays le Vagabond, passionné par le défrichage de sons nouveaux qui donnent envie de danser. Ses horizons musicaux? L'afrobeat, le funk, mais surtout le hip-hop, Madlib/MF DOOM, Roméo Elvis, Joey Badass, Kendrick Lamar, J Dilla ou encore la chanteuse soul Erykah Badu. La musique a mené Ted à la vidéo et celle-ci lui offre de belles rencontres.

Ainsi il a récemment filmé la performance live de l'artiste multimédia Nicole Peyrafitte et du poète Pierre Joris à la Galerie Simoncini. Une étonnante action painting et «un challenge» pour le jeune vidéaste qui évolue actuellement au cinéma. Après avoir fait ses classes sur les tournages de «Credo» et de «18-Clash of Futures» avec Iris Productions, Ted est régisseur général pour «The Beast in the Jungle» de Clara van Gool, coproduit par Amour Fou. Il aime les défis liés à ce job, même le stress forcément au rendez-vous «on est toujours aux aguets», et l'atmosphère si particulière des tournages. Côté artistique il cite Romain Gavras «pour sa manière de raconter l'histoire». Ted trace son bonhomme de chemin, apprend sur le tas, à Luxembourg, à Londres où il réalise des clips vidéo, à Paris où il aimerait poursuivre l'aventure cinéma. Ces voyages le construisent tout comme ces destinations coups de cœur qu'ont été Helsinki (aventure partagée avec des copains) et bien sûr la République démocratique du Congo avec la découverte d'une dure réalité à Lubumbashi «ça rend humble!». Il y retournera: «le continent paternel est encore à explorer». Il garde les pieds sur terre, mais une chose est sûre Ted a des rêves plein la tête!



Son parfum

La lavande qu'il kiffe
et qui lui rappelle l'été
chez ses grands-parents.



Sa cantine

« *De Gudde Wëllen* »,
le charme du lieu
et sa bonne musique.

ILLUMINEZ VOS MOMENTS PRÉCIEUX AVEC LES CRÉMANTS POLL-FABAIRE



A CHAQUE MOMENT UNIQUE, SON POLL-FABAIRE



CRÉMANTS
POLL-FABAIRE
LUXEMBOURG

poll-fabaire.lu



Pour plus de moments inoubliables visitez nos vinothèques.
Découvrez notre univers de saveurs et laissez-vous
inspirer par nos idées cadeaux.



Vous reprendrez bien un morceau de bûche ?

PARCE QU'IL Y A EU LA DÉFERLANTE HEALTHY, ET PARCE QU'ELLE A ÉTÉ VUE ET REVUE, NOUS VOILÀ FACE À UN CRUEL DILEMME À L'HEURE OÙ NOUS SOMMES EN TRAIN DE PEAUFINER NOTRE MENU DU RÉVEILLON : LA BÛCHE EST-ELLE TOUJOURS TENDANCE? A-T-ELLE TOUJOURS SA PLACE SUR NOS TABLES DE FÊTES ? LA CRÈME AU BEURRE EST-ELLE TOUJOURS DE BON GOÛT ? AVEC OU SANS GLUTEN ? POUR RÉPONDRE À TOUTES CES QUESTIONS EXISTENTIELLES, NOUS AVONS ENQUÊTÉ AUPRÈS DE SPÉCIALISTES AU GRAND-DUCHÉ (ET ON VOUS RASSURE, VOUS POURREZ VOUS DÉLECTER D'UNE MONSTRUEUSE PART DE BÛCHE, TANDIS QUE VOS BAMBINS ÉBAHIS DÉCOUVRIRONT LEURS CADEAUX).

SARAH BRAUN



© Pierre Marcolini

LA BÛCHE A-T-ELLE TOUJOURS DROIT DE CITÉ SUR NOS TABLES ?

La réponse est unanime. Un Noël sans bûche, c'est comme une galette des Rois sans frangipane, une fête de Pâques sans chocolats ou du champagne sans bulles. Triste et sans saveur. Non seulement la bûche fait partie intégrante de l'imaginaire collectif (à l'origine, la bûche est un gros tronc de bois destiné à se consumer plusieurs jours durant

afin d'assurer de bonnes cultures l'année suivante...), mais elle s'accompagne d'une aura de gourmandise et de générosité. Car, comme le disait ce cher Guy de Maupassant : « de toutes les passions, la seule vraiment respectable me paraît être la gourmandise. » Et ce n'est pas Jeff Oberweis, directeur de la maison éponyme qui le contredira : « la gourmandise est ce qui rend les gens heureux ». Alors, une fois n'est pas coutume, il est de bon ton

d'oublier régime, diktats et autres lubies alimentaires pour se retrouver autour d'un dessert résolument fédérateur. Julie Jager – que l'on connaît pour son restaurant bio qu'elle a tenu cinq années durant quartier gare et qui travaille désormais pour l'enseigne Naturata, à Munsbach, et comme pâtissière à domicile – confesse qu'elle a lâché prise sur le sujet. « Chez moi, les fêtes se passent en famille et mon frère est très traditionnel, donc la bûche

figure forcément au menu. Si durant un temps, j'ai essayé d'aller vers d'autres alternatives, je me suis rendu compte que l'on pouvait vite aller au clash. Alors, j'ai décidé de privilégier ce moment de joie en famille plutôt que de faire la guerre ! Et puis, quand on y pense, ce dessert est un peu notre madeleine de Proust à tous. » Sur ce point, le mot de la fin revient sans hésiter au chef du Cibo's Étienne-Jean Labarrère-Claverie : « Gardons la tradition, elle se perd si vite... »

QUELLES SONT LES TENDANCES 2018 ?

Les chefs à travers le monde – le Luxembourg ne fait pas exception – ont cette année encore déployé des trésors d'inventivité et de gourmandise pour concocter des créations toujours plus élégantes, succulentes et féériques. Cédric Grolet, meilleur chef pâtissier 2016 qui œuvre dans les cuisines du Meurice, à Paris, a pensé une Bûche Citron / herbes fraîches. Christophe Michalak, quant à lui, dessiné une bûche en forme de voiture pour une collaboration avec la chaîne Picard et une autre en forme de guitare que l'on peut déguster dans sa pâtisserie des Rêves, tandis que Ladurée atteint des sommets avec sa bûche Céleste, qui prend les atours d'un croissant de lune. Les créateurs de mode, même, ont également apporté le grain de sucre au sujet, à l'instar d'agnès b. qui signe une élégante bûche blanche et citron, aux parfums de fruits rouges et de citron. Une inventivité qui a également touché le Grand-Duché, à l'instar de celle créée par David Rabassi, pour les Cocottes qui évoquent une boule de Noël et qui se déclinent tantôt au chocolat, tantôt dans des parfums plus exotiques de noix de coco et ananas. Chez Steffen, ce sont les agrumes qui ont donné matière à créer son dessert de fête au chef pâtissier Yves Jehanne : « J'ai reçu une caisse d'oranges et de citrons de Valence d'Humberto Martinez. Ses agrumes sont si juteux et savoureux – et non traités ce qui me permet d'exploiter un zeste de très haute qualité. Un beau produit donne toujours envie d'être sublimé. »

LA CRÈME AU BEURRE : STOP OU ENCORE ?

Stop ! Même si elle fait intégralement partie de l'esprit de Noël et contribue à

l'imaginaire collectif qui s'est dessiné autour de cette période de l'année, la grande classique à la crème au beurre est un peu too much en 2018. Étienne-Jean Labarrère-Claverie est intransigeant : « Stop ! Je déteste ça (rires) ! En revanche, on peut conserver le biscuit roulé que l'on garnira d'une mousse au chocolat, par exemple. Cela permet de conserver son esprit traditionnel sans la lourdeur de la crème au beurre. Qui a encore envie de ça après le saumon, le foie gras la dinde et le plateau de fromages ? ». Même son de cloche pour Julie Jager qui, si elle tient absolument à garder le biscuit génois qu'elle adore, évoque les multiples possibilités qui s'offrent dès lors qu'on laisse s'exprimer sa créativité. Cette année, la pâtissière travaillait justement sur une crème pâtissière parfumée au thé matcha, « qu'elle associe avec une couche de chocolat noir » pour apporter un peu de craquant. C'est sympa et le mariage est vraiment savoureux. En touche finale, je vais la décorer de copeaux de chocolat noir et blanc. » David Rabassi, chef pâtissier chez Cocottes, confesse également se tourner vers d'autres alternatives. « La crème au beurre ne correspond plus à ce qu'attendent les gens. Ils ont envie de textures plus légères de saveurs originales qu'une crème riche au café ou au Grand-Marnier. Place aux entremets, aux saveurs exotiques pour apporter un peu de fraîcheur. Ou les desserts glacés qui ravissent petits et grands ! Et il ne faut pas oublier les petits biscuits de Noël. Il n'y a rien de tel pour terminer le repas sur une note sucrée. »

COMMENT RENDRE LA BÛCHE DIÉTÉTIQUEMENT CORRECTE ?

En voilà une question ! S'il est bien une période où il est bon de lâcher du lest, ce sont bien les fêtes. Plus que jamais, le mot d'ordre doit rester le plaisir ! Pour autant, ne pas risquer la crise de foie dès le soir du réveillon est de bon aloi. C'est pourquoi les chefs ont largement planché sur la question : comment rendre la bûche légère comme une plume ? « Le premier geste est d'avoir la main plus légère sur le sucre, comme nous le faisons pour toutes nos mousses », explique Jonathan Szymkowiak, chef pâtissier chez Kaempff-Kohler. Une tendance également prise par le maître chocolatier belge Pierre Marcolini, dont la collection 2018,

baptisée « Fly to the Moon », comprend deux desserts à partager. Parmi elles, la Bûche Claire de Lune, chocolat blanc et mangue Lune en chocolat blanc Maison – avec 30% de sucres en moins – cache une mousse légère à la vanille de Madagascar et un cœur de mangue, ananas, et yuzu agrémenté de coriandre fraîche. Le tout, sur un biscuit croustillant au chocolat et amandes. Gourmandise et légèreté font indéniablement bon ménage ! En effet, la bûche se prête désormais à différents exercices de style. Pour le premier anniversaire du Club des Sucrés du Luxembourg, Yves Jehanne, son président, a ainsi twisté la bûche en lui donnant des faux-airs de cheese-cake : des sablés aux amandes surmontées d'une crème citronnée enrobée de dulcey maison aux amandes et gelée aux oranges et zestes confits. Paul Bungert, chef pâtissier du Clairefontaine, Paul Bungert, qui vient tout juste de rejoindre le club des pâtissiers luxembourgeois, revendique un dessert « léger comme un flocon ». Il a ainsi travaillé non seulement sur les textures pour rendre sa création aérienne, mais a poussé l'exercice encore plus loin, en incorporant à la liste des ingrédients le topinambour : associé à une bavaroise vanille, un crémeux à la cannelle, et croustillant noisette et spéculoos et un biscuit cuillère, le légume oublié s'offre un sérieux coup d'éclat.

ET SI ON EST INTOLÉRANT AU GLUTEN ?

L'alternative est toujours possible tant qu'on ne transige pas sur la gourmandise. Julie Jager, qui a constaté chez Naturata une demande très forte de la part des clients, a choisi de travailler sa génoise en remplaçant la farine classique par de la maïzena. « Ma recette en nécessite très peu, le goût ne change donc pas. Une personne qui d'ordinaire consomme du gluten ne s'apercevra sans doute pas de ce changement. » L'autre alternative se trouve également dans sa version glacée. Pour les fêtes, Jonathan Szymkowiak a ainsi repensé l'un des must have de Kaempff-Kohler : le dacquois praliné à l'ancienne, qui s'est métamorphosé en un traineau glacé. Léger, ludique et chic.

MÉDIAS SOCIAUX: *faites de vos collaborateurs des ambassadeurs*

CRÉDIBLES, INFLUENTS ET BIEN CONNECTÉS, LES EMPLOYÉS CONSTITUENT UN VÉRITABLE LEVIER DE COMMUNICATION SUR LA TOILE. SI LA PLUPART DES ENTREPRISES NE SONT PAS ENCORE CONSCIENTES DE CE POTENTIEL, CERTAINES ONT D'ORES ET DÉJÀ MIS EN PLACE UNE STRATÉGIE DE « COLLABORATEURS AMBASSADEURS », UNE DÉMARCHE QUI PRÉSENTE DE NOMBREUX ATOUTS.

JEANNE RENAULD



Les médias sociaux font aujourd'hui partie intégrante de notre vie. Avec plus de deux milliards d'utilisateurs dans le monde, dont quelque 290.000 au Luxembourg, Facebook est de loin le plus plébiscité d'entre eux. Selon un sondage réalisé par TNS Ilres en mars 2017, 79% des résidents luxembourgeois disent utiliser le réseau développé par Mark Zuckerberg. Si l'accès aux médias sociaux a, un temps, été interdit au sein de nombreuses entreprises, ces dernières commencent à prendre conscience du rôle que leurs collaborateurs ont à y jouer. Les employés constituent en effet de véritables porte-parole, que ce soit dans la vie «réelle» ou sur Internet. À travers les publications corporate qu'ils partagent, rédigent ou commentent sur les médias sociaux, ils contribuent à créer ou renforcer l'image de la société pour laquelle ils travaillent. Ils en deviennent, par là même, des ambassadeurs, garants, en partie, de son e-réputation et de sa notoriété.

AIE CONFIANCE...

Selon le «Baromètre de la Confiance 2017» réalisé par l'agence Edelman, les travailleurs jouissent d'ailleurs d'une plus grande crédibilité auprès des internautes que les dirigeants lorsqu'ils communiquent au sujet de l'entreprise. Ainsi, 48 % des répondants font confiance à ce que déclarent les employés, contre seulement 37 % pour les CEO. Cette confiance envers les salariés est renforcée lorsqu'il s'agit de thèmes intimement liés à l'activité de l'entreprise, tels que la communication sur les relations employés/clients, les résultats financiers ou encore les crises. Et en effet, quiconque est mieux

placé pour parler de l'entreprise, de ses produits et services, de son ambiance, de ses valeurs, que celui qui y passe, tout au moins, huit heures par jour ?

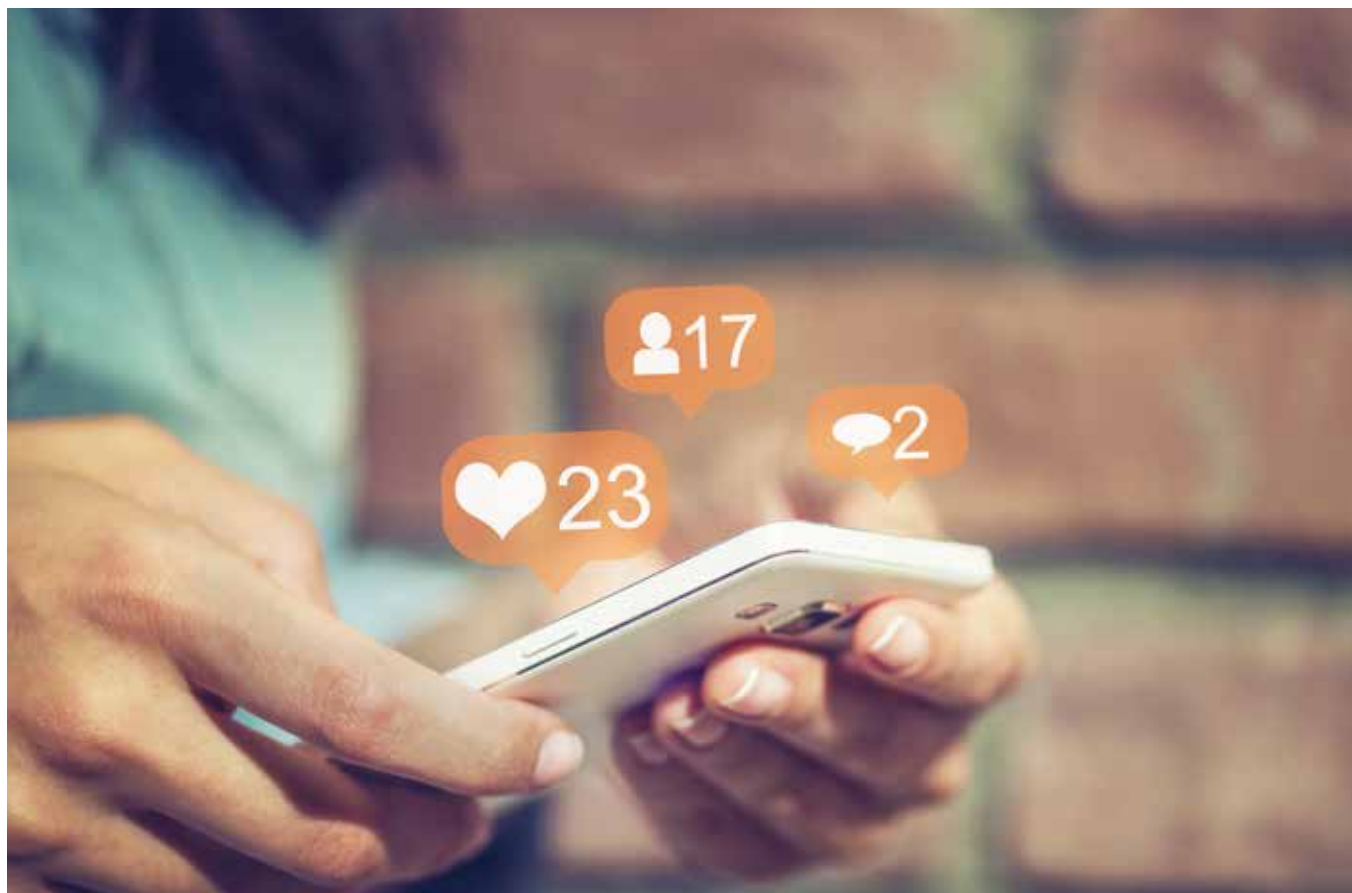
Dans ce contexte, de nombreux employeurs ont aujourd'hui compris l'importance de s'appuyer sur leurs salariés pour augmenter leur visibilité, porter leur image et défendre leur réputation sur les médias sociaux. On voit ainsi émerger de nouveaux programmes d'employee advocacy (employé ambassadeur). Le but ? Encourager les collaborateurs à s'exprimer professionnellement, de manière positive, sur leurs propres réseaux ou sur ceux de la société. Il peut s'agir de partager des articles ou une offre d'emploi, de relayer une publication liée à son secteur d'activité, de promouvoir un événement, ou encore de participer à l'animation du blog de l'entreprise. En France, par exemple, Orange donne à certains salariés une tribune régulière sur son blog spécialisé. Chaque auteur y est présenté : on retrouve sa biographie, son domaine d'expertise, mise au service des clients d'Orange quotidiennement, ainsi que ses coordonnées et un lien vers ses réseaux sociaux.

« L'INTÉRÊT D'UN PROGRAMME DE COLLABORATEURS AMBASSEURS EST MULTIPLE, À LA FOIS POUR L'ENTREPRISE ET POUR SES TRAVAILLEURS. »

UNE COMMUNICATION AUTHENTIQUE, UNE AUDIENCE ÉLARGIE

L'intérêt d'une telle démarche est multiple, à la fois pour l'entreprise et pour ses travailleurs. En donnant la parole directement aux employés sur les médias sociaux, en leur permettant de personnaliser le contenu qu'ils y diffusent, la communication corporate se veut plus humaine, crédible et authentique. De cette manière, l'engagement et la confiance des clients envers la marque sont renforcés. Une étude menée par MSL Group en 2014 a révélé qu'un message émanant d'une marque, mais publié par l'un de ses collaborateurs, est en moyenne 24 fois plus partagée que le message relayé par la société elle-même.

Un programme d'employee advocacy permet également de s'appuyer sur le réseau de connaissances de ses salariés et, ainsi, d'atteindre une audience différente et plus importante. En conséquence, la visibilité de l'entreprise sur Internet augmente et de nouvelles opportunités business apparaissent.



EMPLOYEUR ET EMPLOYÉS ONT À Y GAGNER

Intégrer ses collaborateurs à sa stratégie de communication contribue également à renforcer sa marque employeur d'une part, auprès des personnes qui participent au projet et à qui vous faites pleinement confiance. Elles se sentiront reconnues pour leurs compétences, ce qui renforcera leur motivation et les fidélisera. D'autre part, auprès des candidats potentiels. En parlant de votre entreprise positivement et de leurs bonnes conditions de travail, vos employés vous aident à attirer les meilleurs talents.

L'Oréal l'a bien compris. La marque a mis en place des comptes sur Facebook, Twitter et Instagram, animés et gérés par quinze employés. Les collaborateurs y dévoilent les coulisses de l'entreprise, un shooting photo ou la création d'un futur produit, par exemple. À travers ces publications, le groupe parvient à humaniser sa relation avec ses consommateurs, à créer un lien de proximité. En montrant

également l'environnement et l'ambiance de travail, en mettant en avant les valeurs et la culture d'entreprise, le groupe parviendra certainement à intéresser de futurs candidats et à séduire de nouveaux consommateurs. Les salariés, aussi, ont un intérêt à s'impliquer dans un tel programme. En publiant régulièrement des contenus pertinents relatifs à leur employeur et à leur secteur d'activité sur les médias sociaux, ils se positionnent en tant qu'experts dans leur domaine et renforcent leur employabilité. Ils développent ce que l'on appelle leur *personal branding*.

RÉFLÉCHIR À SA STRATÉGIE D'EMPLOYEE ADVOCACY

Mais mettre en place un programme d'employee advocacy efficace ne se fait pas au hasard ni du jour au lendemain. Il convient de respecter certains éléments. Pour devenir de réels ambassadeurs de votre société, il faut avant toute chose que vos employés soient heureux au travail, qu'ils s'y sentent bien, que les relations entre

collègues soient harmonieuses, le management à l'écoute et encourageant. La participation à un tel projet doit aussi bien sûr reposer sur une pleine volonté du collaborateur, au risque d'entraîner des dérapages. Seule une démarche sincère suscitera l'intérêt des internautes et renforcera la crédibilité de l'entreprise sur les réseaux sociaux. Une fois les salariés prêts à s'impliquer dans le projet identifié, il convient de les sensibiliser à la bonne utilisation des réseaux sociaux, de leur expliquer l'importance de leur rôle et de leur donner les clés pour l'assumer. Pensez à les impliquer pleinement dans l'élaboration de votre stratégie et à les faire participer au processus décisionnel. Car ne l'oubliez pas, ce sont eux, en grande partie, qui constituent votre force de communication.

« HUMANISER NOTRE COMMUNICATION »

JEANNE RENAULD



Carmen Engels,
Chef de service
Communication Corporate

PREMIER OPÉRATEUR DE SERVICES POSTAUX ET DE TÉLÉCOMMUNICATIONS DU PAYS, POST ATTACHE UNE IMPORTANCE PARTICULIÈRE À L'UTILISATION DE SES MÉDIAS SOCIAUX. LE GROUPE A MIS EN PLACE UN BLOG SPÉCIALISÉ, IMPLIQUANT UNE PARTIE DE SES COLLABORATEURS. CARMEN ENGELS, CHEF DE SERVICE COMMUNICATION CORPORATE, NOUS EXPLIQUE.

Depuis quelques années, POST Luxembourg est actif sur les réseaux sociaux. Quels sont les objectifs de cette présence ?

Il s'agit de positionner POST en tant que marque affinitaire sur ces nouveaux médias, d'y développer notre notoriété. Nous avons également la volonté de construire, séduire, fidéliser et engager une véritable communauté, à travers l'animation régulière de nos différents comptes. Notre page Facebook, qui regroupe quelque 19.000 fans, vise particulièrement le grand public. Notre compte LinkedIn (3.300 followers) est quant à lui dédié à une communauté professionnelle. Au mois de septembre, nous avons aussi ouvert un chat sur Viber. Enfin, nous avons développé depuis trois ans un blog spécialisé autour de l'ICT.

En quoi consiste ce blog ICT Experts Luxembourg ?

ICT Experts donne la parole à une trentaine de spécialistes du secteur travaillant chez POST. Régulièrement, ces experts offrent un éclairage sur les problématiques et enjeux ICT en entreprise : connectivité, Cloud, sécurité, ... Le visiteur peut retrouver une biographie de chaque auteur sur le site, les différents articles qu'il a rédigés ainsi que son profil LinkedIn. Le blog est complété par la publication d'un magazine portant le même nom.

Quelles sont les ambitions de ce projet auquel participent certains collaborateurs ?

Nous avons la volonté d'humaniser l'ICT, de nous adresser de manière pratique et compréhensible à notre clientèle professionnelle, principalement les grands comptes. Il s'agit également de nous donner une visibilité et une crédibilité dans cet univers qui n'est pas lié aux activités historiques du groupe. Nous souhaitons concrétiser ce que nous sommes capables de faire chez nos clients. Il s'agit d'un véritable échange entre, d'une part, l'équipe communication et marketing responsable du projet et, d'autre part, les différents experts. Chaque spécialiste ICT bénéficie d'un accompagnement dans la rédaction de son article, que ce soit pour une publication sur le blog ou dans le magazine. Et ensemble, les deux équipes réfléchissent aux thématiques à aborder.

Quels avantages retirez-vous du développement d'un tel média ?

Le blog contribue à construire notre réputation dans l'ICT. C'est aussi un très bon générateur de leads et une belle opportunité de développement business. Les collaborateurs, de leur côté, ressentent une grande fierté. Ils sont heureux de faire partie d'un groupe innovant et dynamique, qui leur donne la parole et reconnaît leur expertise. Ils n'hésitent pas à partager leurs articles, ce qui contribue à renforcer notre visibilité. Chez POST, le blog et, plus largement, les réseaux sociaux font partie d'une communication à 360°. Par exemple, nos experts ICT apparaissent dans des campagnes presse B2B, les articles qu'ils ont écrits sont relayés sur notre compte LinkedIn, ...

En quoi est-il essentiel pour vous d'impliquer les employés dans votre communication sur les réseaux sociaux ?

En impliquant les collaborateurs, on donne une réelle dimension humaine à l'entreprise. Mais toute cette communication doit se faire de manière maîtrisée, afin de garantir la confidentialité des informations et l'e-réputation de la société. C'est pourquoi nous avons mis en place une charte d'utilisation des réseaux sociaux à destination de tous nos collaborateurs. Parallèlement, la création et la publication des contenus, la modération et l'animation des réseaux sociaux et du blog sont uniquement réalisées par le département marketing. Cela nous permet de toujours respecter le ton défini et de préserver une totale harmonie dans notre communication, quel que soit le support.

Actu business

Médias



La Chambre Française de Commerce et d'Industrie a fêté ses 20 ans

Créée en 1997, la Chambre Française de Commerce et d'Industrie au Luxembourg (CFCI) a soufflé ses 20 bougies le 16 novembre dernier. Au Luxembourg, la CFCI accueille tous les dirigeants francophones. Son action s'articule autour de deux missions principales. Tout d'abord, être un point de rencontre pour les entreprises françaises qui souhaitent avoir de l'information sur le marché luxembourgeois, entamer des démarches dans le cadre d'une création d'entreprise, communiquer les procédures lors d'appels d'offres, de détachement salarial, renseigner sur les taux de TVA, facturation... et d'une façon plus générale, informer et orienter tout en travaillant en étroite collaboration avec ses partenaires locaux. Mais le rôle de la CFCI consiste également à dynamiser une communauté d'affaires francophone établie au Grand-Duché, au travers de différents événements qu'elle organise régulièrement (petit-déjeuner, déjeuner-conférence, soirée à thème...). Enfin, la Chambre participe également à la promotion des intérêts mutuels de ses membres, et sert de plate-forme pour ses différents contacts.

Start up



Luxair proposera des vols vers l'Islande en 2018

Luxair a annoncé la création d'une ligne directe en Luxembourg et Reykjavik à partir du printemps 2018. La compagnie aérienne luxembourgeoise proposera des vols vers la capitale islandaise à partir du 9 mai et jusqu'au 27 juin. D'une durée de 3h30, le vol décollera tous les mercredis à 12h30 depuis le Findel vers l'Islande, et à 15h (heure locale) de Reykjavik vers l'aéroport grand-ducale. La compagnie luxembourgeoise sera d'ailleurs la seule à proposer cette destination. Cette nouvelle est une aubaine pour le Findel, car l'Islande est devenue depuis quelques années, une destination de plus en plus prisée des touristes. Petite île située aux portes du cercle polaire, l'Islande est une terre sauvage offrant des panoramas à couper le souffle. Avec ses immensités volcaniques où tout n'est que cendres et poussières, cette terre restée encore très sauvage ne demande qu'à être découverte.

Rebirth



René Weise prend la direction de BRAM

À 36 ans, René Weise vient d'être nommé directeur de BRAM City Concorde. En 1999, il débute sa carrière chez Konen, il est alors apprenti. Il occupe ensuite plusieurs postes de vendeur à chef de rayon, avant de rejoindre le service achats chez BRAM, en 2009. Deux ans plus tard, il repart en Allemagne et devient chef de département chez KONEN et BRAM. « Après mon retour à Munich en 2011, l'idée de revenir un jour à Luxembourg m'est toujours restée en tête. La proximité entre les vendeurs et les clients chez BRAM m'a séduit d'emblée », explique René Weise, qui souhaite poursuivre sur cette même voie. Le nouveau responsable entend à présent étendre et optimiser la gamme de services offerts – et faire progresser BRAM vers un avenir prospère. Ou comme il le dit lui-même : « devenir l'adresse de référence en matière de vêtements et de mode, en mettant la barre de plus en plus haut afin d'améliorer en permanence nos services. »

SHARE DINING - EMMY WINEHOUSE - COCKTAIL CLUB

Poussez la porte d'un endroit unique qui propose la
rencontre entre l'influence ethnique et les codes de
l'élégance au service de votre palais.

naga-dining.lu

The background of the advertisement is a photograph of a restaurant interior. It features several square wooden tables and wicker chairs. A large window is covered with sheer white curtains. In the center, the word "NAGA" is written in a large, gold, serif font. Above the letters "A" and "G", there is a stylized gold logo consisting of two vertical lines and a central, flowing, flame-like or smoke-like shape.

NAGA

marc & max hobscheit
and friends

SUCCESSION; COMMENT PROTÉGER SES HÉRITIERS ?

LE PATRIMOINE EST SOUVENT LE RÉSULTAT DE NOMBREUSES ANNÉES DE LABEUR.
PLANIFIER SA SUCCESSION DE SON VIVANT PERMET DE LE PRÉSERVER
ET DE LE TRANSMETTRE DANS LES MEILLEURES CONDITIONS.

JEANNE RENAULD

Planifier la transmission de son patrimoine est une démarche intéressante à plusieurs points de vue, qui mérite d'être mûrement réfléchie. Elle permet en effet de réduire certains droits de succession aux héritiers, de limiter les démarches qu'ils auront à effectuer après le décès et d'empêcher ou, tout au moins, d'atténuer d'éventuelles querelles quant à la répartition des biens. En anticipant le moment de l'héritage, vous permettez également à vos enfants de profiter de votre patrimoine à l'âge où ils en ont sans doute le plus besoin. Dans cette optique, plusieurs solutions s'offrent à vous.

UN TESTAMENT, POUR TOUT PLANIFIER

La plus simple consiste à rédiger un testament. Il vous permet d'inscrire précisément ce que vous souhaitez léguer, à qui, ou encore de privilégier certaines personnes.

Si vous êtes mariée sous le régime de la communauté universelle, vous pouvez par exemple insérer une clause d'attribution au dernier survivant dans votre contrat de mariage afin de permettre à votre époux de bénéficier de vos biens, même après votre décès. L'ensemble des biens de votre couple sera alors confié à votre conjoint et vos enfants n'hériteront pas tant que leur père est vivant.

À noter toutefois que les descendants ne peuvent être déshérités. Une réserve légale leur est destinée. Le testament ne peut alors porter que sur la quotité disponible, autrement dit, vous ne pouvez disposer librement que d'une partie limitée de vos biens.

DES DONATIONS EN AMONT

Une seconde façon de planifier sa succession consiste à effectuer des donations. Une telle solution vous permet de transmettre vos avoirs à vos enfants, tout en les mettant à l'abri d'éventuelles dettes qu'ils devraient assumer à votre décès s'ils acceptent l'héritage.

Il s'agit, concrètement, de donner, de façon immédiate et irrévocable, une partie de votre patrimoine à une autre personne. Seules les donations entre époux, pendant le mariage, sont révocables. Toutes les donations réalisées de votre vivant seront prises en compte dans la répartition de la succession à votre décès.

La donation doit être actée devant un notaire, ce qui entraîne certains frais calculés en fonction de la valeur du bien et de la complexité du dossier. Néanmoins, pour certains types de biens, tels que de l'argent, des meubles, une voiture ou des bijoux, vous pouvez effectuer un don manuel, qui ne nécessite aucune formalité. Vous pouvez également procéder à une donation avec réserve d'usufruit. Cela signifie que vous conservez la jouissance du bien jusqu'à votre décès. À ces frais de notaire éventuels s'ajoutent les droits d'enregistrement. Leur pourcentage varie en fonction du lien de parenté existant entre le donateur et le donataire.

TRANSMETTRE SON CAPITAL VIA UNE ASSURANCE-VIE

Une troisième solution bien connue consiste à souscrire une assurance-vie, une formule d'épargne qui vous permet de vous constituer un capital petit à petit. Elle permet également de déterminer le ou les bénéficiaire(s) du contrat à votre décès. En outre, ce type d'assurance bénéficie d'un traitement fiscal favorable au Grand-Duché.

Dans le cas où vous choisissez de ne pas planifier votre succession, celle-ci s'établira selon l'ordre défini dans la loi luxembourgeoise. Ce sont les enfants et autres descendants qui héritent en premier lieu. Viennent ensuite le conjoint survivant, puis les frères et sœurs ainsi que le père et la mère, les ascendants autres (grands-parents, arrière-grands-parents...) et enfin, les collatéraux ordinaires (oncles, tantes, neveux, cousins...). Si aucun héritier ne peut être identifié, la succession va à l'État. Les droits de succession, quant à eux, fluctueront suivant le degré de parenté et l'importance des biens.



Semez.

En toute confiance.

ÉPARGNE RETRAITE

Grâce à la flexibilité et au rendement de nos solutions **d'épargne retraite**, vous semez maintenant pour récolter à votre retraite, tout en déduisant de vos impôts jusqu'à 3.200 € chaque année. Rendez-vous sur **fiscalite.foyer.lu** ou chez **votre agent Foyer**.



Einfach fir
lech do

Foyer.lu

Candidate's opportunities

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



Delval Anne-Claire

→ EMPLOI RECHERCHÉ

Assistante en Ressources Humaines

→ COMPÉTENCES

Anglais courant et bonnes notions de luxembourgeois et d'espagnol, très à l'aise en communication. Spécialiste de la gestion du stress et de la prévention de ses conséquences comme le burn-out ou la dépression

→ ATOUTS

Curieuse de tout, grand sens de l'engagement, du partage et capacité d'adaptation

Sensibilisée de longue date à la souffrance de l'autre, qu'elle soit psychique ou physique, je mets tout en œuvre pour prévenir les méfaits du stress, de l'épuisement professionnel et de la déprime. Mon objectif ? Contribuer à remettre de la joie de vivre, de l'enthousiasme au cœur des organisations et redynamiser leurs collaborateurs. J'ai à cœur d'accompagner votre entreprise dans la prévention des risques psycho-sociaux et la mise en place de bonnes pratiques.

Aimant un travail diversifié, polyvalent et flexible de par mon parcours professionnel dans différents domaines administratifs et commerciaux, je souhaite mettre à profit mes connaissances au service d'une nouvelle équipe. Je souhaite approfondir mon expérience dans le domaine administratif et commercial. Également intéressée à retrouver un emploi dans le milieu de la culture luxembourgeoise, afin d'acquérir de nouvelles expériences et de mettre au profit mes talents professionnels et privés.

Martins Katia

→ EMPLOI RECHERCHÉ

Secrétaire, employée de bureau, agente administrative, réceptionniste, secrétaire-comptable, gestionnaire de projets événementiels et culturels, chargée de production

→ COMPÉTENCES

Maîtrise des outils MS Office, traitement de texte, dactylographie, correspondance commerciale, notion de comptabilité. Langues parlées: français, allemand, luxembourgeois, anglais, portugais

→ ATOUTS

Volonté d'apprendre, motivé, calme, esprit d'équipe, autonome, flexible, naturel, orienté client



Villaume Iqetitia

→ EMPLOI RECHERCHÉ

Head of business transformation, Agile transformation Manager, Project Manager, Financial and Administrative Director, Senior Finance Manager, Chief Operating Officer

→ COMPÉTENCES

Transmutation of organizations and individuals. Sense of constructive dialogue, Problem solver with demonstrated accomplishments. Experienced in multi-cultural work environment. French, English

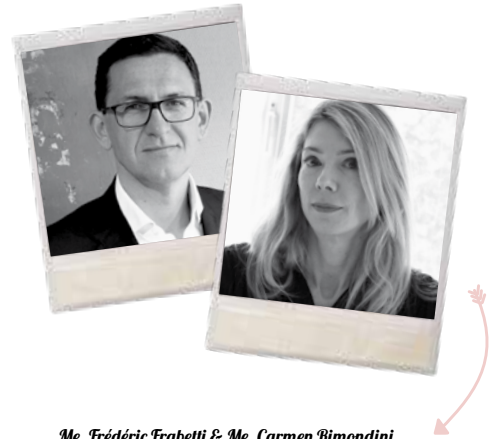
→ ATOUTS

Innovator, influencer. Ability to quickly adapt fast learner, collaborative and participatory leadership, strategic and organizational changes, Fast availability

Newly graduated, Executive MBA university Paris Dauphine and 10+ years' experience in the strategic and tactical leadership of financial functions. A proven success in managing people on site and offshore, operations and projects flawlessly while contributing to revenue-producing activities. A team player and lead-by-example change agent and advocate of empowerment and innovation. A versatile and cross-functional communicator with a keen understanding of clients' and business priorities. A professional able to see the big picture while staying on top of all the details, providing participatory leadership ensuring efficiency in process, control, profitability and stakeholder value. Strategic thinking, elaborate business model canvas and value proposition design, platform design toolkit, hands-on transformation, development, transfer and creation, support for organizational change. Operational excellence. Migration of information system and administration. Gaining competitive advantage in your industry starts by having the right individuals at the right place and at the right time within your organization.

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".

Trackers et caméras sur le lieu de travail



Me. Frédéric Trabetti & Me. Carmen Rimondini

Les employeurs sont parfois tentés d'installer des trackers-GPS sur les véhicules utilisés par leurs salariés ainsi que des caméras dans leurs entreprises. En premier lieu, il convient de préciser que l'installation de tels dispositifs nécessitent de solliciter et d'obtenir une autorisation de la Commission Nationale pour la Protection des Données (CNPD). Toute utilisation d'un tel système en l'absence d'autorisation afférente expose à des sanctions en plus de rendre les données légalement inutilisables ce qui est fondamental pour un employeur et permet également de protéger les salariés. Au regard des dispositions de l'article L.261-1 du Code du travail, les motivations légitimes permettant d'installer de tels dispositifs se limitent à certains motifs limitativement énoncés alors qu'il faut également respecter une proportionnalité entre le traitement des données récoltées par ces systèmes et la finalité de ceux-ci.

De fait, selon cet article, l'installation des dispositifs doit se justifier par l'une des raisons suivantes :

- Pour les besoins de sécurité et de santé des salariés,
- Pour les besoins de protection des biens de l'entreprise,
- Pour le contrôle du processus de production portant uniquement sur les machines,
- Pour le contrôle temporaire de production ou des prestations du salarié, lorsqu'une telle mesure est le seul moyen pour déterminer le salaire exact,
- Dans le cadre d'une organisation de travail selon des horaires mobiles.

En tout état de cause, il est légalement proscrié et donc interdit d'utiliser les données qui seraient récoltées par le tracker et les caméras comme un instrument de surveillance permanente destiné à organiser une filature du salarié :

- Pour contrôler les salariés en dehors des horaires de travail,
- Pour contrôler le respect des limitations de vitesse

Dans le cadre de la procédure de demande d'autorisation devant la CNPD, il convient de réunir les informations suivantes afin de pouvoir la mettre en place :

- Le nom et l'adresse du responsable du traitement des données et le cas échéant de son représentant,
- La condition de légitimité du traitement,
- La ou les finalités du traitement,
- L'origine des données,
- La description détaillée des données ou catégories de données ainsi que des traitements envisagés,
- La description de la ou des catégories de personnes concernées,
- Les destinataires ou les catégories de destinataires auxquels les données, sont susceptibles d'être communiquées,
- Les pays tiers à destination desquels des transferts de données sont envisagés,
- Une description détaillée du système

En effet, il s'avère que la CNPD devra disposer des prédicts renseignements afin de pouvoir apprécier la légitimité et la proportionnalité des dispositifs qui sont susceptibles d'être installés.

Il est donc nécessaire de transmettre une demande aux fins d'obtention de l'autorisation auprès de la CNPD accompagnée de l'ensemble des données techniques des systèmes à installer et des modalités de gestion et de conservation et utilisation des données recueillies.

Save
the date

Danse

Ciné
Concert



LES TRIPLETTES DE BELLEVILLE

Un garçon tenace, sa grand-mère fantasque, qui tient tête à la mafia, et un chien un peu à part: passant du comique au tragique en quelques coups de pédale, telle est l'histoire rocambolesque des Triplettes de Belleville avec ses trois héros qui, malgré eux, se retrouvent pris dans une fascinante et réjouissante aventure. Laissez-vous entraîner par ces personnages sympathiques et la musique à nulle autre pareille qui sera à Luxembourg par le Terrible Orchestre de Belleville, auteur de la bande originale du film d'animation nominé aux Oscars. Plaisir garanti pour tous, jeunes et moins jeunes.

Le 2 décembre à la Philharmonie
→ www.philharmonie.lu



THE ROYAL BALLET - CASSE-NOISETTE

La production quasi insurpassable de Peter Wright pour The Royal Ballet figure parmi les versions les plus intemporelles et enchanteresses de Casse-Noisette. Avec ses décors festifs, ses flocons de neige qui dansent et toute la féerie de sa scénographie, le ballet monté par Lev Ivanov en 1892 est devenu le divertissement de Noël par excellence, et la musique somptueuse et sucrée de Tchaïkovski est la plus reconnaissable de toutes les partitions de ballet. Librement inspiré du récit de E.T.A. Hoffmann, le ballet débute par une fête de Noël pleine d'entrain dont le décor victorien est reproduit avec opulence et dans ses moindres détails par les créations visuelles de Julia Trevelyan Oman. La chorégraphie de Wright incorpore avec ingéniosité des fragments du matériau du ballet original qui nous sont parvenus, comme le sublime pas de deux de la Fée Dragée et de son Prince. Toutefois, en mettant l'accent sur la relation entre Clara et son prince Casse-Noisette, cette production ajoute aussi le filigrane touchant d'un premier amour.

Le 5 décembre au Centre National
de l'Audiotvisuel
→ www.cna.public.lu

Concert



JASPER STEVERLINCK

Jasper Steverlinck, c'est avant tout la voix du groupe Arid depuis le début des années 2000. En 2004, après deux albums-événements (Little things of venom en 2000 et All is quiet now en 2002), il entame une carrière solo. Songs of innocence, son premier album, se vendra à plus de 50 000 exemplaires ! 13 ans plus tard, Jasper Steverlinck est enfin de retour. Jasper Steverlinck, nouvel album du Gantois, sortira cet automne et précédera une grande tournée européenne. Dès l'écoute du single That's not how dreams are made, les bases sont posées : un piano, des arrangements minimalistes et une voix d'une pureté absolue ! Sur scène cet hiver, attendez-vous à ressentir les mêmes émotions ; l'artiste se présentant, en effet, dans une configuration des plus intimistes !

Le 8 décembre à la Kulturfabrik
→ www.kulturfabrik.lu

Spectacle



LA TROUPE DU JAMEL COMEDY CLUB

Déjà 10 ans d'existence pour la mythique Troupe du Jamel Comedy Club ! Le spectacle du JCC fonctionne toujours sur la même mécanique : des artistes de stand-up enchainant sur scène, vannes, sketches et happenings. La force et l'unicité du label reposent sur sa qualité artistique permettant d'offrir un spectacle de même envergure, quelle que soit la distribution proposée. Cette fois encore, la Troupe du Jamel Comedy Club nous offrira un nouvel éventail d'artistes qui surprennent par leur énergie et leur univers différents.

Le 9 décembre à la Rockhal

→ www.rockhal.lu

*Concert
After-work*



PARSONS POP QUARTETT

Claire Parsons, née en 1993, est une chanteuse de jazz luxembourgeoise d'origine anglaise. Elle a fait ses études de chant au Conservatoire Royal de Bruxelles avec le chanteur de jazz internationalement réputé, David Linx. Elle compose et joue dans de multiples groupes de jazz et de pop comme le Claire Parsons Quartett, Tadpole Evolution, Aishinka, Them Lights etc.

Le 8 décembre à la Villa Vauban

→ www.villavauban.lu

Concert



JULIETTE ARMANET

Cette Juliette n'est pas accompagnée de son Roméo, mais belle et bien de son piano avec qui elle nous livre un premier album planant. Juliette Armanet est celle qui aurait pu écrire pour Véronique Sanson, Voulzy ou encore Souchon, mais c'est surtout celle qui a réussi à réhabiliter le français comme langue qui sonne, comme langue ou les mots prennent le dessus sur le contenu. « Petite Amie » est un album où l'on chante l'amour en solitaire sur un air de mélancolie solaire, un manque d'amour raconté par cette ancienne journaliste d'Arte des temps modernes. Un mix des années 80 et des années 70 incarné par une plume de poids qui assume l'héritage de la variété française.

Le 13 décembre à la Rockhal

→ www.rockhal.lu

Théâtre



NINA C'EST AUTRE CHOSE

Sébastien et Charles sont deux frères célibataires dans la quarantaine. Leur mère est morte, ils habitent ensemble. Dans la maison de famille, leur vie est bien réglée jusqu'à ce que Charles introduise Nina dans leur vie commune. Du haut de ses vingt-quatre ans, la nouvelle venue pose un regard spontané sur tout. Entre libération et gêne, la fratrie ne sait plus trop sur quel pied danser. Mêlant traits d'humour, élans de sensualité et moments culinaires, cette pièce de Michel Vinaver multiplie les situations cocasses tout en laissant entrevoir des profondeurs insoupçonnées. Pour donner vie à ce texte allègre et subtil, le metteur en scène Florent Siaud a choisi un dispositif poétique conjuguant la chaleur de l'orange à l'opalescence de murs translucides. Tout cela prend vie sur les rythmes chaloupés d'un tango interprété en direct par un duo. Dans notre présent inquiet et hanté par la peur de l'autre, cette petite utopie à trois acteurs et deux musiciens devient un éloge mélancolique du désir qui brûle, de la lumière qui répare et de la réinvention de soi. Le projet est en lui-même une belle rencontre: il réunit des Québécois, des Français et... une Luxembourgeoise, Eugénie Anselin.

Les 8, 12 et 13 décembre au Théâtre des Capucins

→ www.theatre.lu

Danse



ROMANCES INCIERTOS, UN AUTRE ORLANDO

Il y a des références qui s'imposent comme une évidence. Celle qu'a choisi François Chaignaud pour le sous-titre de son *Romances Inciertos* en est une. Un autre Orlando : qui d'autre pouvait, avec plus de légitimité, convoquer cette figure romanesque que Virginia Woolf a précisément créé pour explorer le rapport entre les sexes à travers le temps et les sociétés ? Qu'il s'agisse de ses travaux personnels ou de sa collaboration au long cours avec Cecilia Bengolea, François Chaignaud est un peintre des fluctuations de l'être, un artiste en recherche permanente de la transcendance des corps au-delà des sexes. Dans cette toute nouvelle création, c'est au musicien Nino Laisné qu'il s'est allié afin de questionner à nouveau l'ambiguïté des identités, cette fois à travers le voyage de récits traditionnels espagnols faisant la part belle au travestissement, à des personnages ayant prétendu être autres pour s'extraire d'une condition qui leur était dévolue.

Le 15 décembre à l'Arsenal (Metz)

→ www.arsenal-metz.fr

Théâtre musical



EVITA

Evita : un magnifique cadeau pour les fêtes de fin d'année, une excellente soirée à partager en famille ou avec des amis. Evita, c'est l'histoire d'Eva Perón, l'épouse de l'ancien dictateur argentin Juan Perón. La comédie musicale suit le parcours d'Eva depuis ses humbles débuts jusqu'à cette richesse, ce pouvoir et ce statut iconique extraordinaires qui ont fait qu'elle a pu être considérée par les Argentins comme le « chef spirituel de la nation ». Jusqu'à la sainteté ? Avec plus de 20 récompenses majeures à son actif, dont la version cinématographique primée par les Oscars avec Madonna et Antonio Banderas, avec l'un des rôles les plus convoités dans le théâtre musical, avec quelques-unes des chansons les plus emblématiques de ce théâtre musical - Don't cry for me Argentina, par exemple - cette production promet vraiment d'être l'événement bienvenu de la fin de l'année au Grand Théâtre.

À voir du 19 au 31 décembre au Grand Théâtre

→ www.theatres.lu

VOCAL JAZZ – FOLK & POP
CLASSICAL MUSIC – BEATBOXING
CONCERTS – WORKSHOPS



25 – 28/01/2018

ACAPELLA

FESTIVAL AUTOUR DE LA VOIX

FORK (FI) – BEATVOX (UK) – ENSEMBLE AMARCORD (DE)
HUMANOPHONES (FR) – ÅKERVINDA (SE/DK)
ENSEMBLE VOCAL DU LUXEMBOURG – SJAELLA (DE)
MAZE VOICES (NL) – CANTOLX ACADEMIE (LU)
CRUSH? (LU) – CHŒUR ROBERT SCHUMAN (LU/DE/BE/FR)
& SINGING ROADSHOW

INFOS & TICKETS SUR WWW.ACAPELLA.LU

Ettelbrück
ALLIANCE MUSIC



LE GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Culture



inecc
LUXEMBOURG

radio
100.7

RIL



CENTRE
DES ARTS
PLURIELS
ETTELBRÜCK

INFOS & RÉSERVATIONS
2681 2681
WWW.CAPE.LU



Noël chez Ladurée



New

*Pour les fêtes de fin d'année
personnalisez vos macarons!*

7, rue des Capucins L-1313 Luxembourg
Tél.: 28 26 13 06

Gilles Gardula, POUR UN DESIGN CIRCULAIRE

FERVENT DÉFENSEUR D'UN DESIGN DIT «CIRCULAIRE», CELUI QUI PLACE L'ÉCOLOGIE, LA LONGÉVITÉ ET LE LOCAL AU CŒUR DE LA CRÉATION D'UN PRODUIT, GILLES GARDULA PARTAGE DES IDÉES EN PHASE AVEC LES INNOVATIONS MODERNES ET CE À QUOI LE MONDE SE PRÉPARE À RESSEMBLER.

GODEFROY GORDET



©Dany Francisco

Gilles Gardula grandit au Luxembourg fasciné par un père à la tête d'une entreprise de constructions métalliques, ancrée dans la tradition métallurgique luxembourgeoise. «Depuis que je suis tout petit, je suis dans un atelier». Il grandit «là-dedans», mettant la main à la patte dans les ateliers de son père, c'est donc naturellement qu'il se dirige vers une activité qui lui permettrait de lier artisanat et créativité. «Je voulais créer des choses, vivre des choses, faire bouger les choses et c'est ce que je tente de faire depuis.»

Après son Baccalauréat, il se dirige d'abord vers l'architecture. Peu familier avec le terme «design», ce n'est qu'à sa première visite de la Cambre qu'il comprend que c'est réellement là que se posent ses affections. «Le design industriel est pour moi très proche de l'homme. L'homme est une bête qui a appris à se construire des outils et le design est dans ce sens fondamentalement humain.»

Il étudie le design industriel à l'ENSAV La Cambre de Bruxelles pendant 5 ans, «l'une des plus belles expériences de ma vie», mais aussi une expérience qui forge son style et ses idéaux. À l'image de sa première pièce Fruit Fan, devenue il y a trois ans l'un des cadeaux officiels de la présidence luxembourgeoise. Une corbeille de fruits en métal qu'il définit comme un «objet identitaire qui représente l'identité de la société ou de l'environnement d'où il vient cette création est aussi une belle première approche d'un design industriel pur, «du faisable en 5 minutes, fabriqué en partie industriellement et artisanalement. Ce qui nous permet de vendre un produit local à un prix compétitif.» Une démarche sociale, influencée par le Bauhaus, pour un design simplifié qui devient accessible à un plus grand nombre de personnes, «c'est comme ça que je suis tombé dans le design».

En 2010, il réalise Empty Wall, un agrée de cirque, unique élément

scénographique d'une pièce de l'école supérieure des arts du cirque. Le premier objet de cirque qui a été acquis par le Fonds national d'art contemporain de Paris qui loge cette pièce dans ses archives, «j'ai voulu amener le design dans le monde du cirque contemporain. En développant l'agrée comme un objet de design, je me suis concentré sur l'ergonomie, le poids, la transportabilité, l'esthétique, ces choses qui facilitent la création de la pièce. Le but était de pouvoir ramener le monde du cirque au stade du musée.»

Il reviendra d'ailleurs au cirque avec HOM(M) en collaboration avec Loïc Faure, une pièce qui fait elle aussi le lien entre design industriel et le cirque contemporain, «un objet dessiné répond à des contraintes et à des fonctionnalités qui ont été étudiées en amont. Dans le cirque, c'est pareil sauf que l'objet n'est pas utilisé pour sa fonction première, tu le confies aux Circassiens qui vont créer quelque chose avec cet objet. C'est de la magie pour moi...» Et finalement, donner vie à un objet c'est un peu l'essence même du design. De sa corbeille de fruits fruitfan (2007), à son portemanteau movin-g (2008) en passant par sa lampe Lenia (2010), l'applique lightfan (2012), le plateau Piatto, ses pieds de table Tria (2013), ou son set de couverts OBLIQUE (2013), autour de ses pièces se décline un style sobre, épuré, fonctionnel, des objets répondant aux problématiques de ce qu'il définit comme un «design circulaire». C'est dans ce sens qu'en 2012, pour son projet de fin d'études, il crée Gos. Une plaque de cuisson en fonte, alliant technique de point avec artisanat de pointe... Avec ce concept, il tend à contrer les méthodes d'obsolescence programmée qui submerge nos marchés, mais aussi s'installer dans le local, «je voulais développer un produit proche du Luxembourg. On est vraiment dans la thématique du Nation Branding, 4 ans avant la mouvance». Pour Gos, il travaille avec la fonderie Massard, l'une

des plus vieilles du Luxembourg, créée par les frères Henri et Jean Massard en 1873, valorisant ainsi l'artisanat local, «je voulais montrer que cet artisanat est beau, et incroyablement impressionnant». La fonte est un matériau noble pour la cuisine, il emmagasine la chaleur, un peu comme un aimant, «Gos est une plaque de cuisson contemporaine, dans l'air du temps, qui mélange les façons de cuisiner tout en économisant de l'énergie». En 2013, le produit évolue... Contraint par la terminologie de ce qu'est l'innovation, Gos connaît une version 2.0. «un organisme qui soutient l'innovation ici au Luxembourg, n'a pas soutenu mon projet, le design ne faisant pas forcément partie de l'innovation au sens strict pour eux». Motivé par l'idée de valoriser son produit ici au Luxembourg, et de ne pas le vendre à l'étranger, Gilles Gardula développe une version portable, «j'ai développé une sorte de plancha. Quelque chose qui n'existait pas encore ici au Luxembourg. Actuellement j'en développe une nouvelle, tant ce matériau me passionne.»

En 2013, Gilles Gardula fonde son studio Gdesign dans l'idée de rester indépendant et garder ses valeurs intactes, «j'ai eu une offre de Tupperware, mais ça ne m'intéressait pas. J'ai créé Gdesign parce que je pense qu'on a tous une responsabilité par rapport au produit qu'on dessine.» Pour lui, les designers, au même titre que les avocats, devraient être soumis au serment, «le designer a une responsabilité qui le force à contribuer à la sauvegarde la planète et non à la détruire». C'est en ce sens qu'il crée des produits au local, écologiques, circulaires, «un vrai défi ici au Luxembourg», précise le designer. Dans ce sens pour expliquer son processus de création, le Luxembourgeois explique que l'association de «la réflexion, du savoir-faire et de la passion est le moyen d'accès au design». Une façon de coupler l'ensemble des idées et influences qui transitent en amont de la création d'un projet, «un objet répond à des contraintes esthétique, fonctionnelle, social, économique... Plus il en existe, plus ça devient clair pour moi». Un créateur, comme on s'autorise à le définir, mais pas un artiste, «l'art pour moi fait partie d'une expression de soi même. Mes objets, je les dessine pour



les autres, l'égo n'y est pas présent, je réponds au besoin des autres». Pourtant, sans se sentir artiste il est intervenu dans le cadre de la biennale Design City en 2014 pour laquelle il a participé à l'exposition Never for Money, Always for Love initié par Anna Loporcaro et Bruno Carvalho. Désireux d'accentuer son empreinte au sein d'un design industriel moderne et circulaire, il crée OCO - Eyewear et est récompensé en 2015, lors de la première édition de Luxembourg Design Award, pour ce concept, «c'est le premier objet que j'ai créé avec un plastique recyclable et via impression 3D». Gilles Gardula utilise l'impression 3D depuis 10 ans et c'est pour lui la technologie du futur et l'outil par défaut de tout designer et entreprise, «pour moi la meilleure utilisation de l'impression 3D c'est de créer des produits sur mesure». Avec le OCO, il ne crée pas seulement de nouvelles lunettes, mais améliore le concept de base, «pour moi, le design industriel force à trouver des ruses pour développer des produits intègres et efficaces». Adeptes d'un design de l'innovation à travers «des solutions plus que par de la décoration», Gilles Gardula trouve néanmoins ses influences dans nos racines, tout en inscrivant sa pratique dans le futur, «l'impression 3D me permet d'aller très vite. Je réalise des maquettes et ça me permet d'avoir une tangibilité dans l'objet et de faire des essais».

Sensible aujourd'hui au problème d'obsolescence programmée ses prochains projets se dirigent d'ailleurs vers une façon de palier à cette tendance, «l'informatique est basée sur l'assemblable, le désassemblable et le remplaçable. Plus l'objet est hyper intégré,

plus on ne peut le réparer. Du coup, tous les 3 ans, tu changes d'ordinateur... J'ai voulu voir comment pallier à ça. Avec un ami Chong Chen, on s'est dit qu'on allait intégrer un ordinateur totalement réparable dans le tiroir d'un bureau. C'est une solution qui n'existe pas encore. On a donc développé un bureau au design des années 60 à l'aspect léger et flottant, qui intègre un ordinateur performant». Ainsi, ses maîtres mots sont écologie, longévité et local, un choix qu'il fait pour lui, sa famille, mais aussi les générations futures, celles qu'il a dans ses cours chaque jour, «on ne va pas pouvoir se cacher éternellement derrière des solutions qui ne sont pas viables. J'espère que l'approche que je développe va devenir une norme.»

Aujourd'hui, marié et papa, Gilles Gardula a installé son studio Gdesign à Ehlerange dans le sud du Luxembourg. En parallèle, il enseigne le design industriel et le graphisme au Lycée des Arts et Métiers, une formation qu'il a corédigée et qui le stimule énormément, «j'ai la possibilité de rendre quelque chose aux jeunes d'aujourd'hui, là par exemple je viens de lancer un projet de design au Rwanda avec eux». Alors, c'est assez logiquement que sa vision du design industriel a évolué... Initiateur de In-progress, dans le cadre de Design City 2014 & 2016 et des DDay's Paris 2015, il a réuni dix créateurs indépendants autour de l'innovation par le design. Ces rendez-vous de rencontres et d'échanges sont essentiels pour lui, «je voulais partager mes contacts et collaborateurs. Dans le design il y a une certaine habitude à travailler seul dans son coin. Je suis convaincu que la scène luxembourgeoise du design peut s'installer dans le partage.»



CYCLORAMA / - CYCLORAMA

Le 12 décembre, Rock Alternatif Luxembourgeois

Projet Space-rock initié par Sébastien Laas, Cyclorama / est né en 2007 bercé par des influences comme My Bloody Valentine, Jesus & Mary Chain, Joy Division ou The Velvet Underground. Rejoint par Pit Reyland en 2009 à la batterie et aux percussions, le musicien luxembourgeois confirme ainsi les vives influences shoegaze qui s'installent dans sa musique. Quelques années après son brillant Astral Bender (2014), Cyclorama / prolonge sa belle aventure musicale avec cet album éponyme. 11 titres puissants viennent agencer ce disque généreux fait tout en riff, en reverb', et en beats hypnotiques. Présenté comme son album le plus abouti, Cyclorama couple en instrumental des structures sonores diverses, tenues par «des guitares vintage et des tambours organiques». Le groupe fêtera la sortie de cet album aux Rotondes le 15 décembre, en compagnie du duo électro analogique KOMPARCE. Un concert à ne pas manquer !



BJÖRK - UTOPIA

Déjà disponible, Expérimental

Impossible de résumer la carrière hors norme de l'Islandaise, passé du groupe rock alternatif The Sugarcubes au statut de star interplanétaire et de génie artistique. *Utopia* ouvre à nouveau les portes du monde halluciné que nous offre Björk depuis plus de 3 décennies. Björk nous transporte en apesanteur livrant, par la même, un flot d'allégresse. Positif et rêveur, ce 9^{ème} album parle d'une utopie, un rêve devenu réalité, dans lequel s'installe cette nouvelle histoire dans laquelle l'artiste renaît en créature, à l'image d'un artwork fascinant qui orne la cover du disque, réalisée par Jesse Kanda, James Merry et Hungry. Produit entre Reykjavik et New York, avec un orchestre de treize flûtistes et en collaboration avec le compositeur Vénézuélien Arca (qui signe cinq titres), Utopia nous embarque dans un voyage au plus lointain des pays imaginaire.



S.H.I.Z.U.K.A. - ILLUSION

Le 31 décembre, Electro Ambient

Métallique et étrange, avec Illusion Antony Dokhac envoie notre esprit dans une dimension qu'il a lui-même créée de toutes pièces. S.H.I.Z.U.K.A. on le rappelle est un jeune compositeur et producteur français, signé sur le label messin Chez.Kito.Kat Records. Installé à Metz, il évolue sur la scène électronique internationale depuis 2003. De la France au Japon le jeune musicien a déjà fait voyager sa musique devant différents publics, des plus exigeants et souvent comblés. En bref, S.H.I.Z.U.K.A. s'écoute attentivement, sincèrement, en remuant la tête et les épaules. En sortie imminente pour cette fin d'année, ce cinquième album dévoile une part plus nerveuse de l'électronica abstraite que dépeint S.H.I.Z.U.K.A. Un univers toujours aussi dark, aux sonorités robotiques, voire inconnues, trempées d'influences complexes allant de Autechre à Aphex Twin. Un régal.



U2 - SONGS OF EXPERIENCE

Le 1^{er} décembre, Rock

Songs of Experience relance l'immense projet rock du groupe irlandais formé il y a 42 ans à Dublin. Profondément imprégné par le choc des présidentielles américaines de 2016 et les conséquences de cette première année de présidence «Trumpiale», Songs of Experience est aussi un détour poétique influencé par le poète contemporain Brendan Kennelly. Le disque aligne ainsi des compositions autour de textes imaginés par Bono comme des lettres intimes, adressées à ses proches, sa famille, ou les fans du groupe... Politique, ironie, colère et poésie enrobent cet album météore à la destinée triomphale.

Coup de cœur

— FRANÇOISE DORNER —



Françoise Dorner, comédienne et auteur dramatique, a signé trois pièces, *L'Hirondelle*, *Le Parfum de Jeannette* (prix de l'Académie française) et *Bonheur parfait*. Scénariste, elle a écrit pour Marianne Sägebrecht deux téléfilms : *Une femme sur mesure* et *La secrétaire du Père Noël*. Romancière, elle a publié *La Fille du rang derrière*, Goncourt du premier roman 2004, *La Douceur assassine*, *Magic retouches*, *Tartelettes, jarretelles et bigorneaux* (prix Nimier 2011 et *Quelque chose de lui* en 2014.



JE ME SUICIDE ET JE REVIENS

« Je sentais la pointe du crayon repérer les marques du temps, des épreuves, du chagrin... Un homme était en train d'écrire sur moi. De travailler sur ma peau. De marquer son territoire... » Avec son acuité bouleversante et son humour décapant, la romancière de *La Fille du rang derrière* (prix Goncourt du Premier roman) et de *Tartelettes, jarretelles et bigorneaux* (prix Roger Nimier) nous raconte comment une femme toute simple, en décidant de se métamorphoser, va bousculer le destin d'un grand médecin esthétique qui se croyait intouchable.

→ **Françoise Dorner - Albin Michel**



L'AUTRE HÉRITIÈRE

France, années 30, Rachel abandonne en hâte son poste de gouvernante, pour rejoindre sa mère souffrante, mais lorsqu'elle arrive en Angleterre, sa mère a déjà succombé à la maladie. Sous l'oreiller de la défunte, elle découvre une coupure de presse qui bouscule ses certitudes : son père qu'elle croyait décédé est bel et bien en vie. Et, surtout, il a une autre fille. En quête d'explications, la jeune femme part pour Oxford, chez son parrain, et y fait la connaissance de Simon de Montfort, aristocrate et journaliste mondain. Ensemble, ils échafaudent un plan pour approcher son père : Rachel devient la pétillante Vera Merton, une cousine éloignée de Simon. Il l'introduit dans l'aristocratie londonienne ; quant à elle, elle lui fournit de quoi alimenter sa chronique. Un échange de bons procédés qui n'est pas sans risque. Rachel découvre vite le monde qui se cache sous ce vernis trop brillant.

→ **Lauren Willig - Editions Belfond**



LA DISPARUE DE NOËL

Emma le sait, il est des passés qui ne s'oublient pas. Mariée à David, directeur de banque à Manchester, et maman d'un petit Ollie âgé de dix-huit mois, elle a appris à vivre avec la douloureuse histoire de son époux. Six ans plus tôt, à la veille de Noël, il a perdu sa première femme, tuée dans un accident de voiture, mais aussi sa fille Natasha, inexplicablement disparue alors qu'elle se trouvait sur le siège arrière. Le monde d'Emma se fissure lorsqu'une jeune fille apparaît un jour dans sa cuisine. Natasha. Alors que David est fou de joie, Emma, elle, s'interroge : où était-elle passée toutes ces années ? Comment l'intégrer dans leur vie ? Et pourquoi ce sentiment que l'adolescente pourrait représenter une menace pour elle et son bébé ? Que cache la disparue de Noël ?

→ **Rachel Abbott - Le Cercle Belfond**



SANTA & CIE

— Comédie française d'Alain Chabat
Avec Alain Chabat, Audrey Tautou, Bruno Sanches...

Rien ne va plus à l'approche du réveillon : les 92 000 lutins chargés de fabriquer les cadeaux des enfants tombent tous malades en même temps ! C'est un coup dur pour Santa (Claus), plus connu sous le nom de père Noël... Il n'a pas le choix : il doit se rendre d'urgence sur Terre avec ses rennes pour chercher un remède. À son arrivée, il devra trouver des alliés pour l'aider à sauver la magie de Noël. Alain Chabat est irrésistible dans ce rôle de père Noël grognon. Audrey Tautou campe de son côté une mère Noël un brin autoritaire et Pio Marmai est l'avocat chargé de sortir le père Noël du pétrin. Avec Santa & Cie, Alain Chabat revisite à sa façon, la tradition américaine de la comédie familiale des fêtes de fin d'année.

Date de sortie : le 6 décembre



SUBURBICON

— Drame américain de George Clooney
Avec Matt Damon, Julianne Moore, Oscar Isaac, Josh Brolin...

Suburbicon est une paisible petite ville résidentielle aux maisons abordables et aux pelouses impeccablement entretenues, l'endroit parfait pour une vie de famille. Durant l'été 1959, tous les résidents semblent vivre leur rêve américain dans cette parcelle de paradis. Pourtant, sous cette apparente tranquillité, entre les murs de ces pavillons, se cache une réalité tout autre faite de mensonge, de trahison, de duperie et de violence... Toute l'intelligence du film repose dans le paradoxe d'imaginer une entreprise criminelle loin de tous soupçons alors que, à quelques mètres de là, le voisinage accuse une minorité innocente de tous les maux.

Date de sortie : le 6 décembre



WONDERSTRUCK

— Drame américain de Todd Haynes
Avec Julianne Moore, Oakes Fegley, Michelle Williams...

Un garçon, Ben, aspire à retrouver le père qu'il n'a jamais connu. Une fillette, Rose, rêve d'une mystérieuse actrice dont elle consigne scrupuleusement la vie dans un album. Alors que Ben découvre un indice intrigant dans la chambre de sa mère, et que Rose lit un matin un titre séduisant dans le journal, les deux enfants décident de partir à la recherche de ces êtres qui leur manquent. Todd Haynes rend ici hommage à toutes les expressions cinématographiques dans Wonderstruck (titre original bien plus évocateur signifiant plus ou moins « abasourdi »), des formes les plus expérimentales au cinéma des origines. Véritable oeuvre baroque, elle parvient malgré tout à rester étonnamment cohérente, et légère comme une plume.

Date de sortie : le 20 décembre



WONDER

— Drame américain de Stephen Chbosky
Avec Julia Roberts, Owen Wilson, Jacob Tremblay...

August Pullman est un petit garçon né avec une malformation du visage qui l'a empêché jusqu'à présent d'aller normalement à l'école. Aujourd'hui, il rentre en CM2 à l'école de son quartier. C'est le début d'une aventure humaine hors du commun. Chacun, dans sa famille, parmi ses nouveaux camarades de classe, et dans la ville tout entière, va être confronté à ses propres limites, à sa générosité de coeur ou à son étroitesse d'esprit. L'aventure d'August finira par unir les gens autour de lui.

Date de sortie : le 27 décembre

ONLINE

SARAH BRAUN

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



CES CHÂTAIGNES, J'EN FAIS QUOI?

On raffole de les déguster, encore bouillants, dans un petit cornet de papier sur le marché de Noël. Mais les châtaignes se marient aussi bien à une multitude d'autres ingrédients et donnent un petit air de fête à vos plats.

→ Food / Astuces

LES PLUS BEAUX ROUGES DE LA SAISON

La bouche écarlate sévit encore cette saison. Mat ou glossy? Rouge vermillon pour pourpre gothique? Passage en revue des tendances pour illuminer votre teint cet hiver.

→ Style / Beauté



© Yves Saint Laurent

CHRISTMAS SHOPPING: 20 IDÉES À MOINS DE 50 EUROS

Plus une minute à perdre, Noël, c'est dans 24 jours. Budget serré, petit cadeau de dernière minute – à offrir ou à s'offrir – notre sélection petit budget qui fera plaisir à votre banquier.

→ Style



ON VEUT DE LA BÛCHE

Franchement, un réveillon sans bûche? C'est un peu comme un sapin sans boules. Aucun intérêt. Ça tombe bien, elle signe son grand retour cette année, allégée et sublimée pour le plus grand plaisir de nos papilles.

→ Food / Astuces



NO MAKE-UP!

Mouvement lancé par Alicia Keys, le no make-up a le vent en poupe. Si le visage nu sied bien à l'été, notre teint blafard et nos traits fatigués de décembre se prêtent assez peu à cet exercice de style. Comment camoufler ses petits défauts pour un visage (faussement) exempt de tout fard? Découvrez toutes nos astuces.

→ Style / Beauté

LES FÊTES EN VERSION LÉGÈRE

Pour éviter de voir la balance vous accuser d'avoir eu la main un peu lourde sur les chocolats et le foie gras le 26 décembre, découvrez toutes les astuces pour traverser la période des fêtes sans prendre un gramme. (Apprêtez-vous à découvrir les vertus insoupçonnées du champagne!)

→ Style / Healthy



LES PLUS JOLIS DESSERTS DE NOËL DU LUXEMBOURG

Que vous réservent les pâtisseries de Grand-Duché pour les fêtes 2017? Bûches, chocolats et autres douceurs... Découvrez les créations qui nous ont tapé dans l'œil.

→ Food / Luxembourg



Le Tram arrive en ville

Après des mois de travaux, le tramway va (enfin !) devenir réalité. Le 10 décembre sonnera l'heure de son premier trajet avec passagers et il sera enfin possible d'emprunter la ligne Luxexpo-Pont Rouge. L'un des plus grands atouts du tram est sans aucun doute sa capacité de transport : avec une longueur de 45 mètres, chaque rame pourra accueillir jusqu'à 450 personnes. Avec une fréquence de passage toutes les 3 à 6 minutes, il sera en mesure de transporter jusqu'à 10 000 personnes par heure et par sens. Il permettra d'emmener les voyageurs vers une ville plus verte : fonctionnant uniquement à l'électricité, il ne rejette ni polluants, ni particules fines dans l'atmosphère, et cela sur la totalité de son trajet.

→ www.luxtram.lu

Zen&Sens : votre nouveau repaire beauté !

Idéalement situé route d'Arlon, juste en face du parking du Stade Josy Barthel, Zen&Sens vient d'ouvrir ses portes. Cocon de bien-être et de sérénité, l'institut est né de la passion de Loredana, Laetitia, Gaëlle et Christelle qui toutes n'ont qu'une envie : mettre leur passion et leur savoir-faire au service de votre beauté. Pour ce faire, elles ont choisi de travailler avec des marques innovantes comme Alessandro et Gelish pour l'onglerie, Payot pour les soins visage et corps ou encore Nee Make-Up by Milano pour le maquillage. Avides d'offrir toujours plus à leurs clientes, elles viennent d'ajouter les extensions de cils à leurs prestations, et se préparent à vous surprendre encore et encore. Suivez-les sur Facebook pour être au courant de toutes leurs actualités et promotions !

→ **Zen&Sens, 72 route d'Arlon, Luxembourg,**
Tél. : 26 25 99 75, www.zenetsens.lu



La Maroquinerie du Passage : un pop-up store à Ettelbruck

Depuis 1931, date de sa création, La Maroquinerie du Passage a su imposer sa différence par son sérieux et son avant-garde. Rien d'étonnant donc à ce que la maison fasse partie du cercle très fermé des « Fournisseurs de la Cour ». Cet hiver, l'entreprise familiale prendra ses quartiers dans le nord du pays, en ouvrant un pop-up store, du 24 novembre au 24 décembre 2017, dans la zone piétonne d'Ettelbruck. « Nous allons surtout travailler avec des palettes et briques pour créer un chic industriel », explique Carole Muller. Comme dans tous les points de vente de La Maroquinerie du Passage, une attention toute particulière sera portée au service client, l'une des raisons du merveilleux succès de la maison.

→ **31, Grand Rue, Ettelbruck, du mardi au samedi de 10h à 18h,**
www.lamaroquinerie.lu



©Coach

French Academy : apprendre avec plaisir

Dans un cadre bienveillant et accueillant, French Academy propose des cours de français de qualité et sur mesure destinés principalement aux entreprises et aux adultes. Leur objectif ? Développer les compétences communicatives afin d'aider l'apprenant à se sentir à l'aise lorsqu'il utilise la langue dans son travail et/ou dans sa vie quotidienne. « Je suis convaincue que l'apprentissage continu est un élément indispensable pour le développement réussi et durable de chaque individu et de chaque entreprise. Notre mission est d'aider nos clients à surmonter les obstacles culturels et les barrières linguistiques afin de renforcer leur position de leader sur le marché au Luxembourg et à l'étranger », explique Céline Veitmann fondatrice de French Academy. Leur équipe diplômée et expérimentée met en place des formules de cours adaptés, qui reposent sur des outils pédagogiques innovants, dans leurs locaux ou dans vos bureaux. Chez French Academy, vous apprenez avec plaisir et nous enseignons avec passion!

→ **French Academy, Centre Bel'France, 2 rue Astrid, 1143 Luxembourg**
Renseignements et inscriptions sur www.french-academy.lu



Triumph une nouvelle boutique pour être toujours plus près du cœur de ses clientes !

Le 18 octobre, la marque internationale de lingerie Triumph rouvrira sa principale boutique en plein cœur de la capitale, Grand Rue. Une nouvelle boutique, qui s'est vue complètement revue et corrigée afin d'offrir aux clientes une expérience de shopping encore plus agréable et séduisante. Mais surtout, la nouvelle boutique sera dotée du design Triumph Red Curve, gage d'une expérience inédite de shopping et d'essayage. En effet, partant du constat que 76% des femmes portaient une mauvaise taille de soutien-gorge, Triumph s'engage à aider les femmes à « Trouver l'Idéal ». C'est pourquoi les Experts de Triumph accompagnent les femmes dans leur recherche d'un soutien à la coupe parfaite. En vitrine, les clientes pourront découvrir l'égérie de la collection automne-hiver 2017-2018, qui n'est autre que la belle Julianne Moore.

→ **Triumph, 36-38 Grand-Rue, Luxembourg, Ouverture tous les jours de 9h 30 à 18 h, sauf le dimanche et le lundi matin.**

Emporio Del Uomo : un temple pour les hommes

Premier concept store entièrement pensé et consacré aux hommes, Emporio Del Uomo tend à s'imposer comme la référence en matière de lifestyle masculin. Situé dans le centre commercial

Auchan Kirchberg, cette étonnante boutique propose non seulement des prestations de soins, manucures et pédicures, mais également un vaste choix de produits qui sauront séduire les hommes. Des vins et spiritueux aux accessoires de mode, en passant les cigares, les montres ou des produits de maroquinerie, Emporio Del Uomo dispose d'une belle sélection raffinée et pointue qui parlera à la gent masculine.

→ **Emporio Del Uomo, C.C. Auchan Kirchberg,**
Tél.: 24 52 74 21, Ouvert du lundi au jeudi de 9h à 20 h,
vendredi 9h à 21 h et le samedi de 8h à 19h.



A woman with long, wavy brown hair and dramatic makeup, including dark smoky eye makeup and deep red lipstick, is the central figure. She is wearing a bright red, long-sleeved button-down shirt that is open at the collar and a black skirt with a white waistband that has the text 'CHRISTIAN DIOR J'AI' visible. She is posing with her hands near her chest, one hand showing a ring. The background is a soft, out-of-focus pink and red. The text 'Maquillage : on sort le grand jeu !' is written in a large, white, cursive font across the lower half of the image.

Maquillage : on sort le grand jeu !

LES FÊTES SONT CETTE PÉRIODE MAGIQUE OÙ L'ON PEUT (PRESQUE) TOUT SE PERMETTRE...
SMOKY ULTRA CHARBONNEUX, BOUCHE LAQUÉE INCANDESCENTE, SCINTILLANTES
PAILLETES À PROFUSION... DÉCLINAISONS DE ROUGES PROFONDS ET DE MÉTAL EN FUSIONS,
LES PLUS BEAUX LOOKS DE FÊTES VOUS FONT LA COUR !

SARAH BRAUN

DIOR

Metallic Nude

RENCONTRE DE LA MATIÈRE FROIDE
ET DES TONS CHAUDS
POUR UN LOOK SENSUEL ET VIBRANT,
OSTENTATOIRE ET BRILLANT.



→ Pour se créer ce look



Palette Naked Heat, Urban Decay, 55€



Dior Vernis,
Dior, 55€



Infaible Lip Paint
Cute but psycho,
L'Oréal Paris, 9.99€

INSTITUT

LA MAISON DE LA BEAUTÉ

Apprenez à prendre
soin de vous!



-50%
SUR VOTRE
1^{ère} SÉANCE

EPILATION DÉFINITIVE

POUR HOMME ET FEMME

Rapide et efficace,
venez à bout des poils indésirables !

**Noël approche,
profitez de nos bons cadeaux !**

SOINS ANTI-ÂGE

- Stimulation musculaire
- Radiofréquence (raffermit l'oval du visage,...)
 - Micro perforation
 - Lift by LPG®
 - Lifting coréen

SOINS AMINCISSANT

- Cellu M6 by LPG
- Univeral contour Wrap®
- Cavitation/ Radio fréquence
- Pressothérapie

voir conditions en institut

14, Bld. Robert Schuman, L-8340 Olm / Capellen
Tél.: 30 81 39

www.maisondelabeaute.lu | 

Purple Velvet

JEUX DE MATIÈRES ET TEINTES PROFONDES
ET MYSTÉRIEUSES POUR UN MAKE-UP THÉÂTRAL
ET INTRIGANT, ÉMINEMMENT FÉMININ.



GIORGIO ARMANI BEAUTY

→ Pour se créer ce look



Luxe Eye Shadow, High Octane,
Bobbi Brown, 37€



Mascara
Le Volume,
Character 37,
Chanel, 43€*



Le Rouge,
Grenat Nocturne
328, Givenchy, 34€

(en vente exclusivement sur l'e-boutique www.chanel.com)

Bordeaux glitter

LES PAILLETTES SONT À LA FÊTE
ET SE MÈLENT AU RICHE BORDEAUX
POUR UNE MISE EN BEAUTÉ CHATOYANTE
ET SOLAIRE.



DIOR

→ Pour se créer ce look



Eyeshadow Snow Ball Merry White,
M.A.C., 23€



Eyeshadow
Snow Ball; Gold
Light Topcoat,
Guerlain, 29€



Diorific Matte Fluide,
Dior, 39€



Nails Estetica

LPG Haute Technologie
Minceur et anti-âge



ONGLES GEL
SOINS DU CORPS
SOINS VISAGE
MASSAGES
EPILATIONS
PÉDICURE MÉDICALE
EPILATION DÉFINITIVE
RAJEUNISSEMENT CUTANÉ
TRAITEMENT DE L'ACNÉ

Nos marques: Carita - Guinot

LPG
OFFRE D'ÉTÉ

9 séances
+ 1 OFFERTE

AU SHOPPING CENTER
LA BELLE ÉTOILE
Tél.: 26 31 15 14



AU SHOPPING CENTER
CITY CONCORDE
Tél.: 26 44 04 37



www.t-hair.com



EMPORIO DEL UOMO

BARBERSHOP | SPA | GROOMING | FASHION
GALERIE AUCHAN - KIRCHBERG

Rouge glamour

QUAND LE ROUGE FLIRTE AVEC LE ROCK,
CELA DONNE UN LOOK SUBVERSIF
ET INSOLENT,
PROFONDÉMENT GLAMOUR ET SEXY.



→ Pour se créer ce look



Cat Eye Long-Wear Gel Eyeliner & Brush Set,
Bobbi Brown, 30€



Chanel,
Le Vernis
Scenario 604, 25€



Rouge Pur Couture
Holiday 2017, N°13,
Yves Saint Laurent,
37,50€

Color block

QUI A DIT QU'IL FALLAIT CHOISIR ENTRE LA
BOUCHE ET LES YEUX? LA COULEUR SE PORTE
FIÈREMENT CETTE SAISON ET JOUE SUR LES
CONTRASTES POUR UN LOOK CAPTIVANT !



→ Pour se créer ce look



Prisme Libre N°5 Satin Blanc, Givenchy, 51€



Couture N°2 Crazy
Tangerine, Yves
Saint Laurent
Beauty, 38,5€



Palette Les 4 Ombres
Road Movie, Chanel,
53€

L'Eau de Peau

Ode à la Peau - Hymne au Parfum.



Présenté dans
un beau coffret**

Avec une place
pour vos dédicaces



Le cadeau idéal pour la fin d'année.

Trois parfums haut de gamme. Sans allergènes*,
parfaitement tolérés par la peau. Des parfums sensuels.
Des matières premières de qualité innovantes. Des flacons élégants.
Disponibles dans les pharmacies agréées Louis Widmer.

*Sans allergènes de parfums, en accord avec les exigences du Règlement (CE) no 1223/2009, annexe III.

**Jusqu'à épuisement des stocks.

American Beauty



Gigi Hadid x Gemey Maybelline

D'ÉGÉRIE À CRÉATRICE D'UNE LIGNE DE MAQUILLAGE, IL N'Y A QU'UN PAS QUE LA BELLE GIGI HADID VIENT DE SAUTER. TOUCHE-À-TOUT LA NEW-YORKAISE VIENT EN EFFET DE SIGNER DEUX MAKE-UP SIGNATURE POUR GEMEY MAYBELLINE : EAST COAST GLAM ET WEST COAST GLOW, CHACUN INCARNANT UN LOOK FÉTICHE DU TOP MODEL STAR.

SARAH BRAUN

East Coast Glam

À l'image des New-Yorkaises, adeptes du effortless chic et du minimalisme, ce premier look se veut résolument urbain, tendance working girl. Regard félin, teint frais et lumineux, associé à l'un des blockbusters de la saison : la bouche mate, qui se décline ici dans des teintes nude, pour une touche de sophistication.



Gigi Hadid x Gemey Maybelline

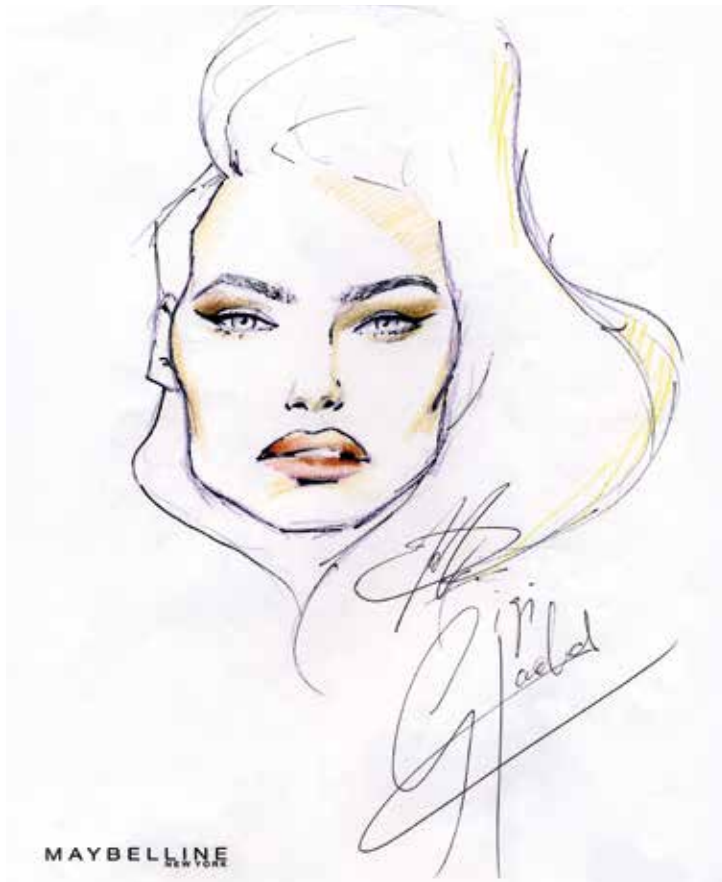
COMMENT RÉALISER CE LOOK ?

LE TEINT

➡ Pour une mise en lumière naturelle, on adopte l'un des gestes préférés de l'égérie Gemey Maybelline : le contouring. Pour créer du relief, appliquez la Base Teintée – une teinte au-dessus de votre carnation naturelle –, sur la mâchoire, sous les pommettes et sur le haut du front, ainsi qu'à la racine des cheveux.

➡ Apportez une touche de lumière en appliquant une touche de Highlighter Fluide nacré sur les pommettes, les tempes, l'arête du nez, l'arc de Cupidon, le coin interne de l'œil et l'arcade sourcilière.





LES LÈVRES

➡ Appliquez une couche de Rouge Mat, coloris Taura, sur les lèvres.

➡ **L'astuce de Gigi** : pour une bouche encore plus pulpeuse et impeccablement définie, terminez par le crayon à lèvres Taura, à appliquer par-dessus le rouge à lèvres.



LE REGARD

➡ Pour réussir un contouring des yeux façon Gigi, misez sur la Palette contour des yeux Cool. Appliquez la nuance Lui sur l'ensemble de la paupière mobile. Creusez ensuite en appliquant la teinte Bond Street dans le pli de la paupière. Puis soulignez le coin externe de l'œil et le pli de la paupière avec la teinte Nolita, que vous estomperez. Enfin, illuminez l'arcade sourcilière, le centre de la paupière et le coin interne de l'œil avec la nuance Dreamer.

➡ Créez ensuite un regard félin, avec l'Eyeliner Gel noir en traçant une ligne de légers pointillés, qui suit la courbe des cils depuis le coin intérieur de l'œil jusqu'aux 3/4 de la ligne des cils. Marquez ensuite la pointe du triangle par un « point repère » (vers le haut, dans le prolongement de la ligne inférieure des cils). Puis, à l'aide du Liner liquide, reliez tous les pointillés, en partant du « point repère », jusqu'au coin interne de l'œil. Terminez par l'Eyeliner Liquide pour combler l'intérieur du triangle.

L'astuce de Gigi : pour un regard félin ultra sexy, rehaussez le trait d'Eyeliner Liquide d'un trait d'Eyeliner Gel noir.

➡ Appliquez ensuite une généreuse couche de Mascara Fibre de la racine jusqu'à la pointe des cils. Utilisez ensuite le côté « fibre » de la brosse pour charger les cils de la racine jusqu'aux pointes. Appliquez une seconde couche de mascara pour accentuer l'effet.



BaByliss® PARIS

NOUVEAU
CURL
SECRET²



DES BOUCLES A L'INFINI :
CHOISISSEZ VOTRE STYLE !



TÊTES INTERCHANGEABLES



BOUCLES
SERRÉES



BOUCLES
AÉRÉES
«VOLUME»



www.babyliss.be

ICI PARIS XL

DEALS FIN D'ANNÉE

DU 04.12 AU 31.12.2017

A PARTIR DE

25€



DÉCOUVREZ TOUS
NOS DEALS DE FIN D'ANNÉE
DANS VOTRE PARFUMERIE !

** Non cumulable avec d'autres actions, promotions, bons et/ou avantages. Infos et conditions auprès de votre Expert(e) Beauté

7.50€
DE RÉDUCTION*

à l'achat de minimum 75€
sur **tout l'assortiment**

Valable jusqu'au 31/12/2017

CODE WEB : **LUX-MAGFEMME**



ICI PARIS XL

* En échange de ce bon, vous recevez 7,50 € de réduction à l'achat de minimum 75 € sur **tout l'assortiment**. Valable dans les parfumeries ICI PARIS XL au Grand-Duché de Luxembourg valable jusqu'au 31/12/2017. Non cumulable avec d'autres bons, actions, promotions et/ou avantages. Un bon par client. Non valable à l'achat de Gift Cards, My Color Passport, Bobbi Brown ou Urban Decay. Non échangeable contre de l'argent comptant. Infos et conditions dans votre parfumerie - www.iciparisxl.lu - Infoline 00352/24 61 88 88



2 005000 009068

West Coast Glow

Hommage aux origines californiennes de Gigi Hadid, la mise en beauté West Coast Glow se caractérise par un regard doux, un teint lumineux et ensoleillé – le fameux effet sunkissed –, des lèvres rouges incendiaires.



Gigi Hadid x Gemey Maybelline

LE TEINT

Pour une mise en lumière naturelle, on adopte l'un des gestes préférés de l'égérie Gemey Maybelline : le contouring. Pour créer du relief, appliquez la Base Teintée – une teinte au-dessus de votre carnation naturelle –, sur la mâchoire, sous les pommettes et sur le haut du front, ainsi qu'à la racine des cheveux.

Enfin, pour créer un effet sunkissed lumineux, appliquez un soupçon du Highlighter Fluide doré sur les pommettes, les tempes, l'arête du nez, l'arc de cupidon, le coin interne de l'œil et l'arcade sourcilière.

LE REGARD

Pour recréer le charme californien de Gigi, misez sur les teintes chaleureuses de la Palette Fards à Paupières Warm. Commencez en appliquant la nuance Paradise Cove sur l'ensemble de la paupière, en ajoutant un soupçon de fard Summerland au centre afin d'apporter de la lumière. Dans le creux de la paupière, appliquez ensuite la teinte Montecito. Soulignez le coin externe de l'œil et le pli de la paupière avec la nuance Firehouse, que vous estomperez au niveau du pli. Avec le fard Pacific Coast Highway, tracez une ligne le long des cils supérieurs, et floutez-la pour accentuer le mystère. Enfin, illuminez l'arcade sourcilière, le centre de la paupière et le coin interne de l'œil avec l'highlighter Dreamer.

Appliquez ensuite deux couches de Mascara Wing, de la racine jusqu'à la pointe des cils, pour un effet volume super naturel.

L'astuce de Gigi: pour un regard encore plus intense, soulignez la ligne intérieure des cils d'un trait d'eye-liner Gel Nude.

LES LÈVRES

Appliquez une couche de Rouge Mat, coloris Austyn, sur les lèvres.

L'astuce de Gigi: Pour accentuer le côté mat et créer un effet encore plus dramatique, crayonnez ensuite la bouche avec le crayon à lèvres Austyn, par-dessus le rouge à lèvres.



Concours

JOUEZ AVEC FEMMES MAGAZINE
ET ALEXALTITUDE ET GAGNEZ
L'UN DES 10 SOINS
D'UNE VALEUR DE 150 EUROS



Centre dédié à la santé par le bien-être et la beauté.
Alexaltitude s'adresse à toutes les femmes, dont les femmes
enceintes, allaitantes et leur bébé, en quête d'un meilleur équilibre
de vie ou d'un simple moment de relaxation, loin du stress
du quotidien.

4 soins « Voyage des sens », durée 1h30
3 soins « Voyage prestigieux », durée 1h40
3 soins « Voyage au naturel », durée 1h30

POUR JOUER, IL SUFFIT DE RÉPONDRE
À LA QUESTION SUIVANTE:
QUELLE EST LA MARQUE PARTENAIRE DU CENTRE
ALEXALTITUDE POUR LES SOINS DE BEAUTÉ ?

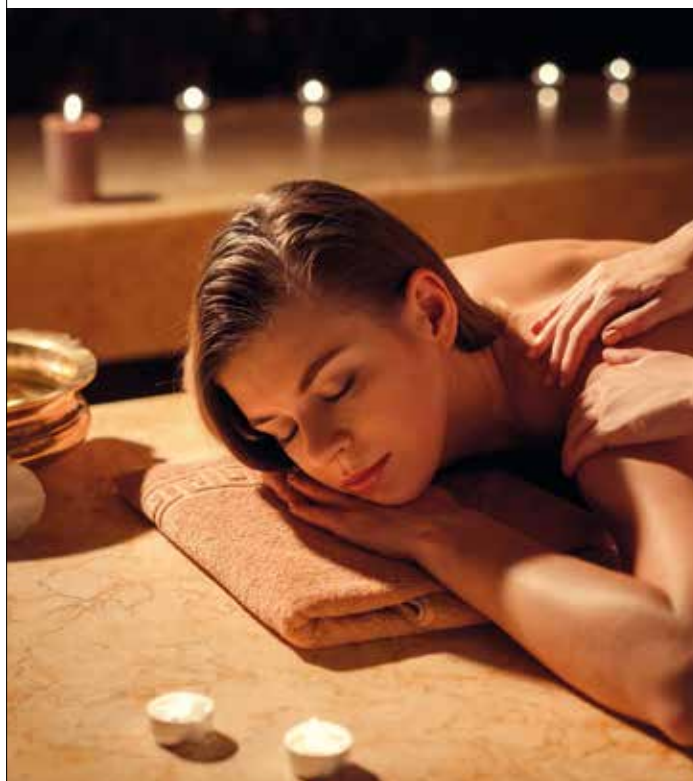
ENVOYEZ VOS NOM, PRÉNOM,
NUMÉRO DE PORTABLE ET LA RÉPONSE
PAR MAIL AVANT LE 31 DÉCEMBRE 2017 À:
CONCOURS@FEMMESMAGAZINE.LU

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

Institut Cybèle

Institut de beauté et de bien-être

Zen et Bien-être
pour des fêtes en toute sérénité !



Un espace dédié à la détente
en plein cœur de Luxembourg - ville.

Une cabine duo pour découvrir les soins à deux !

Des soins et produits cosmétiques naturels et bio,
respectueux de la santé et de l'environnement ,

Nos marques
Décléor - Charme d'Orient - Couleur Caramel

Jenny D'Altri & Caroline Mancini vous accueillent
3, rue des Capucins
L-1313 Luxembourg
Tél.: 26 20 10 84
www.institutdebeautecybele.com



Parfum Lalique : Rêve D'infini, eau de parfum

CONSTRUITE AUTOUR DE L'ÉLÉGANTE ABSOLUE DE ROSE, SATINÉE PAR UNE PÊCHE FRAÎCHEMENT CUEILLIE QUE SOUTIENT LA VIGUEUR DU CÈDRE, ENVELOPPÉE DANS UN FOND SOYEUX DE VANILLE, DE MUSCS ET DE SANTAL, RÊVE D'INFINI, LA NOUVELLE CRÉATION DU PARFUMEUR LALIQUE PROLONGE SUR LA PEAU CETTE SUBTILE HARMONIE D'ACCORDS QUI, DE LA FLEUR À L'ARBRE EN PASSANT PAR LE FRUIT, ÉVOQUE LE CYCLE ÉTERNEL DE LA VIE...



Sarah Braun



Une senteur tendre et élégante, poudrée et très féminine dotée d'une belle tenue. Le flacon est un bel hommage au style Art Nouveau, emblématique de la maison.



Rêve d'Infini est un peu trop classique pour moi !



Julie Bènière



Un parfum pétillant et frais. J'ai aimé les notes de fleurs fraîches, mon péché mignon. La pêche apporte de la rondeur à la fragrance. Une senteur originale qui ne ressemble à aucun autre parfum.



Déception ! C'est un parfum léger que je ne porterais pas en hiver. Un conseil : le conserver patiemment, il sera parfait pour l'été.



Maria Pietrangeli



J'ai beaucoup aimé cette succession de senteurs différentes, la première impression est une explosion florale très fraîche, mais assez rapidement elle se transforme en une fragrance douce et musquée. A la fois frais et velouté, pétillant et sensuel, cette fragrance est féminine à souhait et dispose d'une bonne tenue. Il va intégrer ma collection qui me permet de choisir mon parfum en fonction de mon humeur.



Je ne suis pas fan du flacon Art Nouveau.



Alexandrine Florian



Si vous êtes à la recherche d'une fragrance florale pour cette hiver, c'est le Rêve d'Infini de Lalique qu'il vous faut ! Avec une note de rose et de jasmin ce parfum vous parera d'une note authentique et gourmande.



Définitivement, les parfums fleuris ne sont pas pour moi !



Julie Mallinger



Un flacon rose tendre très joli, qui renferme un parfum délicat et féminin, aux notes sucrées et juteuses.



C'est un parfum un peu trop poudré pour moi. Je préfère les senteurs plus fraîches !



Nicoletta Jacquemart



Le design du flacon est très fin et élégant. C'est un parfum pétillant et raffiné, il est comme son flacon très distingué et offre des fragrances subtiles tout en douceur de fruits et de fleurs. Son côté fleuri et légèrement sucré le rend très chaleureux.



Je le conseillerais plutôt pour des femmes mûres et élégantes car il a un caractère assez mature.

Rien n'est plus beau que d'associer la passion à une carrière



© Kristine Tudes

PROFESSIONNELLE DES DERNIÈRES TENDANCES
EN TECHNIQUES DE COLORATION ET BALAYAGE

53, Rue d'Echternach L-6550 Berdorf | Tél.: 26 78 47 99



www.danielazimmermann.lu



Crème riche

Avec le temps, la pollution, le stress et des conditions environnementales de plus en plus rudes, la barrière cutanée est altérée. La matrice extracellulaire s'appauvrit, l'acide hyaluronique diminue entraînant une perte en eau. Arrivent alors la sécheresse cutanée et cette sensation de peau qui tire. La Crème Riche Orchidée Impériale a le pouvoir de redonner à la peau toute sa souplesse, en lui offrant une nutrition intense sans toucher gras.

→ **Orchidée Impériale. Guerlain**



Soin d'exception

Afin de parfaire la ligne de soin anti-âge ultime, les scientifiques l'ont enrichie de perles précieuses. Ce complexe innovant associé à des actifs d'exception prévient le photovieillissement prématuré de la peau et réduit sensiblement les taches de vieillesse. Le grain de beauté est affiné et le teint se pare d'un nouvel éclat.

→ **0010 Essence Mille Perte Sublime. Maria Galland.**



Dermocosmétique de pointe

Un soin destiné à toutes les femmes à la recherche d'un soin qui redynamise l'ovale, booste l'élasticité et la fermeté de la peau, et qui désirent à la fois une action lift immédiate dès l'application et une efficacité à long terme. Ce sérum offrira une réponse à toutes celles qui hésitent à avoir recours à un lifting et/ou à des injections et qui souhaitent une solution cosmétique efficace. Enfin, il permet de prolonger les effets de techniques comme le lifting ou les injections.

→ **Révolutionnaire. Sérum Lift. Lierac.**



Booster d'énergie

La première gamme qui intègre la neurosciences au cœur de soins cosmétiques afin de répondre aux besoins de l'épiderme sursollicité et parasité par son environnement. Ayant perdu ses bonnes capacités à réceptionner les informations et à discerner leur nature, la peau insensible, presque inerte, retrouve alors l'énergie nécessaire pour se reconnecter. Elle ravive ses mécanismes de défense contre les agressions extérieures et de réceptivité aux messages positifs comme les actifs d'un soin.

→ **Essential Energy Crème Hydratante. Shiseido.**



100% naturel et vegan

Un soin complet, global et universel qui convient à toutes les peaux. Ce soin d'exception répond aux besoins de la peau très fine et fragile du contour des yeux et des lèvres. Formulé à base de 12 huiles végétales actives, ce soin contient en plus d'autres principes actifs dont l'acide hyaluronique.

→ **Crème contour des yeux et lèvres. Amatera.**



Édition limitée

L'Eau du Soir revient cette année dans une édition limitée à l'univers céleste et fantaisiste, qui s'illustre dans un flacon laqué d'un noir intense parsemé d'une pluie d'étoiles et de planètes incandescentes.

→ **Eau du Soir. Sisley.**



Christian with Love

La nouvelle collection de vernis à ongles Christian Louboutin s'inspire des dessins du créateur. Elle évoque un griffonnage de petits cœurs et d'étoiles multicolores. Une boîte réalisée telle un origami, admirablement construite s'ouvre pour révéler deux bouteilles miniatures de nuances pop de sa collection de vernis à ongles.

→ **À offrir ou à s'offrir.**

Igubitag Nails collection. Christian Louboutin.



Must Have

Des pigments hautement concentrés et une infusion de nacrés pour un résultat audacieux et brillant. Silicones aériens et huile légère sont à l'origine de cette matière crémeuse et confortable, qui facilite l'application et assure la tenue de ces ombres à paupières. Striking Nights Eye Palette.

→ **Édition limitée. Givenchy.**



New

Le monde de la parfumerie est étroitement lié à celui de la mode. C&A présente sa première collection de parfums uniques. La palette des senteurs de cette nouvelle collection (11 fragrances pour femme et sept pour homme) varie d'accents frais et citronnés de pamplemousse à des senteurs florales de violette et des arômes exotiques, comme celui de la fleur d'ylang-ylang.

→ **Serene Eau de Parfum. C&A**

Zen&Sens: la beauté puissance quatre

IDÉALEMENT SITUÉ ROUTE D'ARLON, LE TOUT NOUVEL INSTITUT DE BEAUTÉ ZEN & SENS VOUS INVITE À VOUS DÉLECTER D'UN MOMENT DE DÉTENTE ET DE BIEN-ÊTRE PRIVILÉGIÉ.



Une belle rencontre...

Pour Loredana, Laetitia, Christelle et Gaëlle, fondatrices de l'institut, travailler ensemble s'est imposé comme une évidence, tant elles partageaient les mêmes valeurs, le même amour du métier. **« Et nous sommes toutes les quatre très minutieuses, nous partageons le souci du travail bien fait, du petit détail qui ne semble rien et qui pourtant change tout »**, explique Christelle. **« Nous avions toutes envie, chacune de notre côté, de fonder notre institut. On plaisantait souvent sur le sujet, sans deviner qu'un jour, le rêve deviendrait réalité. En juin, nous avons commencé à en parler sérieusement. En juillet, nous débutons le projet. Trois mois plus tard – et après trois visites de locaux – nous ouvrons les portes ! »** s'enthousiasme de son côté Gaëlle. Dans leur bel institut, une alcôve de bien-être, la bonne humeur est contagieuse et l'osmose entre les quatre esthéticiennes plus que palpable. En chœur, elles vous accueillent en vous donnant l'impression d'être véritablement unique, et vous mettent tout de suite à l'aise. **« Si nous sommes toutes ultra rigoureuses, nous voulons avant tout permettre à nos clientes de vivre un moment de beauté à part, dans une ambiance conviviale, presque familiale. »**

Quatre personnalités pour une équipe soudée et professionnelle

Si elles désirent aider les femmes à se sentir plus belles, mieux dans leurs baskets et plus zen, elles refusent avant tout de transiger sur la qualité et de céder aux sirènes du déjà vu. Elles ont ainsi sélectionné avec minutie les marques avec lesquelles elles travaillent au quotidien : Payot pour les soins visages et corps; Alessandro et Gelish – deux marques leaders dans le domaine de l'onglerie – pour les manucures et pédicures; et Nee Make-up by Milano, une marque italienne de maquillage **« d'une très grande qualité et facile d'utilisation, aussi bien à l'institut que pour nos clientes chez elles »**, explique Gaëlle, l'experte du maquillage, qui a d'ailleurs travaillé sur de nombreux shootings. Car, si elles sont polyvalentes, chacune a sa spécialité et apporte une réelle valeur ajoutée à l'institut. Ainsi, Loredana, s'est imposée comme la référence pour tout ce qui relève du maquillage permanent et du microblading, la dernière technique en vogue pour les sourcils. Christelle et Laetitia, quant à elles, s'occupent plus volontiers des extensions de cils, la toute dernière nouveauté arrivée à l'institut... **« Bien sûr, nous proposons également tout ce qui relève des prestations classiques, comme les épilations, les pédicures médicales, les manucures... »**, précise encore Gaëlle.

Aller toujours de l'avant

Si elles sont très heureuses de leurs parcours, les quatre femmes regardent déjà vers l'avenir. **« Notre ambition est d'aller au-delà des tendances, afin de garantir à nos habituées d'avoir accès aux dernières innovations et techniques en matière de soins, de détente et de beauté. Voilà à peine un mois que l'institut est ouvert, et nous avons déjà étoffé la carte de nos prestations ! Une vision que nous partageons avec les marques que nous avons choisies, d'ailleurs ! »**, confesse Laetitia. **« Le mieux encore, c'est de nous suivre sur Facebook, afin d'être sûres de ne pas manquer nos actualités... ni nos promotions... »** renchérit alors Christelle. Le message est passé, il ne vous reste plus qu'à prendre rendez-vous, non ?



72 Route d'Arlon, L-1150 Luxembourg

Tél.: 26 25 99 75

zenetsens.lu | 

La folie du juicing

PERDRE DU POIDS, AVOIR UNE BELLE PEAU, VOIRE SE SOIGNER...
NOMBREUSES SONT LES MOTIVATIONS DES ADEPTES DU JUICING. CETTE TENDANCE VENUE
DES USA EST POPULARISÉE SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX PAR LES CHANTRES DU BIEN-ÊTRE
QUI EN VANTENT LES BIENFAITS, RÉELS OU SUPPOSÉS. ALORS, ON SE LANCE?

LISA BEYS



LE JUICING, C'EST QUOI?

En matière de juicing, chacun ses pratiques! Dans un précédent article sur le soylent, nous évoquions les dangers du «tout-liquide» pour la santé. Le juicing ne consiste pas à se nourrir exclusivement de jus, mais plutôt à effectuer des cures régulières, censées détoxifier l'organisme. Les accessoires qui lui sont associés sont nombreux: centrifugeuses, extracteurs de jus, mélangeurs, etc.

UN CONCENTRÉ DE BIENFAITS?

Oui, les fruits et les légumes sont bons pour la santé. Ils contiennent des vitamines, des minéraux, et tout un ensemble de nutriments indispensables au bon fonctionnement de notre organisme. Le juicing, c'est pratique: il est plus facile d'absorber un grand verre de jus que de consommer 1kg de légumes pendant sa pause déjeuner! Ainsi, on retrouve de manière concentrée les minéraux, vitamines, antioxydants et enzymes d'un filet à provisions.

LES OBJECTIFS D'UNE CURE

On entend généralement parler des cures et régimes détox lors de périodes bien spécifiques: avant et après les fêtes de fin d'année, avant l'été en prévision de

«l'épreuve bikini», ou encore à la rentrée, histoire de reprendre le travail en pleine forme après les vacances. Il s'agit à la fois d'apaiser le foie et les reins et d'éliminer graisses et toxines en insufflant une nouvelle énergie à l'organisme.

ON NE MET PAS N'IMPORTE QUOI DANS SON ASSIETTE!

...ou plutôt dans son extracteur de jus. Le choix des matières premières est central: il faut absolument opter pour du bio. Il est aussi indispensable de varier les sortes de fruits et de légumes dont est extrait le jus afin de bénéficier d'apports différents. Lavez bien vos légumes, et soyez vigilant à leur composition! Si votre jus comporte surtout des fruits et peu de légumes, il sera riche en sucres, qui provoqueront un pic de glycémie et des envies de sucré. De plus, l'absence de fibres et la rapidité de la digestion ôtent aux jus leur capacité de rassasier, d'où un risque de fringale s'ils sont consommés en substitution des repas...

LE JUICING, DÉTOX OU INTOX?

Le succès de la détox s'invite partout: le nombre de bars à jus a explosé. Mais ce marché prospère dispose également de son lot de dérives et d'arnaques: la vigilance doit être de mise. Quant à la supposée élimination des toxines par ces jus drainants, elle agace les nutritionnistes. Selon eux, le corps est parfaitement capable de se détoxifier tout seul, grâce aux filtres que sont le foie et les reins. En clair, si les vertus détoxifiantes des jus ne semblent pas prouvées, leur apport en nutriments ne peut qu'être bénéfique dans un usage quotidien. On oublie le mélange jeûne et cures! On dit oui au juicing, mais uniquement en complément d'une alimentation équilibrée. Pas de remèdes miracles: on prend soin de sa santé avant tout!

**«IL EST INDISPENSABLE
DE VARIER LES SORTES
DE FRUITS ET DE LÉGUMES
DONT EST EXTRAIT
LE JUS POUR BÉNÉFICIER
D'APPORTS DIFFÉRENTS»**



Les +

- On consomme davantage de fruits et de légumes
- On retrouve un aspect ludique du jus «home-made»
- Des bienfaits pour notre organisme

Les -

- Les jus ne remplacent pas un repas
- Certains jus sont vendus à prix d'or: il vaut mieux les concocter soi-même!
- Attention aux carences et aux effets secondaires indésirables

bamix® of Switzerland
Simplement brillant



Retrouvez toute la gamme Bamix
ainsi que nos revendeurs
sur notre site www.sogel.lu

7, Rue de l'Industrie L-8399 Windhof

NELLY HOME SERVICES

Laissez l'hiver à votre porte,
Nelly Home Services s'occupe de tout.



Pour les particuliers,
Nelly Home Services s'occupe
de l'entretien complet de votre domicile
(ménage, repassage...)

Pour les professionnels,
elle est l'intermédiaire adéquat
pour un bureau propre et sain.

Les +

- + une société familiale avec Nelly
comme interlocuteur direct
- + un service haut de gamme
- + une équipe d'agents d'entretien professionnels
- + une gestion des plannings sur-mesure
- + un excellent rapport qualité-prix
- + prestation déductible de vos impôts

11 rue Guillaume Capus
L-4071 Esch-sur-Alzette
Tél.: 27 76 62 08 – Gsm: 621 159 780
contact@nellyhomeservices.lu

www.nellyhomeservices.lu

Phytothérapie : RETOUR... AUX RACINES !

C'EST LA PLUS VIEILLE MÉDECINE AU MONDE ! EN EFFET, VOICI À PEINE UN SIÈCLE (UNE GOUTTE D'EAU DANS L'HISTOIRE DE L'HUMANITÉ), SEULES LES PLANTES PERMETTAIENT AUX GENS DE SE SOIGNER. ET CE SONT SOUVENT CELLES-CI QUI ONT PERMIS LA FABRICATION DE NOS MÉDICAMENTS ACTUELS. DONT LE PLUS CÉLÈBRE, À BASE DE SAULE BLANC : L'ASPIRINE.

MICHÈLE RAGER



Pendant longtemps, les végétaux ont été opposés aux médicaments obtenus par synthèse chimique. Il faut avouer qu'ils traînaient un lourd défaut aux yeux des scientifiques : leurs vertus n'étaient reconnues que de manière empirique. Aujourd'hui, leurs actifs n'ont plus de secret pour les médecins. Tant mieux, car depuis la nuit des temps, la phytothérapie emploie des plantes fraîches ou séchées. Celles-ci peuvent également être macérées dans des solutions alcooliques, telles les teintures. Ou disponibles sous forme de poudre soluble. Quelquefois, seuls les bourgeons (gemmothérapie) ou les huiles essentielles (aromathérapie) permettent

la fabrication de traitements. Enfin, ces diverses approches peuvent se combiner, voire s'associer à des médicaments traditionnels. Avec, néanmoins, un bémol : la phytothérapie fournit de meilleurs résultats chez ceux qui bénéficient d'un diagnostic réalisé par un médecin et d'une prescription individualisée. Et une priorité : dans les pathologies lourdes, on se dirige de prime abord vers la médecine et on demande conseil à son praticien. Même si, avec le feu vert de ce dernier, la phytothérapie peut être prescrite pour soulager certains effets secondaires et inconforts de la chimio ou de la radiothérapie.

BIEN MIEUX QUE L'EAU CHAUDE !

Une p'tite verveine ? L'invitation semble désuète... Et pourtant, les tisanes valent bien mieux que leur réputation de boissons de mamie ! Plus savoureuses que l'eau chaude, moins excitantes que le café et le thé (car dépourvues de caféine), elles offrent des vertus santé multiples. Ainsi, les dépuratives améliorent les fonctions digestives : ce sont la menthe, la verveine, la camomille, le pissenlit, etc. Idéales en cure détox, elles dopent le travail des reins, du foie et des intestins. Les sédatives (tilleul, oranger amer, mélisse, valériane, etc.) favorisent l'arrivée du sommeil sans les effets secondaires des

somnifères. Il y a également les plantes énergisantes (ginseng, romarin), celles stimulant l'immunité (thym, échinacée, griffe de chat)... Dépourvus de calories (à condition de ne pas les sucrer), ces breuvages peuvent être sirotés à tout moment de la journée. Généralement sans crainte, car les doses employées sont trop faibles pour être dangereuses. Attention cependant aux plantes laxatives qui malmènent les intestins fragiles! Achetez-les plutôt «bio», histoire de ne pas absorber d'inutiles pesticides. Et préférez celles en vrac: les infusettes contiennent quelquefois peu d'actifs.

DES HUILES ESSENTIELLES, LES PARFUMS QUI FONT DU BIEN

L'aromathérapie est l'une des petites sœurs de la phytothérapie. Elle utilise les huiles essentielles, obtenues en distillant, à la vapeur d'eau, des parties ou la totalité de la plante. Très puissantes, ces essences aromatiques sont tellement concentrées qu'elles s'emploient à minidoses. Plusieurs d'entre elles ont des pouvoirs anti-infectieux. D'autres sont recommandées pour traiter une fatigue, doper la résistance, apaiser le stress ou soigner des affections dermatologiques. Mieux vaut les manier avec prudence, car, chaque année, les urgentistes constatent, en cas d'ingestion, des empoisonnements dangereux. Ainsi, une seule prise inconsidérée de certaines huiles essentielles peut avoir des conséquences sérieuses (intoxication, troubles digestifs) et parfois mortelles. Elles sont d'ailleurs interdites chez les femmes enceintes et les enfants. Achetez-les en pharmacies sur avis médical et privilégiez celles affichant le label H.E.B.B.D. (Huile Essentielle Botaniquement et Biochimiquement définie), garantissant la qualité du produit.

DES UTILISATIONS DIVERSES POUR LES HUILES ESSENTIELLES

➡ En inhalation: quelques gouttes dans un diffuseur permettent aux essences d'assainir une chambre et de parfumer agréablement une maison. Ces substances étant très volatiles, elles passent rapidement

dans l'organisme, via la respiration.

➡ Dans le bain: celui-ci acquiert des propriétés revigorantes, relaxantes ou bénéfiques à la circulation sanguine, en fonction des huiles essentielles qu'on y plonge. Ces dernières n'étant pas solubles dans l'eau, mélangez-les dans un gel lavant neutre.

➡ En application cutanée: ces substances pénètrent aisément par voie transdermique, grâce à une friction à l'intérieur des poignets (là où les veines affleurent) ou sur une partie limitée du corps. Afin de prévenir des irritations et/ou des intolérances, mieux vaut les diluer dans une huile végétale (amande douce, germe de blé...).

➡ Par voie orale: parfois, les huiles essentielles peuvent être absorbées, sur un sucre, dans du miel ou de l'huile d'olive.

LA GEMMOTHÉRAPIE, LA FORCE DES BOURGEONS

Les alchimistes du Moyen-Âge utilisaient déjà ces éléments. Mais ce n'est que dans les années 70 qu'un praticien belge, le Dr Pol Henry (décédé en 1988), s'intéresse aux bourgeons, aux jeunes pousses et aux écorces des racines des arbres et des arbustes. Il décrit leurs vertus thérapeutiques et intitule cette discipline la «phytoembryothérapie». Heureusement, son nom sera simplifié en «gemmaothérapie»! Les bourgeons sont cueillis, au printemps. Ensuite, les principes actifs sont extraits (minéraux, vitamines, phytohormones, etc.), mis à macérer dans une solution d'eau, d'alcool et de glycérine, puis pressés et filtrés avant d'être placés en bouteille. Quant à la sève, elle est récoltée juste avant l'apparition des feuilles. Ensuite, elle suit le même parcours que les bourgeons. Ces éléments ont, pour la plupart, des vertus diurétiques, détoxifiantes et drainantes. Ils contiennent tous les principes actifs de la future plante, mais de manière plus concentrée. Qui plus est, ils présentent aussi l'ensemble des propriétés du végétal. Non toxiques et n'entraînant pas d'effet secondaire, ils s'absorbent purs ou dilués dans un fond d'eau. Ils sont disponibles en pharmacies et boutiques d'alimentation naturelle.

«LA PHYTOTHÉRAPIE EST PLUS EFFICACE APRÈS UN DIAGNOSTIC ET UNE PRESCRIPTION INDIVIDUALISÉE.»

LES REMÈDES STAR DE LA GEMMOTHÉRAPIE

Le bourgeon de cassis

Au Moyen-Âge, ce fruit avait la réputation d'augmenter la longévité. Ses bourgeons sont recommandés pour leurs vertus antiallergiques, anti-inflammatoires et ils soignent aussi les rhumatismes, mais sont à éviter en cas d'hypertension.

Le bourgeon de tilleul (tilleul tomenteux).

Grâce à ses propriétés sédatives, il est conseillé aux insomniaques. Il apaise aussi les grands nerveux.

Le bourgeon de bouleau.

Un autre pilier des cures détox!

Ses vertus drainantes possèdent une action anticellulite. Il combat également certaines fatigues.

Infusion ou décoction?

La première se prépare à partir d'eau chauffée dans laquelle on verse les plantes. Après cinq à dix minutes d'infusion, on filtre et on déguste. La décoction consiste à plonger les plantes dans l'eau froide, à porter l'ensemble à ébullition sous un couvercle pendant dix minutes, à laisser infuser hors de feu sans enlever le couvercle puis à filtrer. Les infusions souvent sont réalisées avec les parties tendres des plantes (feuilles, fleurs) et les décoctions avec les parties dures (racines, écorce).

Le retour de l'autorité (sous un autre visage)

EXIT LE PETIT ROI, AU DIABLE LE LAISSER-FAIRE ! L'AUTORITÉ EST DE RETOUR, AU GRAND DAM DE NOS CHÉRUBINS. MAIS IL NE S'AGIT PAS DE RÉHABILITER LE MARTINET OU DE SE METTRE EN QUÊTE D'UN FOUET. ON NE PARLE PAS DE DRESSAGE, MAIS D'ÉDUCATION QUI RIME AVEC DIALOGUE ET RESPECT, MAIS PLUS FORCÉMENT AVEC SÉDUCTION !

CHRIS MICK



Qui n'a pas connu dans son entourage un petit être capricieux dictant ses volontés à ses deux parents charmés par leur merveilleuse progéniture ? Nous avons toutes au moins prononcé une fois « A notre époque, impossible de se comporter de la sorte ! Nos parents n'auraient jamais admis que

l'on saute sur un canapé en mangeant une tartine de pâte chocolatée devant un écran de télé bloqué en permanence sur une chaîne infantine. » Cette situation relève sans doute quelque peu de l'exagération, mais témoigne tout de même d'une vraie réalité : oui, les enfants rois ont existé (il doit

d'ailleurs encore en rester). Pour eux, la frustration n'existe pas et le mot « non » n'appartient pas au vocabulaire de leurs parents. Héritiers d'une génération qui a connu l'ère de la (sur)consommation, comment leur enseigner que l'on ne peut pas tout avoir dans une société où le « tout et tout de suite » est de mise ?

Les discussions se transforment souvent en négociations et en marchandages pour obtenir satisfaction, et cela vaut pour les deux parties ! Un retour à l'autorité ne signifie pas pour autant retour à l'autoritarisme.

À l'heure actuelle, nous avons tous parfaitement intégré que l'enfant était une personne, mais il convient de se rappeler qu'il n'est pas une « grande » personne, et cela fait toute la différence. Les pédagogies alternatives (Montessori, Pickler...) la prônent, mais de façon réfléchie, il faut parler ET sévir. Éduquer un enfant, ce n'est pas le frustrer en lui ordonnant de faire les choses, ce n'est pas se faire obéir à tout prix, l'ère du dressage est révolue, mais celle de l'enfant roi également ! Il est important de tenir compte des grandes étapes de la construction psychique de l'enfant pour que les parents puissent remplir leur rôle et quitter le dilemme du tout permissif ou tout répressif. Quand Léo, 4 ans, a écrit le nom de ceux qu'il aime sur le mur de la chambre, sa maman lui a expliqué que c'était interdit, mais il n'a pas écouté. Même si cette action est vantée par un groupe musical célèbre et que le petit Léo a suivi l'instruction de la chanson au pied de la lettre, sa mère a bien compris qu'il ne suffisait pas de parler pour être obéi. Au début de sa vie, le tout petit est prisonnier de ses pulsions, cela l'empêche de grandir et de vivre en société. Être parent, c'est lui apprendre à s'affranchir du principe de plaisir permanent en lui enseignant les règles qu'il ne connaît pas. Viennent ensuite les punitions si elles ne sont pas appliquées... c'est ce que l'on nomme l'autorité. Et cela vaut pour tous les âges, le but étant de les faire grandir afin qu'ils deviennent des adultes autonomes, intelligents et dotés d'une confiance en eux. Claude Halmos propose de bannir la phrase « la prochaine fois, tu seras puni ». Pour elle, une fois que l'enfant connaît l'interdiction il doit être réprimandé s'il la transgresse. Il s'agit de poser des interdits sans le briser, mais destinés à le civiliser. Mais alors, où se trouve le secret de cette autorité naturelle perçue comme le Graal de l'éducation pour tous les parents ? Lili est maman d'une petite Charlotte, âgée de 5 ans. Elle nous confie avoir du mal à canaliser sa fille, dotée selon elle d'un fort caractère et d'un esprit de contradiction affirmé,

malgré son jeune âge. Les colères sont quotidiennes, les crises aussi, mais... seulement quand la petite fille se trouve avec maman, bizarrement avec papa, tout va très bien. Doit-on en conclure que l'autorité naturelle est l'apanage des hommes ? Bien sûr que non ! Lili reconnaît qu'elle déteste le conflit, pour elle faire plaisir à sa fille est bien plus facile que de la punir. La culpabilité la ronge parfois, elle a peur de reproduire un schéma de sa propre enfance qu'elle rejette en bloc. Sa capacité à être mère est entachée par son histoire, malmenée par une mère bien trop sévère pour laquelle il s'agissait de « dresser » les enfants et non de les éduquer. Pour autant, elle ne se qualifie ni de laxiste et encore moins d'incompétente, il faut simplement régler son histoire afin de pouvoir rétablir l'équilibre avec sa fille. Il suffit d'accepter qu'il existe une hiérarchie entre l'adulte et l'enfant. Non, ils ne sont pas égaux, le premier sait plus de choses et occupe le rôle d'éducateur en imposant des règles et des limites. L'inverse ne saurait exister ! La plupart des parents ont du mal à user de leur autorité sur leurs enfants, car ils ont peur de ne pas être aimés ! Mais il faut réapprendre que l'éducation est un savant dosage d'amour et de frustration. Il existe le principe de réalité et le plaisir de l'enfant. Oui, il est beau, fort et génial, mais... il ne peut pas obtenir tout ce qu'il veut. Souvenez-vous du « goût de l'effort » dont vous ont sûrement parlé vos propres parents. Valeur ringarde il y a quelques années, elle semble remise au goût du jour. Devenir champion de tennis ? Mais oui, mon fils, c'est possible, mais cela nécessite du travail. Obtenir de bonnes notes à l'école ? C'est la même chose. Si certaines questions peuvent faire l'objet d'une discussion, d'autres doivent être sans appel. Mais si cela ne lui plaît pas ? Soyez sûrs qu'il contestera ! Nous ne connaissons aucun enfant qui remercie ses parents de lui retirer sa console de jeux ou son portable, qui prêterait spontanément ses jouets aux autres ou dira bonjour-merci-au-revoir à la boulangère. Même si certaines théories éducatives ont parlé pendant longtemps

« ON NE LÂCHE JAMAIS SUR LES CHOSES QUI COMPTENT VRAIMENT POUR VOUS TOUT EN VEILLANT À DÉVELOPPER LA PERSONNALITÉ ET L'ORIGINALITÉ DES ENFANTS. »

« d'autorégulation » il n'existe pas d'enfant capable spontanément de lancer à ses parents : « Oh, merci papa et maman de m'enlever mon écran, car il l'heure de prendre ma douche avant d'aller me coucher » ? (Si d'aventures vous deviez posséder ce type de phénomène rare dans votre entourage... écrivez-nous !).

Attention, ne nous méprenons pas sur le discours ! Aimer lui faire des bisous et des compliments, lui offrir le jouet de ses rêves sont des gestes à ne pas exclure, mais il s'agit d'établir une sorte de code familial composé de règles incontournables à l'instar du Code pénal ou du Code de la route. Vous ne grillez pas un feu rouge et n'infligez pas un coup de pelle au visage de votre voisin bruyant ? Le bon fonctionnement de la société en dépend, eh bien c'est la même chose pour votre enfant. L'autorité naturelle s'établit autour d'un discours ferme et limpide et avec des consignes qui le sont tout autant. Bien sûr, revenir sur une décision est un acte à bannir. En cas d'opposition... survient la sanction dont la nature est indiquée en amont. Mais comme pour une infraction au Code de la route, il faut la hiérarchiser en fonction de son degré de gravité. Il existe un seul point sur lequel nous ne transigerons pas, c'est celui du châtimement corporel. L'autorité ne passe pas par la violence physique. Un point c'est tout.

Trouver le bon équilibre entre la personnalité de son enfant tout en tenant compte des réalités de la vie en se disant toujours « c'est bon pour lui », c'est comme cela que l'on pourrait définir la mission de parent. Et nous l'acceptons !

Wanted

— PINK SWAN —



Un vent de douceur souffle sur le mois de décembre, et nos jolies princesses se rêvent en ballerines gracieuses et princesses féériques.

→ *Zara*



Mi-tutu, mi-robe de princesse, une tenue de fête parfaite !

→ *H&M*



Rose poudre et volants pour cette chemise romantique.

→ *Aymara*



Une touche de glitter et les Dr. Martens se métamorphosent presque en souliers de vair.

→ *Dr. Martens*



Quand la maille moelleuse rencontre le charme des frous-frous, cela donne un must-have à prix tout doux

→ *La Redoute*



Coup de cœur pour cette robe couture évanescence et romantique, tout droit sorti d'un conte de fées.

→ *Givenchy Kids*



Quand le serre-tête se prend pour une tiare !

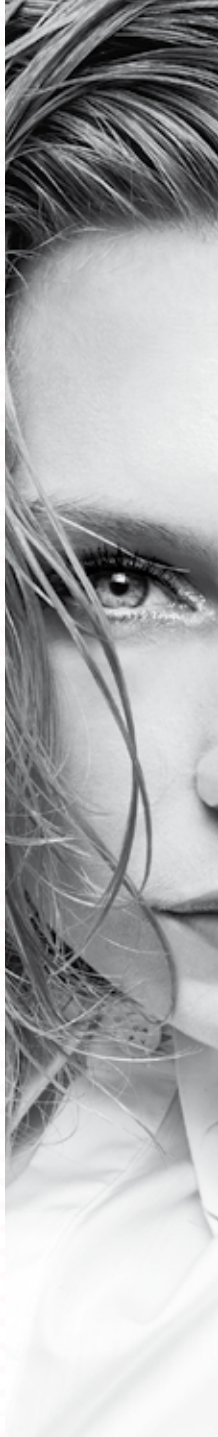
→ *Numéro74*



Quel bonheur de se lover dans un chandail immaculé et tout doux !

→ *Tommy Hilfiger Kids*

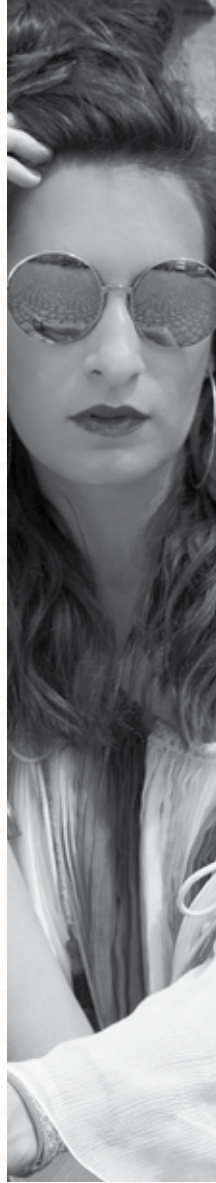
ISSUE 170 | MAI 2016



ISSUE 171 | JUIN 2016



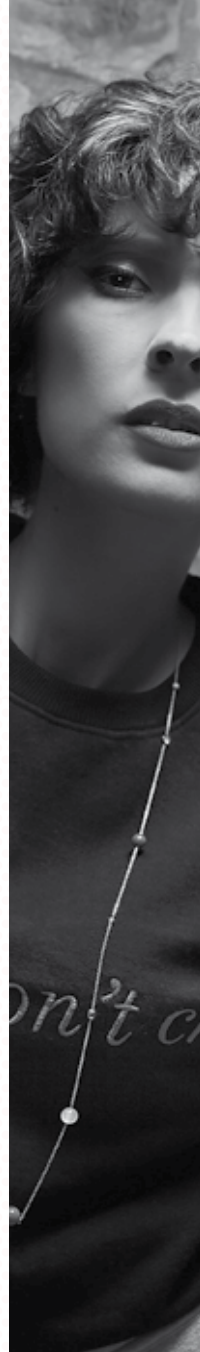
ISSUE 172 | JUILLET/AOÛT 2016



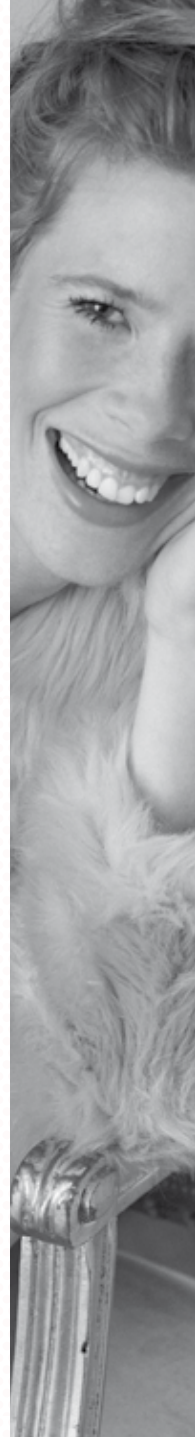
ISSUE 173 | SEPTEMBRE 2016



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



FOR KIDS

Drôles de petites bêtes : l'avant-première du mois !



Adaptation des romans jeunesse de l'écrivain français Antoon Krings, *Drôles de Petites Bêtes* nous invite à plonger dans les méandres de l'infiniment petit à la découverte des aventures de Léon le bourdon, Mireille l'abeille, Siméon le papillon ou Loulou le pou... Lorsqu'Apollon, un grillon baladin au grand cœur, arrive au village des petites bêtes, il ne tarde pas à perturber la vie du Royaume tout entier... Piégé par la cousine de la Reine Marguerite, la jalouse et diabolique Huguette, Apollon est accusé d'avoir enlevé la souveraine, semant la panique dans la ruche... Marguerite est en réalité captive des Nuisibles, complices d'Huguette qui en profite pour s'emparer du trône ! Apollon le Grillon, aidé de Mireille l'Abeille, Loulou le Pou et ses nouveaux amis, se lance alors dans une périlleuse mission de sauvetage... Destiné à un très jeune public (à partir de 4 ans), le long-métrage réalisé par le duo Antoon Krings

et Arnaud Bouron, met en scène les protagonistes de la série de livres de l'auteur français, dans une histoire royale où Apollon le grillon est accusé d'avoir kidnappé la souveraine. Une belle histoire servie par un scénario simple et un joli casting puisqu'on retrouve Kev Adams, Virginie Effira ou encore Emmanuel Curtil pour la version française, et celles de Nico Thielen, Simon Laroche, Sascha Ley, Leila Schaus, Jules Werner et Mike Tock pour la version luxembourgeoise, *Drôles de Petites Bêtes* s'offre comme un merveilleux divertissement pour les vacances de Noël et la promesse d'un joli moment en famille.

• Avant-première du film en version luxembourgeoise le samedi 9 décembre à partir de 10h (animations puis film à 11h) au Kinépolis Kirchberg.

➔ **Avant-première du film
en version française le dimanche
10 décembre à 11h au Kinépolis Belval**

CUPCAKE BABIES : TOUT L'UNIVERS POUR BÉBÉ MADE IN LUXEMBOURG

Coup de cœur pour la marque luxembourgeoise Cupcake Babies, qui se décline en trois collections colorées et poétiques : *Pour le Bain, Bonne Nuit et A table*. Destinée à des parents modernes, qui désirent des produits novateurs et pratiques, mais aussi jolis et colorés, Cupcake Babies a très vite trouvé son public au Grand-Duché. Distribuée dans un grand nombre de magasin pour enfants et de décoration à travers le pays, l'enseigne made in Luxembourg a également un joli site pour faire son shopping. On aime l'onglet Blog qui permet de suivre toutes les actus de la marque !

➔ www.cupcakebabies.eu

ATELIERS COUTURE & TRICOT

Jusqu'au 16 décembre, tous les samedis de 11h15 à 12h15 et de 12h30 à 13h30, Doni Doni Montessori, à Betrange organise des Ateliers Couture et Tricot, destinés aux enfants de 5 à 12 ans, qui remportent un franc succès ! Et d'autant plus à l'approche des fêtes, car ils pourront ainsi réaliser de leurs petites mains un joli cadeau de Noël : un pompon, une écharpe, ou une petite pochette... Les enfants sont guidés dans toutes les étapes de l'apprentissage des techniques, et chacun progresse à son rythme. Outre les avantages pour le développement de la coordination oeil-main et la précision du geste, les enfants développent leur créativité, concentration et logique.

➔ **Inscription soit par dates en fonction des dispo, soit à l'année scolaire. 17€ / heure.**

➔ **Possible de faire 1h ou 2h le même jour**

➔ **Informations et inscriptions :
info@donidoni.lu ou 28 77 88 07**



C&A ET BEYOND THE MOON : OFFRE-MOI UN MOUTON

Depuis maintenant 8 ans, l'enseigne de mode et l'association Beyond the Moon s'associent pendant les fêtes de fin d'année. Leur objectif ? Offrir des vacances inoubliables à un enfant gravement malade. Depuis le 16 novembre, de jolies peluches mouton sont ainsi en vente au prix de 9 euros, et les recettes de ses ventes permettront à l'association Beyond the Moon, une organisation qui s'engage auprès de familles financièrement moins favorisées dont un enfant est gravement malade, de pouvoir s'offrir des vacances. Depuis la naissance de ce partenariat, en 2010, la Fondation C&A a ainsi déjà permis à quelque 100 familles de bénéficier de vacances « all-in » en famille organisées sur mesure et en fonction des besoins de l'enfant. Faire un joli cadeau et accomplir en même temps une belle action, une initiative qui nous a plu à la rédaction.



La méthode Montessori pour bien grandir!

**La crèche Bidibul
vous souhaite un joyeux Noël
et une bonne année 2018 !**



Ouvert du lundi au vendredi de 5h à 22h30 et le samedi de 7h30 à 20h – plurilinguisme – chèques services acceptés

6 rue des artisans L-3895 Foetz
Tél.: 26 17 55 42 - contact@mengfamille.com
www.crechebidibul.lu

Le bulletin de Noël

LA FIN DU PREMIER TRIMESTRE APPROCHE, NOËL AUSSI. LES ILLUMINATIONS ET LES PRÉPARATIFS FERAIENT PRESQUE OUBLIER LES NOTES ET LE BULLETIN TANT ATTENDU. UN LONG TRIMESTRE ET DE FORTES ATTENTES: DE BONNES NOTES, DE BELLES APPRÉCIATIONS QUI NE VIENDRONT EN AUCUN CAS GÂCHER LA FÊTE. LA RÉALITÉ EST SOUVENT DIFFÉRENTE, PLUS NUANCÉE. COMMENT ANALYSER CETTE PREMIÈRE PÉRIODE DE TRAVAIL SANS COMPROMETTRE LES RÉJOUISSANCES FAMILIALES?

VALÉRIE THÉVENIAUT



Oui, vous l'aurez compris, tout réside dans l'analyse. Si vous tentez de lire ce premier bulletin entre la liste des cadeaux et le choix du menu, il y a de fortes chances pour que vous passiez à côté du réel travail de votre enfant, qu'il ne comprenne pas comment remédier à la situation et que vous vous sentiez débordés par un flux d'émotions. Prendre un temps spécifique et isolé des préparatifs de Noël pour s'approprier notes et appréciations s'avère plus que nécessaire. Itinéraire d'un parent constructif, c'est par ici.

1 CE QUE NOUS APPREND CE PREMIER BULLETIN

Il est une mine d'informations sur la manière dont votre enfant est perçu à l'extérieur de la maison d'abord. Son comportement face au travail, mais aussi avec ses pairs et les adultes enseignants ou intervenants sont peut-être différents de celui qu'il adopte à la maison. Par ailleurs, il convient de prendre en compte matière par matière, les objectifs d'apprentissage fixés par l'enseignant, l'appétit de votre

enfant pour la matière et la régularité de son travail. Les appréciations sont des indicateurs précieux, plus que la note. Ce premier bilan est surtout révélateur d'un profil d'élève qui peut évoluer au cours de l'année, ou bien être modifié si l'attitude et/ou les méthodes ne conviennent pas. Faites fi de vos attentes et relevez, en première lecture, les informations suivantes:

- Le comportement, l'implication de l'enfant dans le travail de classe
- L'attitude face au travail, passive, rapide, curieuse...

- Les résultats par rapport au groupe classe
- La régularité du travail, travaux rendus à temps ou non
- Les efforts fournis ou pas
- Les interventions orales ou muettes
- Les difficultés réelles, en dehors des points précédents, face aux attentes d'un professeur ou d'une nouvelle matière. Ensuite, il est temps de se détendre pour en parler avec votre enfant, sans émotion refoulée, mauvaise pour la santé.

2 CE PREMIER BULLETIN NE PEUT EN AUCUN CAS GÂCHER LES FÊTES NI LES VACANCES

Vous êtes déçu, les notes ne sont pas à la hauteur de vos attentes et les appréciations ne sont pas très brillantes... Vous avez le droit de ressentir de la déception, de dire l'écart vécu entre attentes et réalité du travail fourni, mais plus tard. La parole est à l'élève. En tout premier lieu, lui demander si le bulletin est le reflet de la réalité, ce qu'il pense des notes et des appréciations est primordial. Cela vous permettra de mesurer l'écart entre ce qu'il vit, ce qu'il assume et l'image perçue par le corps enseignant. Il va de soi que vous restez, pendant ce temps, d'une neutralité à toute épreuve. Ensuite, lui donner les éléments que vous avez relevés et lui demander de les analyser avec vous. La démarche suivante peut être adoptée si les reproches ne dominent pas la conversation :

- Identifiez les raisons de certaines notes ou appréciations, sans reporter la responsabilité sur autrui
- Investiguez sur les méthodes de travail, l'organisation
- Rassurez-le en évoquant

des solutions, du temps, votre aide, du soutien...

- Souvenez-vous qu'un mauvais bulletin n'est pas agréable à présenter à ses parents
- Dédramatisez en utilisant tout ce qui pourrait être blessant comme un électrochoc. Un commentaire, une appréciation peuvent alerter si on évite d'y voir un jugement. Enfin, il reste deux trimestres et vous décidez de changer de plan d'action avec votre enfant. Vous êtes partenaires, il assume sa part de responsabilité, c'est-à-dire l'entraînement, la mémorisation, le travail de recherches et vous la vôtre, l'encadrement, l'aide, l'ambiance propice au travail. Les émotions contrôlées, le bulletin analysé, enfant et parents rassurés par un devenir possible, les préparatifs peuvent commencer.

3 L'ULTIME QUESTION

Elle vous trotte dans la tête, elle est là. «Un système de récompense serait-il efficace?» En bref, la carotte et le bâton sont-ils encore en vogue? La tentation est grande, mais la vraie question est «Quel type de motivation je souhaite donner à mon enfant?» Nous abordons là votre système de valeurs et la construction du plaisir. Vaste programme! Marshall Rosenberg, psychologue à l'origine de la «Communication Non Violente», insiste sur le fait que l'apprentissage devrait être à lui seule la récompense. Beaucoup de pédagogues et de parents en sont persuadés, à raison. Les récompenses détruisent la spontanéité, le plaisir de se réaliser, l'envie de collaborer et de se sentir utile. Elles cultivent la compétition, l'individualisme, le consumérisme... Autrement dit, en agitant une carotte, on manipule l'enfant pour le voir agir en fonction de nos attentes.

«DÉDRAMATISEZ EN UTILISANT TOUT CE QUI POURRAIT ÊTRE BLESSANT COMME UN ÉLECTROCHOC.»

L'action scolaire perd tout intérêt, la récompense prenant toute la place. Attention danger, la motivation est alors de courte durée et l'apprentissage peu solide. Ne vous reprochez pas de lui avoir offert le jeu dont il rêvait après un excellent résultat, il a peut-être compris votre geste comme une preuve de satisfaction. Mettre en place un système de récompense est tout autre, il suppose barème et systématisation. À terme, cette motivation extrinsèque est nuisible à l'apprentissage ainsi qu'à la relation au plaisir et à soi. «Du bon usage des carottes» pourrait être un sujet de réflexion intéressant en cette période de Noël. Noël, tout comme la motivation, se trouve dans le cœur, pas au pied de l'arbre.

Joyeuses fêtes à tous!

À découvrir

- «Parler pour que les enfants apprennent», un livre plein de conseils et d'exemples pour réussir à coopérer
- «Éduquer sans punir» de Thomas Gordon, ou comment apprendre l'autodiscipline
- «Motivation et réussite scolaire», aux éditions Dunod vous aidera à mieux cerner le moteur des apprentissages.



Sucre, l'amère vérité

→ Dr Robert Lustig - Thierry Souccar Editions

En 2009, un médecin-chercheur inconnu du public poste sur YouTube une conférence dans laquelle il dit son écœurement de devoir soigner des centaines de patients obèses et diabétiques, rendus malades par l'industrie agroalimentaire, qui nous inonde de sucre. Depuis, la vidéo a été vue plus de 7 millions de fois. La presse a fait de Robert Lustig « le médecin qui a déclaré la guerre au sucre ». Pour mieux dénoncer les effets du sucre, Robert Lustig a écrit ce livre-choc qui fait émerger une vérité niée par les industriels et minimisée par les pouvoirs publics : le sucre est un aliment toxique et addictif. Il explique pourquoi le sucre est un aliment toxique et addictif dont les industriels et les autorités ont minimisé pendant trop longtemps les effets dévastateurs. Le sucre, dit-il, est aussi toxique que l'alcool pour le foie.



50 conseils pour réussir dans l'univers impitoyable du blog

→ B. Krief et M. Baousson alias Boobs & Zegang - Hugo et Cie

Pour Boobs & Zegang, deux fausses blogueuses (mais deux vraies humoristes), et un livre qui n'est ni plus ni moins qu'un blog papier où elles se proposent de nous livrer tous leurs secrets pour réussir dans le monde impitoyable de la blogosphère ! Avec des rubriques pour bien lancer son blog, trouver le bon nom, avoir de l'influence, gérer la jalousie des autres blogueuses, bien rendre un selfie, éviter les fashion faux-pas, survivre sans make-up et sans wifi, faire l'autopsie de son sac à main, être pour ou contre la digital detox... Cette parodie déjantée d'articles de blogs, de vrais-faux conseils, jeux, coloriages, de test, d'heureux scope, et de faux tutoriels réalisés par de vrais humoristes a tout pour devenir un must have ! Sans oublier le générateur délirant de nom de blog est offert avec le livre.



Ayurvéda pour tous !

→ Stéphanie Marie - Albin Michel

Selon la philosophie de l'ayurvéda – 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'ayurvéda, 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.



Je mange méditerranéen au quotidien

→ Dr Guy Avril - Thierry Souccar Editions

Manger méditerranéen, c'est diminuer son risque de cancer, de maladies cardio-vasculaires, de diabète, de problèmes de poids, de perte de mémoire. Familier de la Crète, le Dr Guy Avril, médecin-gastronome a recueilli auprès de « vrais » Crétois, 150 recettes courtes (pas plus de 3 ou 4 ingrédients) et ultra-simples pour se faire plaisir et vivre en bonne santé ! Salade de chou rouge au gingembre, filets de rouget aux artichauts, sauté de fèves à la tomate et au cumin... Toutes les recettes sont authentiques et éprouvées. L'auteur y livre également les 10 grandes règles de l'alimentation méditerranéenne, ainsi que des explications sur la meilleure manière de choisir et de cuisiner les ingrédients afin d'en optimiser les vertus.



Un sentiment de solitude

→ Monique de Kermadec - Albin Michel

La solitude est le mal du siècle et les surdoués, par leur extrême sensibilité, y sont particulièrement exposés. Pour avoir pendant longtemps recueilli leur parole, Monique de Kermadec, psychothérapeute et psychanalyste, est allée au plus près de cette souffrance. Identifier l'origine de ce sentiment afin de ne plus en souffrir, mais au contraire, d'en faire une force. Car la capacité à être seul est indispensable à la connaissance de soi et donc des autres. Quels sont les liens entre solitude et isolement ? Comment s'exprime cette solitude sous sa forme négative et quelles sont les manifestations de sa souffrance ? En répondant à ces questions et à tant d'autres, Monique de Kermadec livre les clés qui permettront à chacun de découvrir les pouvoirs de la solitude afin d'y trouver une source d'épanouissement et de construction personnelle.

S'adapter au rythme et à la personnalité de chaque enfant



SITUÉE À PÉTANGE, LA CRÈCHE ENCHANTÉE ACCUEILLE VOTRE ENFANT DANS UN CADRE CONVIVIAL ET CHALEUREUX, EN VEILLANT À CE QUE LES BESOINS ET SOUHAITS DE CHACUN SOIENT RESPECTÉS.

C'est en 2010 qu'Elisabeth Herry, éducatrice de formation, se lance dans l'aventure de créer sa propre maison d'accueil «C'est un projet mûrement réfléchi, que je nourrissais depuis de nombreuses années et que je continue à développer chaque jour, avec tout mon cœur», explique la gérante. Après une expérience de plusieurs années dans différentes crèches du pays, Elisabeth Herry s'est donnée pour ambition de mettre sa passion entièrement au service des enfants et des parents.

UNE OUVERTURE SUR LE MONDE

Depuis plus de sept ans, La Crèche Enchantée accueille ainsi bébés et enfants au sein d'une structure familiale, où respect, tendresse, bonne humeur et dialogue sont les maîtres-mots. « Nous veillons à ce que les petits se sentent ici comme à la maison, précise Elisabeth Herry. Le respect de leur personnalité et de leur horloge biologique constitue notre priorité. C'est à nous de nous adapter à l'enfant, et pas l'inverse. » Ouvert sur le monde qui l'entoure, le projet pédagogique de La Crèche Enchantée accorde

une grande importance à la psychomotricité, aux découvertes culinaires et aux sorties en extérieur. L'éveil des enfants passe par des activités très variées. «Chaque semaine, ils vont à la gymnastique ou à la natation, participent à un atelier de cuisine... Régulièrement, nous organisons des sorties au cinéma, au musée, au marché, au zoo ou encore au verger», commente la gérante.

DES ESPACES ADAPTÉS SELON LES ÂGES

Pour les accompagner dans ce développement et répondre au mieux à leurs besoins, les enfants sont regroupés selon leur âge, sur deux sites différents, localisés à Pétange. La nurserie comprend deux espaces spécialement aménagés pour les nourrissons, le premier est dédié aux bébés de 2 mois à un an, l'autre aux tout-petits de 12 à 20 mois. « Lors du passage de la nurserie à la crèche des plus grands, les enfants peuvent compter sur le soutien de deux puéricultrices qui travaillent aux deux endroits. Cela rend la transition plus facile et plus rassurante, à la fois pour

l'enfant et pour les parents. » Les deux maisons, aménagées confortablement et équipées de tout le nécessaire pour les tout-petits, répondent rigoureusement aux normes de sécurité et d'hygiène.

ÊTRE UN RELAIS POUR LES PARENTS

Pour encadrer les 45 bambins qui fréquentent les deux maisons au quotidien, La Crèche Enchantée s'appuie sur une équipe de 14 collaborateurs qualifiés dans le domaine de la petite enfance : puéricultrices, éducateurs et aide-éducatrices. « Si le français et le luxembourgeois sont les langues principalement parlées au sein de la crèche, notre personnel éducatif s'exprime également couramment en allemand, roumain, portugais, italien et anglais. Une attention particulière est également octroyée à la collaboration entre les parents et l'équipe éducative. «La crèche ne remplace pas les parents en matière d'éducation et d'accompagnement. C'est un relais. C'est pourquoi nous veillons à dialoguer et échanger régulièrement avec les parents, toujours dans le souci du bien-être de l'enfant.»



Nurserie 21, rue de Linger L-4755 Pétange Tél.: 26 50 02 91 | Crèche et foyer de jour 33, rue Marie-Adélaïde L-4757 Pétange Tél.: 26 65 40 12
La crèche accueille les enfants de 6h30 à 19h toute l'année. (Sauf durant les fêtes de Noël et les jours fériés).

On passe à table!



Geneviève Lethu

AURÉLIE GUYOT

S'IL EST BIEN UNE PÉRIODE PROPICE À LA PRÉPARATION DE BELLES TABLES, CE SONT LES FÊTES DE FIN D'ANNÉE! TABLÉES FAMILIALES, RETROUVAILLES ENTRE AMIS OU DÎNERS EN PETIT COMITÉ, ON AIME FAIRE PLAISIR ET SE FAIRE PLAISIR EN ARRANGEANT, DÉCORANT ET CHOISSANT AVEC SOIN NOTRE DÉCO ET NOTRE SERVICE DE TABLE. D'AUTANT PLUS QUE LES CRÉATEURS ET GRANDES ENSEIGNES N'ONT CESSÉ DE SE RENOUVELER ET DE NOUS SURPRENDRE CES DERNIÈRES SAISONS : MISE EN VALEUR DE L'ARTISANAT, UTILISATION DE MATÉRIAUX NATURELS, AMBIANCE TROPICALE OU ENCORE MOTIFS ET COULEURS TOUJOURS PLUS INSPIRANTS... PROFITONS DE CETTE FIN D'ANNÉE POUR PASSER EN REVUE LES TENDANCES LES PLUS ENTHOUSIASMANTES !

DES TABLES DE NOËL PAS COMME LES AUTRES

Lassées de ressortir chaque année les mêmes assiettes de famille? On vous recommande les nouveautés Geneviève Lethu... La collection Chenkuo, d'inspiration japonisante aux reflets dorés et rose poudré, se marie à merveille à un chemin de table en mousseline blanche pour une déco douce et poétique. Pour les plus traditionnelles, Green Gate vous propose une édition complète rouge et blanche, en évitant le total look grâce à des imprimés de roses anciennes ou de petits motifs géométriques. De quoi dresser une table qui émerveillera petits et grands! Zoe Confetti a imaginé une déco végétale : set de table imitant le cèdre, sapins miniatures et branches d'épicéa côtoient des objets déco en bois, du marque-place aux petits cadeaux pour les invités... Une mise en scène idéale pour les budgets serrés.

ARTISANAL

On se passionne pour le savoir-faire et le travail de la main... Nous adorons raconter à nos convives le processus de fabrication de la porcelaine et de la terre cuite, et on prend de plus en plus de plaisir à découvrir et redécouvrir des marques qui mettent en valeur notre artisanat. La faïencerie de Gien, les émaux de Longwy, la porcelaine de Limoges, la cristallerie de Baccarat ou de Saint-Louis sont autant de griffes qui se refont une beauté et comptent bien profiter de ce nouvel engouement en nous proposant des créations plus actuelles et en s'associant des designers de renom. Les plus petits labels ne sont pas en reste, à l'image de la Faïencerie Georges, un de nos derniers coups de cœur; cette vénérable maison, fondée en 1898, a su se réinventer et tente des motifs et des imprimés originaux. De quoi meubler les conversations après le dessert...

TEA-TIME

Instagram et Pinterest regorgent de photos alléchantes de goûters aussi ravissants que gargantuesques, à l'image de ceux proposés chez Peggy Porschen, salon de thé de Belgravia suivi par plus de 156 000 personnes : Halloween, Noël, ou même l'arrivée du printemps sont autant d'occasions de déclinaisons de thématiques déco. Tea-time zen avec la marque Sema Design, à associer à des mochi au thé vert et un bouquet de branches de cerisiers en fleurs. Ou pourquoi ne pas tenter un décor sobre et sophistiqué grâce aux nouveaux services à thé édités par Muuto et Love Creative People ? Complétez votre décor par quelques bâtons de cannelle et agrumes coupés. Voici qui devrait nous donner des envies de traverser la Manche ou de nous improviser maîtresse de cérémonie du thé.

TROPICIC

Et si on oubliait les températures négatives pour faire entrer un peu de chaleur en cuisine ? Cactus, oiseaux exotiques et fleurs tropicales s'invitent sur nos tables, et on en redemande ! Les jaunes solaires, verts acidulés et oranges gourmands dominent. Les imprimés jungle ont la cote et on se décide enfin à investir enfin dans ces tumblers ananas pour épater nos invités autour d'une soirée cocktails improvisée. Fausses feuilles de palmiers en guise de set de table, bouquets de fleurs colorées disposés dans des ananas évidés et bougies rose bonbon, jouez la carte de la couleur et du dépaysement... Hawaï n'est plus très loin.

« ON PREND DE PLUS EN PLUS
DE PLAISIR À DÉCOUVRIR
ET REDÉCOUVRIR DES MARQUES
QUI METTENT EN VALEUR
NOTRE ARTISANAT »



→ Geneviève Lethu



Zoe Confetti

AU NATUREL

L'utilisation de matériaux bruts, à peine traités et le plus naturel possible apparaît comme une autre grande tendance de fond qui dépasse largement le secteur des arts de la table. On aime faire passer de mains en mains en grand saladier en bois, siroter une detox water dans des pots de confiture récupérés et détournés ou déguster un morceau de fromage dans une assiette en ardoise. Dans un esprit luxe, Red Edition propose des plateaux en marbre blanc gainé de laiton doré, parfait en centre de table. Madame Stolz édite des planches en bois graphiques tandis que Philippe Xerri a dessiné pour Rock the Kasbah un set complet en olivier qui dépoussière le genre. Serviettes de table en lin, couverts minimalistes et carafe en céramique complètent cette slow-déco de table qu'on adore pimper avec des bouquets de fleurs des champs dès le printemps venu.

VOUS AVEZ DIT BIZARRE ?

Si rien ne vous surprend plus, cette dernière tendance est faite pour vous ! L'étrange se dispute ici au fantastique. Classique... s'abstenir ! On s'inspire des cabinets de curiosités pour théâtraliser nos tables et nos dîners. On a repéré la marque Animal Fabuleux, qui nous offre des créations précieuses et audacieuses, à l'image de sa collection Memento Mori ou Ecce Homo réalisée avec l'artiste-tatoueur Tin-Tin. Pied de Poule édite d'appétissantes assiettes frappées de globes oculaires, tandis que les verres à eau shoppés chez Côté Table se parent de délicates méduses... L'imagination n'a plus de limite, plus c'est étonnant et plus on aime ça. Et bon appétit, bien sûr!

Actu

La Belgique n'est pas d'emblée associée au design. Pourtant, le design est intimement mêlé à l'histoire du pays : des courants artistiques tels que l'Art nouveau y sont nés et des événements emblématiques comme l'Expo 58 s'y sont déroulés. L'exposition Panorama montre comment la Belgique a utilisé le design de différentes manières au cours de l'histoire: aspirations sociales du mouvement avant-gardiste de l'entre-deux-guerres, expériences pédagogiques menées au sein de l'Ecole La Cambre, engouement d'après-guerre, promotion du design moderniste belge par le Brussels Design Centre ou encore impact de la crise écologique des années 70... Beau et instructif!

Panorama, jusqu'au 7 janvier au Musée du Design de Bruxelles.
Plus de détails sur www.adamuseum.be

En images



→ Sema Design



→ Creavea



→ Zoé Confetti



→ Sema Design



→ Côté Table



→ Zoé Confetti

**tapis
hertz**



Le Jacquard Français

Luxembourg-Ville: 44 Grand-Rue / T. 227 327
Shopping Center **la belle étoile** / T. 26 310 240

www.tapishertz.lu

LES HISTOIRES D'ÉLODIE LENOIR

APRÈS PARIS, MILAN, BRUXELLES OU TOKYO, C'EST À LUXEMBOURG QUE NOUS RENCONTRONS UN DE NOS DERNIERS COUPS DE CŒUR ! LE GRAND-DUCHÉ COMPTE NOMBRE DE JEUNES TALENTS, ET ÉLODIE LENOIR EN FAIT PARTIE. LES BUREAUX DE LA SOCIÉTÉ GÉNÉRALE BOULEVARD ROYAL ? C'EST ELLE. LA RÉHABILITATION DES LOBBIES DU K2 BALLADE AU KIRCHBERG ? C'EST ENCORE ÉLODIE. AMÉNAGEMENT D'ESPACES DE COWORKING, DE RESTAURANTS OU DE MAISONS PRIVÉES, ELLE COMBINE AVEC BRIO SES TALENTS D'ARCHITECTE, DE DÉCORATRICE ET D'ARCHITECTE D'INTÉRIEUR. MAIS COMMENT FAIT-ELLE ? NOUS SOMMES ALLÉES LUI POSER LA QUESTION.

AURÉLIE GUYOT



©Eric Chenal



©Eric Chenal

Banque privée Société Générale



©Eric Chenal

Espace de coworking



Dans la garde-robe

Une paire de boots à paillettes, parce qu'elles donnent le sourire à qui les voit et qu'elles se marient avec tout... !



Sa source d'inspiration

Les grandes villes et les rencontres lors de mes voyages

Cette Parisienne, Luxembourgeoise d'adoption, a décroché son premier job au Grand-Duché, dans une des agences les plus réputées. Mais au bout de 7 ans, Élodie souhaite voler de ses propres ailes : «je viens d'une famille de restaurateurs qui a décroché 2* au Guide Michelin, et d'une famille d'agriculteurs. Je connais la valeur du travail et sais être perfectionniste. Enfant, je composais mes propres menus et les réalisais pour mes parents ou grands-parents ; j'aurais voulu poursuivre dans cette voie, mais mes parents ont souhaité pour moi une vie plus 'normale'...». Ce sera donc l'architecture et le design, et depuis 3 ans le studio EL'LE interior stories, dans lequel Élodie officie avec son compagnon. La conjugaison travail et vie privée fonctionne à merveille. Indispensable, lorsque, comme Élodie, on voyage jusqu'au bout du monde pour réaliser les projets de ses clients : «je collabore depuis 3 ans à l'aménagement d'un hôtel 4* à deux pas de la Tour Eiffel. Tout a été dessiné de A à Z, même les carrelages.

Ambitieuse, généreuse, vegan... et parfois disjonctée» Élodie vit et travaille entre Luxembourg et Paris. «Nous travaillons sur un nouveau concept d'hôtels à Paris, mais aussi sur un chantier de 24 logements de luxe sur les bords de Gasperich. Un restaurant également, et enfin de nombreux bureaux pour la Communauté Européenne. Nous souhaitons développer une ligne de mobilier, mais les journées sont trop courtes...» Son style ? «Il n'est pas vraiment défini. Il évolue et s'adapte aux besoins des clients. Chaque projet raconte une histoire.» Nous ne pouvions nous quitter sans quelques bonnes adresses déco... À Luxembourg, je cours chez Firstfloor, Carrerouge, et BeckStreetFive. Pour les bars où je donne rendez-vous ailleurs qu'au bureau, je choisis le Paname bien sûr. Je m'y sens comme à la maison et les cocktails sont divins. Enfin, pour les restos, je vais au Flowers Kitchen (réalisé par EL'LE) ou je passe en coup de vent acheter un Banh Mi vegan chez Ready. Aujourd'hui, je n'ai peut-être pas de restaurant ni d'hôtel... mais on me confie leur création!.



Dans la salle de bains

L'Eau de Rose de Huygens



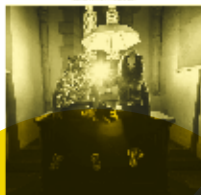
L'objet culte

Mon chat japonais maneki neko doré et ultra kitsch, et mes lunettes

BOLD

MAGAZINE

BOLD



ACTUALITÉ

DANS L'ŒIL
DE REDING



CHEZ KITO.KAT X SHINAPAN



LES
FOOD TRUCKS

CULTURE

ACTU
CINE



HORA WAGNER & ROMAIN SIMIAN
SEASONAL A Nomad Workshop



LA MODE EN LIGNE



NINII: FRITES,
JAMBON BLANC
ET GLITTER



TRUE LIFE

TENDANCE

RESTAURANT LUDIQUE



BOLD
IS IN THE KITCHEN



AY,
TEQUILA!



LÀ HAUT
SUR LA MONTAGNE



LES 10 ANS
DU MUDAM



EXPLORATION

SKATEPARK PEITRUSS



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

Green chic Village



H&M

CETTE ANNÉE, NOËL SERA VÉGÉTAL
OU NE SERA PAS.
LE VERT PROFOND S'ILLUMINE
DE TOUCHES D'OR POUR CRÉER
UNE AMBIANCE FESTIVE ET FÉÉRIQUE.

SARAH BRAUN



Or mat et formes affûtées
pour une ménagère très chic.
→ **Zara Home**



H&M



Un vase très très green.
→ **H&M Home**



Ligne rondes et épurées et vert lumineux pour ce joli vase qui fera toutes les saisons.

→ **Roche Bobois**



Un petit plaisir à s'offrir ou à offrir pour passer un bon moment.

→ **La Redoute Intérieurs**



Plus hygge que cette lampe ? Impossible !

→ **Primark**



Audenza



Une suspension précieuse et féérique.

→ **Kartell**



Un chandelier design et minimaliste pour prolonger la féerie des fêtes.

→ **La Redoute Intérieurs**



Velours précieux et formes pop pour ce fauteuil ultra design.

→ **VG New Trend**



La vaisselle se met aussi à l'heure des fêtes.

→ **Alinéa**

CITROËN C3 AIRCROSS:

Tendance !

POUR REMPLACER SON C3 PICASSO, MODE DES SUV OBLIGE, CITROËN TRANSFORME SON MONOSPACE EN CROSSOVER AVEC LE C3 AIRCROSS. CE FAISANT, IL INVESTIT LE CRÉNEAU DES SUV COMPACTS DES VILLES ET DES CHAMPS POUR CELLES ET CEUX QUI AFFECTIONNENT LE CONFORT ET LA POSITION DE CONDUITE TYPIQUE DE CE SEGMENT.

ANTONIO DA PALMA FERRAMACHO



- Confort global
- Fonctionnalité de l'habitacle
- Grandes possibilités de personnalisation
- Motorisation turbo essence douce



- Face avant un peu massive
- Quelques plastiques durs à bord
- Un frein à main qui manque d'élégance
- Aides à la conduite réservées aux versions haut de gamme



- Prix de base : 17.183 € (1.2l Puretech 110)

NOUVEAU POSITIONNEMENT

Comme l'indique son nouveau slogan «Inspired by you», Citroën est une marque qui bouge en plaçant le client au cœur du dispositif produit avec un service et un réseau commercial adaptés. Aussi, avec son nouveau design, le C3 Aircross se veut moderne, chic et confortable. Par contre, nous émettrons des réserves au sujet de sa nouvelle face avant dont la calandre à 3 étages manque un peu de finesse... Il faut probablement y voir l'image de robustesse et de solidité véhiculée par ce type de véhicule. Ce SUV compact de 4,15 mètres a pour concurrents le Renault Captur, les jumeaux Kia Stonic et Hyundai Kong, et ses cousines Peugeot 2008 et Opel Mokka (ndlr. Opel a récemment rejoint le groupe PSA). Un signe que les petits SUV plaisent et continuent de proliférer grâce aux constructeurs qui élargissent leur gamme tous azimuts, c'est la tendance !

CONFORT À LA FRANÇAISE

En nous invitant en Corse, Citroën n'a pas eu peur de mettre son C3 Aircross à l'épreuve des petites routes tortueuses qui pourraient sembler mieux adaptées aux voitures sportives. Au volant de la version haut de gamme, équipée du moteur diesel 1,6l BlueHDI de 120 ch et accouplé à la boîte mécanique 6 vitesses, nous avons pu apprécier la bonne visibilité essentiellement vers l'avant grâce à la position de conduite surélevée. C'est d'autant plus agréable que les sièges sont assez souples et s'harmonisent bien avec les réglages de la suspension particulièrement confortable sans toutefois laisser trop d'amplitude aux mouvements de caisse. Au niveau habitabilité, c'est plutôt bien avec une banquette arrière coulissante qui dégage de la place dans le coffre (de 410 à 520 litres) ou aux places arrière. Enfin, le siège avant passager rabattable vers l'avant (en option) offre une longueur de chargement de 2,4 mètres, pratique pour les bricoleuses ou les surfeuses !

ESSENCE OU DIESEL

Le moteur essence n'est autre que l'excellent petit 3 cylindre Puretech 1,2l turbo qui développe ici 110 ch et est accouplé à la boîte automatique à 6 rapports. Ainsi motorisé, le C3 Aircross est plus léger du train avant et se montre encore plus agile et confortable que la version diesel. Une motorisation très silencieuse lorsqu'on évolue sur un filet de gaz avec la boîte auto sur le mode «Drive». Par contre, mieux vaut ne pas trop le brusquer, en côte notamment, car il faudra alors monter dans les tours avec pour conséquence une hausse du niveau sonore et de la consommation... De quoi entacher l'agrément du C3 Aircross qui privilégie plutôt le confort et une conduite zen. En adoptant une conduite coulée, nous avons consommé 6,3 l/100 km avec la version essence et 5,7 l/100 km avec le diesel. De quoi obtenir des rejets de CO2 compris entre 96 et 124 g/km selon les chiffres officiels. Par contre, pas de version hybride ou de transmission à 4 roues motrices pour l'instant.

ÉQUIPEMENTS ET CONNECTIVITÉ...

C3 Aircross dispose de 8 teintes de carrosserie, 4 coloris de toit et 4 packs couleur. De quoi le personnaliser à sa guise avec près de 100 combinaisons possibles ! À cela s'ajoutent 5 ambiances intérieures (les couleurs et les revêtements) et, bien sûr, plusieurs lignes sous forme de packs prédéfinis comme les «Live» et «Feel» (qui ajoute la climatisation, l'écran tactile de 7 pouces, le volant en cuir et les barres de toit). Quant à la version haut de gamme «Shine», elle brille par son équipement pléthorique ! Question sécurité, il est possible de sélectionner en option les aides à la conduite de dernière génération comme le «Grip Control» ou le «Descent Control» qui freine automatiquement lors de pentes abruptes négociées à faible allure. Signalons enfin que le module de navigation est compatible Apple CarPlay et Android... Vous savez tout ou presque !

ARNAUD MAGNIER

CE SOIR, ON DÎNE EN VILLE ! SITUÉ AU CŒUR DU QUARTIER GOUVERNEMENTAL, À DEUX PAS DU PALAIS GRAND-DUCAL, LE CLAIREFONTAINE BAT AU RYTHME DES CRÉATIONS DE SON CHEF, ARNAUD MAGNIER. SON CREDO ? TROIS FONDAMENTAUX ANCESTRAUX : LE PRODUIT, LE PRODUIT ET... LE PRODUIT !

MAGALI EYLENBOSCH



Katell Guillou connaît bien l'univers de la gastronomie. Née dans une famille de restaurateurs étoilés, elle a naturellement repris le flambeau avec deux belles adresses. Au Toit pour toi, Yannick Hochet officie derrière les fourneaux. Lorsqu'on lui demande l'origine de leur collaboration, il explique en souriant : « j'ai pris le journal et je suis arrivé chez Monsieur Pierrick Guillou (le père de Katell, ndlr.) qui recherchait un commis de cuisine. L'entretien a duré cinq minutes. Il m'a demandé si j'avais des couteaux et si je me pouvais me changer. J'ai répondu oui et j'ai commencé à travailler. » Yannick Hochet passe par tous les postes de la brigade maison, passant de commis à légumier, puis au poste « poisson ». En 2010, les parents de Katell Guillou, doublement étoilés, cessent leur activité et Yannick rejoint Katell. Sa cuisine s'articule autour de produits frais et variés, de préférence de saison et régionaux. Il la définit comme généreuse, aime la modernité, mais refuse de dénaturer le goût des bonnes choses. Pour revisiter une recette originale, il faut d'abord la maîtriser !

Quel est le produit que vous aimeriez mettre en avant ?

Le turbot, un grand classique de la maison. C'est un produit à la fois léger et consistant.

Comment choisit-on un bon turbot ?

Lorsque l'on ne s'y connaît pas, il est toujours préférable d'aller chez un bon poissonnier et de lui faire confiance. Dans l'absolu, il faut regarder l'aspect général, les yeux, les ouïes. Regardez le côté blanc du poisson. S'il y a des taches, c'est qu'il a été mal saigné. On veut un turbot blanc. Veillez aussi à acheter du turbot sauvage, plus ferme et plus goûteux que celui d'élevage. Il est plus cher, mais cela en vaut vraiment la peine.

Est-il difficile à cuire ?

Pas du tout. Vous pouvez le rôtir ou le braiser. En trois minutes, c'est fait !

Pouvez-vous nous confier une recette simple ?

Pour quatre personnes, partons sur un turbot sauvage de 2kg brut, de préférence originaire de la côte Atlantique. Demandez à votre poissonnier de le lever. Gardez les arrêtes et les joues (pas la tête). Prenez 500g de coques et 500g de moules.

➡ Préparez un fumet de poisson avec l'arrête. Mouillez deux fois la hauteur du poisson, rajoutez quelques carottes, quelques poireaux et un oignon. Montez en température sans faire bouillir et passez.

➡ Dans une casserole, mettez ½ litre de vin blanc, une échalote et une petite branche de céleri. Laissez infuser quelques minutes. Retirez l'échalote et le céleri. Portez à ébullition. Ajoutez d'abord les moules. Une fois ouvertes, retirez-les. Faites la même chose avec les coques. Décortiquez et faites réduire de moitié le petit jus obtenu. Mettez tant pour tant en crème. Après une petite ébullition, maintenez chaud et ajoutez du sel et du poivre.

➡ Taillez finement des petits légumes (courgettes, pâtisson jaune et des lentins de chène), ajoutez quelques gambas décortiquées et faites cuire dans la marinère pendant trois ou quatre minutes.

➡ Faites cuire votre turbot dans votre fumet en mouillant à hauteur. Montez vite en température et arrêtez au frémissement. Trois minutes suffisent.

➡ Placez vos légumes et vos gambas au fond de l'assiette, ensuite votre poisson. Chinoisez la marinère et donnez un petit coup de mixer pour faire mousser. Versez dessus et bonne dégustation !

CASSE NOISETTE

Préparation : 5 heures - Cuisson : 50 minutes - Repos : 1 nuit minimum

Ingrédients : Sablés: 130 G de beurre mou + 125 G de sucre semoule + 25 G de noisettes en poudre + 1 Oeuf + 250 G de farine t45 + 1 G de levure chimique / Dacquoise: 95 G de poudre de noisettes + 55 G de sucre glace + 135 G de blancs d'oeufs + 65 G de sucre semoule + 40 G de noisettes grillées concassées + 6 G de lait en poudre + 20 G de farine t45 / Praliné gros grains: 120 G de noisettes non mondées + 140 G de sucre semoule + 6 Cl d'eau + 1 Pincée de vanille en poudre / Pralin pour crème: 100 G de praliné gros grains + 100 G de pâte de noisette / Praliné feuillantine: 15 G de chocolat ivoire (valrhona®) + 110 G de praliné gros grains + 15 G de pailleté feuillantine / Mousse praliné aux chocolats lacté et blanc: + 50 G de chocolat blanc + 30 G de chocolat au lait + 45 G de pralin pour crème + 160 G de crème fouettée mousseuse + 40 G de noisettes grillées concassées / Mousse praliné aux chocolats noir et lacté: 45 G de chocolat noir + 45 G de chocolat au lait + 40 G de pralin pour crème + 200 G de crème fouettée mousseuse / Finitions: Noisettes concassées + Un peu de sucre glace ou de neige décor / Ustensiles: 1 Moule à bûche de 24 cm + 1 Thermomètre de cuisson + 1 Poche munie d'une douille cannelée + Feuille de rhodoïd® + 1 Carton à bûche légèrement plus grand que la bûche.

Montage:

1. La veille ou l'avant-veille de la dégustation, préparer la dacquoise et les sablés. Le jour même, réaliser les mousses et les noisettes. Procéder au montage, congeler au moins 3 heures. Glacer congelé et réaliser la décoration. Garder au frais jusqu'à dégustation.



01 Préparez les sablés.

Préchauffez votre four à 180°C. Dans un saladier, mélangez délicatement le beurre en pommade et le sucre semoule, les noisettes en poudre. Puis versez l'oeuf, ajoutez la farine et la levure mélangées. Remplissez une poche à douille cannelée et faites des petits boudins sur une plaque beurrée et farinée. Torsadez légèrement les boudins avec les doigts. Posez ces petits morceaux de pâte sur une plaque recouverte d'une feuille de papier sulfurisé. Enfourez 10 à 15 minutes. Laissez-les refroidir et rangez-les dans une boîte hermétique.

02 Préparez la dacquoise.

Préchauffez le four à 180 °C. Dans un robot, broyez la poudre de noisettes et le sucre glace. Montez les blancs d'oeufs en neige avec un peu de sucre semoule. Incorporez le reste du sucre dans les blancs bien fermes. À l'aide d'une spatule, incorporez le mélange noisette, sucre glace, lait en poudre, farine. Mélangez délicatement. Étalez le biscuit sur une plaque recouverte de papier sulfurisé, coupez des

bandes parallèles : deux de 5 cm, une de 8 cm. Enfourez 15 à 20 minutes en tournant la plaque à mi-cuisson. Lorsque les biscuits sont cuits, laissez-les complètement refroidir sur une grille.

03 Réalisez le praliné gros grains.

Faites cuire les noisettes au four à 160 °C pendant 10 à 15 minutes, afin de les torréfier, puis enlevez les peaux. Faites chauffer le sucre et l'eau jusqu'à 117 °C, puis ajoutez la vanille, versez les noisettes refroidies, et mélangez vigoureusement. Remettez à cuire quelques secondes, sans laisser trop caraméliser. Mixez au robot jusqu'à obtention d'une pâte granuleuse.

04 Faites le pralin pour crème.

Mélangez le praliné et la pâte de noisette. Réservez.

05 Préparez le praliné feuillantine.

Faites fondre le chocolat blanc au bain-marie, puis incorporez le reste des ingrédients. Mélangez bien et réservez.

*Wine
lovers*



**Conseil d'Arnaud
Vaingre, sommelier
à Vinoteca.**

06 Confectionnez les mousses praliné aux chocolats lacté et blanc et praliné aux chocolats noir et lacté.

Versez les deux sortes de chocolat dans un récipient et faites-les fondre au bain-marie. Laissez refroidir le mélange et lorsqu'il atteint 45-50 °C, mélangez-le avec le pralin pour crème ; versez le tout sur la crème fouettée mousseuse, ajoutez les noisettes. Mélangez vivement, quelques secondes sans s'arrêter : le mélange doit être bien régulier.

Répétez les mêmes étapes pour la mousse praliné aux chocolats noir et lacté.

07 Procédez au montage.

Posez un film une feuille de papier sulfurisé dans votre moule à bûche. Étalez la mousse praliné aux chocolats noir et lait, placez la dacquoise de 5 cm de largeur, puis déposez encore de la mousse aux chocolats noir et lait, et posez le deuxième biscuit. Étalez ensuite la mousse aux chocolats lait et blanc. Sur le troisième biscuit, déposez et étalez le praliné feuillantine, et posez le biscuit retourné, face avec la feuilletine contre la mousse. Réservez au congélateur une nuit. Sortez le gâteau du congélateur, démoulez-le, parsemez-le de noisettes concassées grillées. Décorez avec les sablés, saupoudrez une partie des sablés de sucre glace, ou de neige décor (sucre glace qui ne fond pas).



**L&R KOX VIN DE PAILLE
LUXEMBOURG 2014 - 42€**

Laurent et Rita Kox n'arrêtent pas d'innover en proposant des cuvées différentes, bien loin des classiques de la Moselle (vin en amphore, vieux cépages etc). Ici nous sommes sur un grand vin liquoreux traditionnel, riche, gourmand avec énormément de fraîcheur. Un classique revisité, dans son packaging et son style, il sera parfait sur ce dessert !

**HENRI GIRAUD DAME JANE ROSÉ
CHAMPAGNE - 59,90€**

Henri Giraud est un vrai champagne de vigneron, frais, élégant avec un passage en œuf en terre cuite, méthode ancestrale que le domaine remet au goût du jour. Ce champagne sera le compagnon idéal de ce dessert et apportera de la fraîcheur à votre dîner.



Dù le trouver ?

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

vinoteca.lu
luxembourg

**B
Û
C
H
E
S**



BÛCHES

**Le savoir-faire d'un grand pâtissier
dans un livre gourmand et pédagogique.**

Le pétillant duo de pâtisseries s'approprie le symbole sucré des fêtes de fin d'année, pour en extraire l'essence de rêves gourmands. Sur les crêtes, des décors se font personnages de contes de Noël, mais les champignons de tradition côtoient aussi une modernité graphique. L'exotisme de fruits ensoleillés rencontre le froid hivernal des bûches glacées. De brillants glaçages dissimulent des jeux de textures, de parfums et de couleurs. Les secrets des bûches apparaissent à la découpe : dacquoise, mousse ou génoise, crème citronnée, pralinée ou fruits rouges en compotée. Lorsqu'un pâtissier superpose le bon convivial et le beau festif, chaque recette devient une surprise lumineuse. En voici 45, pour éclairer autant de fois notre candeur de joyeuses gourmandises.

Bol d'Eire et pintes de bière à Dublin

L'IRLANDE, CE N'EST PAS QUE SES PAYSAGES BUCOLIQUES OÙ LE VERT ET LE GRIS SE DISPUTENT LES FAVEURS DES PUPILLES. C'EST AUSSI UNE CAPITALE, DUBLIN, PAS LA PLUS BELLE DU MONDE CERTES. MAIS OÙ IL FAIT BON VIVRE, SE CULTIVER, DÉCOUVRIR ET SURTOUT FAIRE LA FÊTE... EN ARROSANT SES SOIRÉES DE GUINNESS.

KÉVIN STORME



Le pub a donné son nom au quartier éponyme. C'est le haut-lieu des nuits dublinoises.

Écluser des litres de Guinness en parlant avec plein d'inconnus portant un chapeau vert. Dublin n'est certainement pas la plus belle ville d'Europe, mais elle figure parmi les plus festives. D'ailleurs, dans cette capitale fondée par les Vikings, la culture prend racine dans le houblon. Aménagée au début du 21^{ème} siècle dans une immense brasserie construite en 1904, la Guinness storehouse est un musée où l'on déambule sur sept étages, entre des cuves géantes. On y découvre les secrets de fabrication de ce monument irlandais en suivant un itinéraire fléché parfaitement scénographié. En haut, le bar vitré offre une vue magnifique, à 360°, sur la capitale irlandaise. Une bière y est offerte sur présentation du billet d'entrée. Des «soft» sont également disponibles pour les plus jeunes et les abstinents qui se seraient égarés par accident dans ce temple irlandais de la mousse.

TEMPLE DE LA GUINNESS

Après cette mise en bouche, direction le Temple bar. Le pub éponyme a donné son nom au quartier. Il est tiré du nom de William Temple, recteur du Trinity college qui s'y fit construire une maison au 18^{ème} siècle. C'est dans ce secteur que l'on trouve tous les pubs à la mode de la capitale. À la nuit tombée, les froides nuits irlandaises prennent quelques degrés, même au cœur de l'hiver. Tout autour, le quartier compte de multiples ruelles pavées au contour tortueux abritant des restaurants branchés, des galeries d'art et des lieux culturels alternatifs. Quelques fresques de street-art parsèment aussi les environs. Marre de la bière? Direction la Old Jameson distillery. On y distille le Jameson, le plus célèbre whisky irlandais. Dans ce musée boutique où il est aussi possible de déguster, on apprend toutes les étapes de la fabrication du «whiskey». L'architecture de la

distillerie est typique de la fin du 19^{ème} siècle et vaut à elle seule le détour. Même pour celles qui ont le foie fragile.

VIEILLE BIBLIOTHÈQUE

Si l'alcool n'est jamais loin, on peut aussi visiter Dublin en mode abstinence. Le Trinity college, outre le fait que son ancien recteur ait donné son nom au plus célèbre bar de la ville, est aussi la plus ancienne université du pays. Il a été fondé en 1592 par Elisabeth 1^{re}. Son campus s'étend sur 15 hectares et abrite un campanile, un ouvrage enluminé du 9^{ème} siècle, ainsi que la Old library, l'une des plus vieilles bibliothèques d'Europe, qui contient 200 000 livres. Autre lieu emblématique de la capitale de l'Eire, le château de Dublin était le siège du pouvoir britannique en Irlande. Il a été habité par le vice-roi d'Irlande jusqu'à la fin de la



Infos pratiques

On dort où ?

Pas cher : Airbnb offre un rapport qualité-prix imbattable. Les premières chambres doubles à Dublin sont à environ 30 € la nuit.

Plus cher :

The Shelbourne Dublin, a Renaissance hotel. Presque 200 ans pour l'hôtel le plus réputé de la ville. Voituriers, portiers, Rolls Royce... Toute l'imagerie des lords britanniques y est. À partir de 250 € la double.

On mange où ?

• **Économique :** L'Irlande a beau être en conflit avec le Royaume-Uni, sur le plan gastronomique, les deux pays ont trouvé un point d'entente: le fish'n chips, que l'on trouve à tous les coins de rue. Pas cher, pas mauvais, mais très gras!

• **Chic :** Restaurant Dax. Un restaurant parmi les plus réputés de Dublin, qui mélange les saveurs françaises et irlandaises. Compter une cinquantaine d'euros pour l'entrée, le plat et le dessert.

Faire la fête

À Dublin, le Temple bar est un mythe. Tout autour, de nombreux pubs déversent aussi des litres de Guinness dans une ambiance festive. Après la première partie de soirée au pub, les clubs accueillent les noctambules pour le reste de la nuit. Parmi les plus courus, le Button factory ou le Sugar club. Des concerts et soirées spéciales y sont régulièrement organisés.

guerre civile en 1922. On y visite plusieurs salles, notamment le trône de Guillaume 3 d'Angleterre, ainsi que la chapelle royale et la grande salle de bal, ornée de lustres en cristal. Au pied du château, la Chester beatty library est une autre bibliothèque qui vaut le détour. Elle abrite une grande collection de livres rares et de manuscrits, ainsi qu'un musée d'art, qui abrite notamment une importante collection d'objets islamiques et d'Orient.

LES CONTES DE LA CRYPTÉ

Non loin de là, la cathédrale de la Sainte-Trinité est au centre de l'ancien quartier médiéval de Dublin. La première église fut fondée au 11^{ème} siècle avant que la cathédrale actuelle ne soit érigée au 16^{ème} siècle. Elle vaut surtout la visite pour sa crypte, la plus longue des îles britanniques (63 mètres). On y observe des statues, des livres, des objets de culte, mais surtout le trésor et un chat et un rat momifiés, restés prisonnier de l'orgue dans les années 1860. Autre monument religieux, la cathédrale Saint-Patrick est la plus grande du pays. On y trouve notamment la tombe de Jonathan Swift, auteur des *Voyages de Gulliver*. La maison des douanes domine la rivière

Liffey. L'édifice a été bâti en 1790 afin de centraliser la perception des taxes maritimes sur les navires accostant dans le port. Elle contient de nombreuses armoiries et des statues réalisées par Edward Smyth et Henry Banks.

«ALCATRAZ IRLANDAIS»

Après les douanes, direction la prison de Kilmainham, l'Alcatraz irlandais. Il s'agit de l'une des plus grandes prisons inoccupées d'Europe, considérée comme un «bastion de la punition et de la correction». Elle a servi durant 128 ans, principalement au 19^{ème} siècle. Elle représente un pan entier de l'histoire du pays, notamment pour avoir accueilli des prisonniers politiques. Parmi eux, des leaders de la rébellion irlandaise, dont certains seront même fusillés, comme Patrick Pearse, James Connolly ou Joseph Plunkett. Le dernier prisonnier à avoir quitté la prison est Eamon de Valera, en 1926, qui deviendra le futur président de la république irlandaise. De nombreux films y ont été tournés, notamment *Le vent se lève* de Ken Loach. Côté musées, la capitale irlandaise fait dans le classique avec le musée national d'Irlande, qui remonte à l'histoire viking

de l'île jusqu'à la description du mode de vie en Irlande au début du siècle dernier. Plus moderne, l'Irish museum of modern art a ouvert en 1991 et constitue une référence internationale en la matière. On y retrouve essentiellement des œuvres d'artistes encore en vie.

BAIN DE FOULE DANS LE CHAUDRON

Un city trip n'en serait pas sans l'instant shopping. Et à Dublin, les bonnes affaires se font du côté de Grafton street, la plus importante artère commerçante de la ville. Cerise sur le gâteau, la rue est aussi un spectacle à ciel ouvert, avec de nombreux artistes de rue: musiciens, mimes, jongleurs... À Dublin, il est inconcevable de ne pas bouillir dans les fabuleux «chaudrons» irlandais. Ici, on ne fait pas bouillonner de houblon, mais des dizaines de milliers de personnes qui poussent leur équipe favorite. L'idéal est d'assister à des rencontres de football gaélique, pour un spectacle typiquement couleur locale. Mais une rencontre de rugby ne se refuse pas. Dans un cas comme dans l'autre, les pintes de Guinness ne sont jamais bien loin...



Le signe du mois

SAGITTAIRE DU 22 NOVEMBRE AU 21 DÉCEMBRE

Amour : Vénus arrive dans votre signe, vous avez envie d'avoir une vie en technicolor, vous privilégiez les plaisirs immédiats aux plans à longue échéance. **Travail :** Belle période de fin d'année pour conclure un contrat important. Vos performances font merveille et dans l'euphorie votre carte bancaire prend des libertés. **Vitalité :** Certaines difficultés auront l'avantage de vous ramener à l'évaluation nécessaire de vos priorités.

chercher une stabilité émotionnelle, recentrer vos points d'énergies vitaux pour trouver une paix intérieure: un vaste programme passionnant. **Travail :** Une période où les astres vous font tourner la tête et s'agitent entre eux dans les oppositions et carrés. Mal à l'aise, vous cultiverez le paradoxe jusqu'au vertige ! **Vitalité :** N'hésitez pas à décrocher de temps à autre pour vous offrir une pause.

Travail : Les interférences difficiles des planètes en Sagittaire, dont Mercure, qui vous obligent à lâcher certaines contraintes. Cela sera plus compliqué si vous avez des signatures de documents. **Vitalité :** Un passage nuageux que vous feriez bien d'aborder le plus en conscience possible.

BALANCE DU 23 SEPTEMBRE AU 22 OCTOBRE

Amour : L'influence de Vénus vous incite à déployer des effets de séduction qui ne laisseront personne indifférent. Le langage du cœur est incontournable, vous le sentirez tout naturellement. **Travail :** Attention à ce qui démarre fort et dans un succès affiché, il va falloir du suivi pour consolider : Mars en fin de signe vous soutient pour croire en vous. **Vitalité :** Pendant la période, votre métabolisme prendra des libertés exagérées.

SCORPION DU 23 OCTOBRE AU 21 NOVEMBRE

Amour : Il y a des Lunes qui vous inclinent aux attractions immédiates et irrésistibles avec son cortège de rites et de serments. Le ferez-vous ? **Travail :** Jupiter dans votre signe vous prête main-forte : vous serez très engagé dans vos projets professionnels, une période pimentée vous attend. **Vitalité :** Examiner avec honnêteté pour comptabiliser vos forces, vos faiblesses et tenter de les équilibrer afin de bien finir l'année.

CANCER DU 23 JUIN AU 22 JUILLET

Amour : Vous préparez ces fêtes de l'Avent avec votre famille avec enthousiasme, rien de plus précieux à vos yeux que de partager avec eux l'arrivée de Noël. **Travail :** Jupiter en Scorpion vous concocte une période agréable, le sens des contacts sera renforcé. Profitez-en pour présenter certaines requêtes délicates. **Vitalité :** Avec cette belle énergie, vous semblerez même être invulnérable au virus.

LION DU 23 JUILLET AU 22 AOÛT

Amour : Les planètes en Sagittaire vous seront bénéfiques, mais ne soyez pas trop exigeante ! Jouissez pleinement de cette période des fêtes de l'Avent. **Travail :** Les planètes en signe de feu s'entrecroisent pour immortaliser un instant : une pensée, un regroupement avec les unes et les autres pour gagner la confiance et la paix intérieure nécessaires pour avancer. **Vitalité :** Vous serez peut-être attirée par les nouvelles collections de « médicaments pleine forme ».

VIERGE DU 23 AOÛT AU 22 SEPTEMBRE

Amour : Mercure en recul, vous aurez besoin de temps et de réflexion pour disséquer vos sentiments avant d'être disponible pour une renaissance amoureuse.

provoqueraient inmanquablement leur colère ! **Travail :** Mars et Vénus en Vierge seront à votre service, si on peut dire... Grâce à votre bonne volonté, vous ne raterez pas une occasion de vous imposer pour évoluer. **Vitalité :** Misez sur la force de vos idées et sur la légitimité de vos ambitions.

VERSEAU DU 21 JANVIER AU 19 FÉVRIER

Amour : Période de zapping amoureux, quelqu'un de proche affectivement risquerait d'avoir un déplacement, tournez-vous vers les copines ! **Travail :** Mars vous permet de souffler, de marquer une pause histoire de vous ressourcer, de récupérer durant ces fêtes en prévision d'une remontée prochaine. **Vitalité :** Les virus voyagent aussi bien en avion qu'en sac à main, prenez des précautions.

POISSON DU 20 FÉVRIER AU 21 MARS

Amour : Mercure en recul, ne vous laissez pas submerger par les demandes extérieures. Vous avez besoin de calme avec vos proches. Neptune chez vous est une véritable bouffée d'oxygène. **Travail :** Confiance, Jupiter étant aussi votre planète, sa lumière bénéfique vous renvoie à votre réflexion intérieure, un peu de recul pour calmer vos anxiétés passagères. **Vitalité :** Vous aurez envie de sortir, de vous aérer. Bien vu ! Votre mental en a bien besoin !



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

BÉLIER DU 21 MARS AU 20 AVRIL

Amour : Beau lien avec Vénus. Si vous avez des projets de vacances pour les fêtes de fin d'année en amoureux ou en famille, les mots « Magie » et « Féerie » auront bien leur place. **Travail :** Durant cette période, Mercure en recul vous permettra de revoir vos projets et vos acquis avant de vous engager dans une nouvelle expérience : une pause s'impose. **Vitalité :** Votre santé suivra l'ambiance astrale positive; capacité de récupération rapide.

TAUREAU DU 21 AVRIL AU 20 MAI

Amour : Vénus se libère, entretenez bien votre histoire amoureuse, car après le 20, elle risque de vous procurer une désagréable sensation de désertion. **Travail :** Celles qui sont à la pêche à la promotion peuvent avancer leurs pions, mais devront patienter pour l'obtenir, Mercure étant en recul jusqu'au 24. **Vitalité :** Jupiter vous oppose, votre équilibre physiologique oscillera entre l'excès et le trop peu.

GÉMEAUX DU 21 MAI AU 21 JUIN

Amour : Mercure, votre planète en recul, jouera à vous faire

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 FIISCHENCONCEPT

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

KARLIE KLOSS
NAOMI CAMPBELL



#GiveBrilliant

BRILLIANCE FOR EVERYONE
WITH THE HOLIDAY COLLECTION

