

Femmes

MODE

IT'S RAINING COATS!



DOSSIER

ET AU MILIEU POUSSE LE BÉTON - L'ESSENTIEL DE L'HABITAT

BEAUTÉ

LA COLO PASSE AU VERT



FRED

WINDESHAUSEN
BIJOUTIERS

80 route de Longwy - Centre Commercial City Concorde,
8080 Bertrange - Tél. +352 27 44 95 91

Chiffres et pourcentages à la loupe

MARIA PIETRANGELI

Pour une ex-frontalière française, résidente depuis près de 20 ans, dont la maman est italienne et la fille luxembourgeoise, le Luxembourg a toujours représenté un pays multiculturel ouvert, tolérant, progressiste dans lequel il fait bon vivre. Une perception, confirmée par la présentation du pays sur un site officiel : « Au Grand-Duché de Luxembourg, on recense aujourd'hui autour de 170 nationalités différentes (...) qui ont permis au Grand-Duché de Luxembourg de devenir une terre de rencontre, d'échange et de dialogue* ».

Et pourtant, ces dernières élections législatives ont un goût amer. Tout le monde s'accorde à dire qu'il faut préserver la langue du pays. La promotion de l'identité luxembourgeoise durant la campagne de certains partis politiques, nous amène à nous interroger sur l'esprit d'ouverture et les priorités de ces derniers dans la gouvernance d'un pays. Avec 48 % de résidents non luxembourgeois qui ne votent pas, c'est près de la moitié de la population qui n'est pas consultée, mais qui sera, bien évidemment, impactée par cette élection.

Nous n'épilouerons pas sur ce graffiti innommable apposé sur l'affiche représentant Corinne Cahen et Xavier Bettel.

Enfin, parmi les 60 sièges à pourvoir à la chambre des députés, seules 12 femmes ont été élues.

Pourtant elles étaient bien présentes sur les listes puisqu'elles représentaient 46 % des candidats.

Le constat est sans appel : nous sommes encore bien loin de la parité.

Cette situation est-elle le résultat d'une mentalité rétrograde ?

A fortiori dans un pays dans lequel existe, depuis de nombreuses années déjà, une charte de la diversité « proposée à la signature des entreprises du Luxembourg afin que celles-ci s'engagent à agir en faveur de la promotion de la diversité par des actions concrètes allant au-delà des obligations légales et réglementaires de non-discrimination »...

Dans un pays qui, en 2016, a voté une loi imposant des quotas aux partis politiques soit la présence de 40 % de femmes sur les listes électorales pour les législatives – et 50 % pour les européennes.

Qu'est-ce qui a changé ?

Est-ce le signe d'un malaise ?

Le prix de l'immobilier est-il vraiment le seul facteur dissuasif à l'installation des frontaliers sur notre terre d'accueil ?

OURS

DIRECTION

Maria Pietrangeli

RÉDACTRICE EN CHEF

Maria Pietrangeli

PHOTOGRAPHE

Julian Benini

CONSEILS EN COMMUNICATION

Julie Bénére, Vanessa Berners,
Virginie Caron, Alexandrine Florian,
Aymeric Grosjean & Kevin Martin

MISE EN PAGE

WAT Éditions Sàrl
Julie Mallinger
Audrey Ridremont

RÉDACTEURS

Alix Bellac / Julie Bénére / Lisa Beys /
Sarah Braun / Magali Eylenbosch / Frédéric
Frabetti / Godefroy Gordet / Aurélie Guyot /
Christine Mick / Maria Pietrangeli / Michèle
Rager / Jeanne Renaud / Carmen Rimondini /
Mathieu Rosan / Karine Sitarz / Kevin Storme /
Valérie Théveniaut /

SOCIÉTÉ ÉDITRICE

WAT Éditions 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 : Anna Palgen | Photographe : Julian Benini | Maquillage : Justine Chery | Coiffure : Denise Morreale pour les salons Ferber hair&style |
Stylisme & production : Julie Bénére et Julie Mallinger | Nos partenaires : BRAM.

* Source : <http://luxembourg.public.lu/fr/le-grand-duche-se-presente/population/societe-multiculturelle/index.html>.

Sommaire

Mode



- 08 LAST MINUTE!
- 10 CATWALK
Chanel & Stella McCartney
- 12 PORTRAIT CRÉATEUR
Dominique Ropion, le pouvoir des fleurs
- 14 MODE
It's raining coats !
- 24 DRESS CODE
Cool carreaux
- 26 EDITO
- 28 TRENDS
- 30 DREAM LIST
Dear Santa...

Wellness



- 82 BEAUTÉ
La colo passe au vert
- 86 L'AVIS DE LA RÉDAC
- 88 BEAUTY CASE
- 90 BEAUTÉ
Ma peau en détox
- 96 SANTÉ
Diabète de type 1 :
devenez l'acteur des progrès !
- 98 HEALTHY
Mon alimentation anti-fatigue

Magazine



- 36 FINANCES
Achat groupé :
quand l'union fait la force
- 38 FOCUS
L'expansion des centres commerciaux
au Grand-Duché
- 42 BUSINESS
L'intelligence artificielle,
accélérateur de business
- 44 INTERVIEW BUSINESS
- 46 ACTU BUSINESS
- 48 DOSSIER
Et au milieu pousse le béton.
L'essentiel de l'habitat.
- 60 LUI
Didier Damiani,
promouvoir l'art contemporain
- 62 ELLE
Cara Anna Wagner, au-delà des apparences
- 64 SOCIÉTÉ
- 65 NOS EXPERTS EN DROIT



- 99 WE ARE FAMILY
Comment parler de sexe avec son ado ?
- 102 FOR KIDS
- 104 BOOKS
- 105 WANTED
- 106 CAS D'ÉCOLE
Les blocages de l'écrit

Tribu

Have fun



- 66 IN THE CITY
- 68 PORTRAIT CULTURE
Eugénie Anselin, meilleur espoir féminin
- 70 SAVE THE DATE
- 74 EVENT
- 76 ONLINE
- 78 À VOIR
- 79 À LIRE
- 80 À ÉCOUTER

Art de vivre



- 108 INTÉRIEURS
Un dressing parfait
- 112 MOODBOARD
Luxe, calme et volupté
- 114 PORTRAIT DESIGNER
Duo de talents - Amandine Chhor
et Aïssa Logerot
- 116 RECETTES
- 117 WINE LOVERS
- 118 UN CHEF, UN PRODUIT
- 119 IT-CAR
Peugeot, une perle sur le bitume
- 120 VOYAGES
La Guadeloupe côté nature
- 122 HOROSCOPE

Cartier

PANTHÈRE DE CARTIER COLLECTION



13 AVENUE MONTEREY - 2163 LUXEMBOURG - +352 22 20 76

Dior

J'
d'a
re



LE NOUVEL ABSOLU



Last minute!

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

3

Plus que trois éditions
avant notre 200^e numéro.
On ne vous dit que ça,
mais nous vous préparons
une belle surprise !



© LUSH

On se fait mousser

Les gels douche ? Ringards et peu écolo.
Cette saison, on les troque sans regret
contre des pains de savon.

Délicieusement désuets, ultra parfumés
et zéro déchet, on redécouvre cette façon
de ne laver. Coup de cœur pour la collection
de Noël Lush : **Merry Berry**, **Shooting Stars**
ou **Snow Fairy** : le plus dur sera de choisir !

→ Savons frais faits à la maison, Lush



© LANCEL

Le It-bag du mois

Forme bandoulière, large poignée logotée,
lignes graphiques, volume parfait
et cuir grainé pour ce petit sac qui,
résolument, n'a rien à envier
au plus grand. Le nouveau sac
iconique de la maison française
Lancel a vraiment tout pour plaire.

→ Sac Ninon, petit modèle, Lancel

Entendu à la redac

« **Le pire quand tu rentres de soirée avec des fumeurs ?
Tes sous-vêtements qui sentent le tabac froid.
- Parce que tu renifles les culottes toi ?** »



© MAJE

Les bottines parfaites

Pourquoi on les aime ?
Pour leur forme citadine, leur talon plat easy
chic, avec juste ce qu'il faut de wild, grâce à
ces larges boucles
d'inspiration western.
L'équation parfaite !

→ Bottines Jackpot, Maje



De la poudre aux yeux

Ne vous méprenez pas sur l'utilité de joli
poudrier compact rose tendre.

À l'intérieur, point de fond de teint,
de poudre pressée ou de blush,
mais un soin de jour nomade,
à appliquer à l'éponge pour un teint
velouté et une peau de pêche,
grâce à sa formule marbrée sublimatrice.

→ Crème de jour
compacte sublimatrice,
L'Intemporel Blossom, Givenchy.



© DIOR

Une nouvelle ère pour J'Adore

Alors qu'elle fêtera les 20 ans
de sa fragrance iconique, **J'adore**,
en 2019, **Dior** a dévoilé une nouvelle
déclinaison, **L'Absolue**, qui met à l'honneur
le Jasmin. Une fragrance accompagnée
d'une nouvelle campagne réalisée
par Romain Gavras, dans laquelle
Charlize Theron évoluera, non plus seule,
mais entourée de son squad, toutes vêtues
des créations de Maria Grazia Chiuri.
Le son, lui, est signé Kanye West... Sublime.



Nouvelle Audi A1 Sportback. Un concentré de vous.

Consommation et émissions : Consommation en cycle mixte : 4,9 - 4,8 l/100 km - Émissions CO₂ en cycle mixte : 111 - 108 g/km.
Vous trouverez des informations complémentaires, ainsi que la liste des concessionnaires de notre réseau sur audi.lu

audi.lu

CHANEL

KARL LAGERFELD



C'est une collection résolument automnale qu'a dévoilée Karl Lagerfeld, sous la nef du Grand Palais, qui pour l'occasion, avait pris les atours d'un sous-bois. Récurrence du motif « feuille morte », cuir mordoré, teintes chaudes qui évoquent l'été indien et matières feutrées et moelleuses – à l'instar de l'iconique tweed – dessinent les contours de ce vestiaire à la fois prosaïque et créatif, très féminin, avec une touche de désinvolture, chère à Coco.



TEXTE SARAH BRAUN
SÉLECTION DES IMAGES SARAH BRAUN



«FAIRE DES COLLECTIONS,
FAIRE DE LA MODE
EST COMME UN DIALOGUE
ININTERROMPU»
KARL LAGERFELD



« CHACUN PEUT ACCOMPLIR
DES ŒUVRES SIMPLES
POUR CRÉER LE CHANGEMENT
ET CHAQUE PETIT GESTE
COMPTE VRAIMENT »
STELLA MCCARTNEY



STELLA McCARTNEY



Pionnière de mode cruelty free et résolument visionnaire, Stella McCartney signe une collection en trompe-l'œil avec l'omniprésence d'immenses cabas en cuir vegan – plus vrai que du cuir authentique – qui contrebalancent l'impression éthérée de ses silhouettes. La dentelle apporte une touche sexy virgine, réhaussée par le velours. On aime la déclinaison de teintes nudes, romantiques à souhait pour des silhouettes de fées des temps modernes.



DOMINIQUE ROPION

Le pouvoir des fleurs

SARAH BRAUN

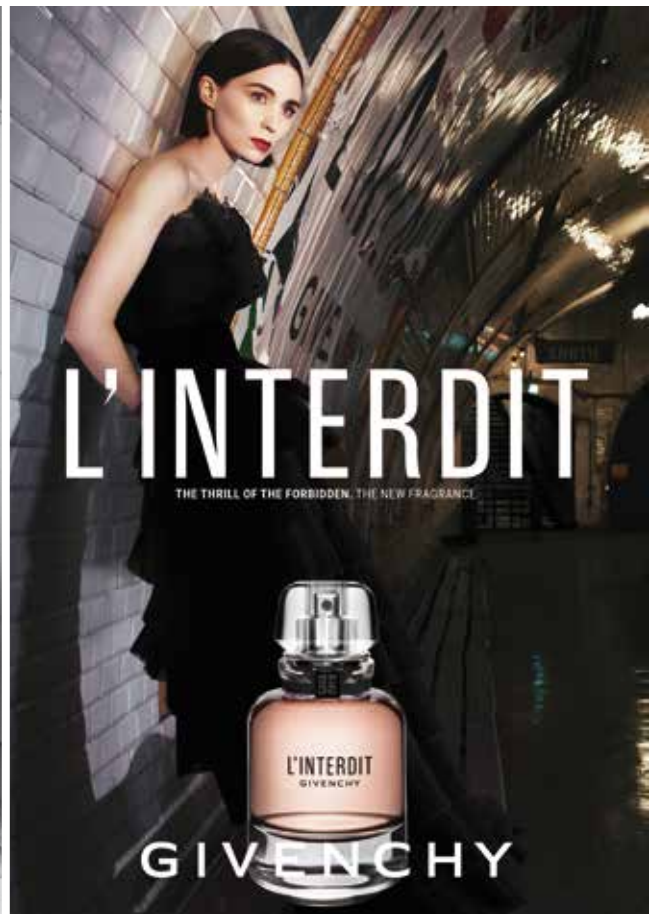
MAISON GIVENCHY, PARIS 16^E. LA PORTE S'OUVRE ET IL EST LÀ, IMMENSE DANS CE BUREAU ICONIQUE, - ENCORE PLUS IMMENSE - OÙ, AVANT LUI, S'EST ASSIS SON FONDATEUR, HUBERT DE GIVENCHY. LE PARFUMEUR DOMINIQUE ROPION COLLABORE AVEC GIVENCHY DEPUIS 1984, DATE DE CRÉATION D'YSATIS, UNE FRAGRANCE QUI RESTERA DANS L'HISTOIRE. UN COUP DE MAÎTRE QU'IL S'APPRÊTE À RÉITÉRER AVEC L'INTERDIT, SA DERNIÈRE CRÉATION.



Composée en chœur avec Anne Flipo et Fanny Bal, L'Interdit est une réinterprétation de l'un des parfums iconiques de la maison, créé expressément en 1957 par Hubert de Givenchy pour sa muse et amie Audrey Hepburn. La légende raconte que, lorsque ce dernier sollicita son autorisation pour commercialiser « son parfum », Audrey Hepburn l'avait défié sur le ton de la plaisanterie avec cette phrase: « Je vous l'interdis! » Une fragrance chargée d'histoire, donc, mais surtout une nouvelle aventure pour la marque française, à laquelle Dominique Ropion se devait de participer. « Écrire le nouveau chapitre olfactif de la Maison Givenchy était pour moi une évidence. Une exigence, même. »

D'emblée, nous évoquons sa nouvelle création, « union interdite d'une fleur blanche et d'un accord noir », et lui disons combien elle nous a déroutés, telle un ovni dans la déferlante de senteurs sucrées et régressives que l'on trouve désormais partout. « C'est simplement un parfum signé », commente-t-il, s'effaçant derrière la marque. « Avec L'Interdit, j'ai voulu retranscrire l'essence même de Givenchy: cet équilibre constant entre audace créative, avant-garde et élégance intemporelle. » Pour ce faire, entouré de deux femmes « qui ont contribué à apporter leur vision de cette féminité unique », il est parti de l'une de ses matières préférées, les fleurs, et notamment la blanche fleur d'oranger, « qui peut tout dire, tout signifier, mais toujours avec grâce. Pour retranscrire toutes ses facettes, à l'image d'une féminité multiple et contemporaine, nous avons utilisé quatre extractions, dont une fraction de fleur d'oranger, créée exclusivement pour L'Interdit. Entourée des notes opulentes et solaires de jasmin et de tubéreuse, cette fleur signe un bouquet d'une grande féminité, très racé, à la fois très lumineux

© Hajime Watanabe



et très sombre résolument underground.» Rien d'étonnant donc à ce que la campagne, dont l'égérie est la fascinante Rooney Mara, ait été shootée dans les méandres obscurs du métro parisien...

Ses mots dévoilent sans peine son amour incommensurable pour les fleurs, qui dure depuis la création d'Ysatis, son premier grand succès en tant que parfumeur. «Plus que n'importe quelle autre matière, j'affectionne travailler les fleurs et leurs différentes facettes afin de les faire découvrir sous différents jours.»

Tout au long de sa carrière, Dominique Ropion a enchaîné les succès, des blockbusters de la parfumerie traditionnelle (on lui doit notamment Jungle Elephant de Kenzo, Alien de Thierry Mugler on encore Amor Amor de Cacharel, ndlr.), aux créations de niche, à l'instar de Portrait of a Lady, des Éditions Frédéric Malle. Mais l'homme conserve les pieds sur terre. Lui qui évoque le métier de parfumeur comme un «art mineur», où tout ne serait questions

de formules et d'assemblages sait que son extraordinaire carrière tient du hasard. Et en plaisant d'autant plus volontiers, lorsqu'il évoque ses tout premiers projets : «des parfums d'ambiance, puis des laques et des shampoings. J'ai même fait un bloc w.c. sur le mode d'un très célèbre parfum féminin dont j'étais assez fier», confesse-t-il, une étincelle rieuse dans le regard.

Résolument, Dominique Ropion est un génie qui ne se prend pas au sérieux. Il faut dire que rien ne le prédestinait à un tel destin, quand bien même sa mère et son grand-père avant lui ont travaillé chez Roure (une société mythique de parfums qui a fusionné avec Givaudan au début des années 1990, ndlr.). C'est là qu'il a trouvé ses premiers jobs d'été. Alors qu'il rêvait de devenir ingénieur, il pesait les formules pour Jacques Polge et Jean-Louis Sieuzac, sans se douter de ce qui l'attendait. Le métier le fascinait déjà, pourtant, mais lui semblait fermé, inatteignable. «On m'a présenté cette profession comme un parcours de patience et d'apprentissage, et ça me correspondait tout à fait.» Une exigence et un perfectionnisme

qui le caractérisent aujourd'hui encore et qui le poussent à composer chacune de ses formules, comme un compositeur écrit ses notes, dessine ses partitions. Il reconnaît avoir passé des heures à compiler des savoirs sur les matières premières, se construisant une culture olfactive encyclopédique incroyable, dans laquelle il puisse désormais pour modeler ses formules. Équilibriste savant, alchimiste prosaïque, Dominique Ropion, par son caractère bon enfant et facétieux, tend à démystifier le métier de parfumeur, quand d'autres le placent sur un piédestal. Pour L'Interdit, d'ailleurs, il se réjouit d'avoir collaboré avec Fanny Bal, l'une de ses anciennes élèves qu'il n'a de cesse de louer comme une jeune parfumeuse très talentueuse. Et de poursuivre en expliquant que travailler à six mains a été pour lui une aventure complètement incroyable qui restera toujours gravée dans sa mémoire. L'assé ou blasé? Jamais. Il nous a même confié travailler sur de très excitants projets. «Promis, vous en saurez davantage très bientôt!»



It's raining coats!

POURQUOI ON AIME L'HIVER ?

PARCE QUE LA PLUIE, LE VENT ET LE FROID NOUS DONNENT L'OCCASION DE NOUS EMMITOUFLER DANS DES MANTEAUX TOUT CHAUDS.

PIÈCE CRUCIALE DE VOTRE VESTIAIRE HIVERNAL,

LE CHOIX DU MANTEAU NE SAURAIT ÊTRE LAISSÉ AU HASARD.

NOTRE SHOPPING GUIDE!

TEXTE SARAH BRAUN
SÉLECTION DES IMAGES JULIE BÉNIÈRE

MANTEAU: STAND (BRAM)
BLOUSE ET PANTALON: SET (BRAM)
MOCASSINS: HONEY MUSTARD
BAGUE: BOUCHERON
BRACELET: OLE LYNNGAARD COPENHAGEN













GORALSKA

PARIS LUXEMBOURG WARSAW GSTAAD



COLLECTION DUALITY

L'infinie richesse du symbole d'un équilibre.

La dualité, c'est l'alliance des contraires.
Une alliance subtile de formes et de matières,
d'où peut naître une infinité de possibilités et de vie.

9 RUE DU FOSSE
L-1536 LUXEMBOURG

12 RUE DE LA PAIX
75002 PARIS

« RED RUBIN », GALERIA MOKOTÓW
12 WOŁOSKA, 02-675 WARSAW

47 PROMENADE
3780 GSTAAD

WWW.GORALSKA.COM









COOL CARREAUX



DRYKORN

Maille toute douce et col cheminée !
On aime l'idée d'être glamour
sans se cailler !



THE KOOPLES

Le kilt reprend du galon
cette saison
et se la joue écolière sexy !



CHANEL



MICHAEL KORS
COLLECTION



LE

LOOK ZARA

À la question les carreaux peuvent être cool,
on répond un grand oui !
On les associe avec des cuissardes
et une maille oversized pour les déridier.



DIOR + YVES SAINT LAURENT



MASSIMO DUTTI

L'or, on adore ! Et encore, plus en maxi
boucles d'oreilles. À porter dépareillées
pour une touche punk !



CLAUDIE PIERLOT

Le shopping bag retrouve
droit de cité sur le pavé !



STEVE MADDEN

Des cuissardes ?
Oui, mais à plat !



©Lynn Cosyn, 2018

La course aux achats de Noël est lancée

CE 23 NOVEMBRE, À L'OCCASION DU BLACK FRIDAY, LES COMMERÇANTS DE LA VILLE DE LUXEMBOURG VOUS PROPOSERONT DES OFFRES UNIQUES. DURANT LES CINQ DIMANCHES DU MARCHÉ DE NOËL, ILS VOUS ACCUEILLERONT POUR VOUS PERMETTRE DE DÉNICHER VOS CADEAUX DE FIN D'ANNÉE EN TOUTE TRANQUILLITÉ.

Alors que l'automne s'est bien installé, certains pensent déjà tout doucement à la magie des fêtes de fin d'année et aux cadeaux à offrir sous le sapin. En s'y prenant un peu à l'avance, on prend le temps de trouver le présent qui plaira réellement à chacun de ses proches.

BLACK FRIDAY S'INVITE À LUXEMBOURG

Aux États-Unis, le coup d'envoi de cette période dédiée aux achats de fin d'année est donné lors du Black Friday. Chaque année, le Black Friday se déroule le lendemain de la fête de Thanksgiving et se caractérise par des offres intéressantes, pour permettre

à tout un chacun de faire de bonnes affaires. Petit à petit, cette tradition américaine s'est étendue en Europe. Elle commence désormais à s'ancrer véritablement au Luxembourg. Durant toute la journée du 23 novembre, les commerces de la Ville de Luxembourg vous proposeront ainsi des offres attractives. Et histoire de terminer cette journée shopping de la meilleure des façons, vous pourrez profiter de la nocturne spéciale Black Friday. Dans le cadre de Winterlights, les commerçants de la ville de Luxembourg vous accueilleront également le dimanche 25 novembre, ainsi que les dimanches 2, 9, 16 et 23 décembre.



ZOOM SUR LES TENDANCES DE CETTE SAISON

Pour ne rien manquer des dernières tendances de la saison, voici un petit récap' des pièces à avoir dans votre garde-robe cet hiver. Parmi les coloris, craquez pour le moutarde, le camel et le mauve, pour réchauffer les cœurs. On ose les imprimés. Qu'ils soient fleuris, léopard, à pois ou à carreaux, ils auront tous la cote cet hiver. Côté matière, on mise sur le velours lisse et la laine, pour un hiver tout doux. Les années 70 et 90 sont mises à l'honneur: les pièces vintage, telles que la veste oversize ainsi que les longues robes fluides et bohèmes, retrouvent un nouveau souffle. Misez sur le volume en adoptant des bijoux XXL qui compléteront parfaitement vos tenues. Il ne reste plus qu'à craquer!

Les dates à ne manquer sous aucun prétexte

BLACK FRIDAY:
23/11 + NOCTURNE

OUVERTURES DOMINICALES:
25/11, 02/12, 09/12, 16/12
ET 23/12



À ne pas manquer

Découvrez toutes les tendances de cette saison ainsi que les actualités shopping sur les pages *Facebook* et *Instagram* de Cityshopping. Du 1^{er} au 24 décembre, participez au grand jeu «Calendrier de l'Avent» sur Instagram et tentez de remporter l'un des lots mis en jeu par les commerçants de la ville.

Cityshopping Luxembourg
 cityshoppingluxembourg

Afin de faciliter votre venue en ville, n'hésitez pas à profiter du nouveau parking Royal Hamilius (entrée Avenue Monterey). Retrouvez tous les autres bons plans parking sur cityshopping.lu.



01



01. Manteau à carreaux : Hugo Boss - Manteau rouge : Drykorn - Bagues : Boucheron / 02. Manteau rose, robe, chaussures : Honey\Mustard - Bijoux : bague Messika et bracelet Ole Lynggaard Copenhagen / 03. Manteau rouge : Stand / 04. Manteau écru : Stand / 05. Manteau léopard : Stand - Chemisier : Set - Pantalon : Set.

Tous les vêtements et accessoires présentés dans le shooting photo sont en vente dans vos boutiques Bram et Honey\Mustard.

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...

Feelgood

RESPONSABLE

Nous avons découvert et adoré **Patine**, petite marque feel good qui propose un prêt-à-porter de qualité, éthique et cool. Les coupes sont impeccables, les matières douces et durables. Pas de collection, pas de tendance, pas de soldes... Patine prône une mode raisonnée et souhaite avant tout fédérer une communauté de gens qui veulent s'habiller mieux : à la fois beau et bon. Forcément, on adhère !

➔ Rendez-vous sur www.patine.fr



© Patine

Anniversaire



© Victoria Beckham

DÉCENNIE FASHION

10 ans déjà que **Victoria Beckham** a lancé sa marque éponyme. Si très peu y croyaient alors, l'ex-posh spice a su convaincre pour aujourd'hui devenir une véritable référence. Ses shows et ses apparitions sont décortiqués et reproduits tout autour du monde. Pour marquer le coup, la créatrice lance une campagne clin d'œil et second degré, et plonge dans un sac de shopping géant estampillé Victoria Beckham. Parodie efficace pour le moins... Minimaliste !

Tendance



© La Redoute x Koché

COLLAB

On ne compte plus les collections capsules étonnantes et prestigieuses auxquelles s'est prêtée **La Redoute**. Après **Jacquemus**, **JOUR/NE** ou encore **Aalto**, c'est avec **Koché** que s'associe l'enseigne, pour une collection capsule pointue et ultra désirable. Ce petit label très en vue est connu pour ses collections sportswear chic et contemporaines, à la fois audacieuses et portables. Robe à pois, trench oversize, manteau à capuche street-couture... On vous laisse faire vos choix.

➔ Rendez-vous sur www.laredoute.fr

Instagram



© vogueturfu

AUTODÉRISION

Abonnez-vous sans tarder au compte Instagram **@vogueturfu** ! Parfait pour une petite dose quotidienne de bonne humeur, à coup de jeux de mots et *memes* bien sentis. Nos préférés ? La photo d'une robe Balmain blanche toute en transparence légendée : « quand je lave mon jean en oubliant un mouchoir dans la poche », ou une Anna Wintour blasée qui penserait « oh, un show avec Kendall qui ouvre et Gigi qui ferme ». Irrésistible !



© Monoprix

SPORTWEAR

Monoprix lance une ligne de vêtements de yoga ! Voici qui devrait nous motiver à nous (re)mettre au sport et à la méditation. L'enseigne nous promet une gamme de vêtements hyper confortables bien sûr, avec des matières seconde peau en coton 100% bio, complétée par une série d'accessoires qui vont de la corde à sauter, en passant par l'indispensable tapis ou encore le ballon de gym. De quoi passer un hiver zen.

Pall Center Revue de tendances

ULTRA
DENTELLE



→ **SOFIE SCHNOOR**

CARREUX
À GOGO



SOFIE SCHNOOR

Pull → 74,95€

Jupe → 84,95€



BECKSÖNDERGAARD

Chaussettes fantaisies
noires à paillettes bleues

→ 11,00€



→ **PEPE**



PEPE +

SOFIE SCHNOOR

Veste → 199,00€

Pantalon → 124,95€



VICTORIA

Baskets

→ 69,95€

GLITTER
STYLE



IMPÉRIAL

Robe

→ 154,95€

À porter avec



VERO MODA

Veste fausse fourrure

→ 49,99€



BECKSÖNDERGAARD

Sac

→ 59,95€

- 10 %

sur présentation
de votre carte
de fidélité



Dear Santa...

Parce qu'on n'a jamais assez d'avance pour faire sa lettre au Père Noël, voici une petite sélection de présents à glisser dans dans sa liste de souhaits...

SARAH BRAUN

00

JE VEUX
DU ROMANTISME



À vos marques, prêtes, shoppez!

00. Marie Martens / 01. Etam / 02. Boucheron / 03. Victor & Rolf / 04. Gucci / 05. Ladurée
06. Louis Vuitton / 07. Steve Madden / 08. Eastpack / 09. Calvin Klein

JE VEUX
DU LUXE



→ à vos marques, prêtes, shoppez!

01. H&M / 02. Chloé / 03. Bigli / 04. Messika

05. Jean Paul Gaultier / 06. Pepe Jeans / 07. Jo Malone / 08. Aurélie Bidermann / 09. Rituals



02



01



03



→ *à vos marques, prêtes, shoppez!*

01. Guess / 02. Cartier / 03. Longines



Tagua  **concept
nature**

City Concorde

OUVERTURE le 15.11.18

80 Route de Longwy L-8060 Bertrange

Tél.: 26 25 95 67

Belval Plaza

7+14, Avenue du Rock'n'Roll

4361 Esch-sur-Alzette

Tél.: 24 55 96 40

JE VEUX
DE LA PASSION



→ *à vos marques, prêtes, shoppez!*

01. New Look / 02. SMEG / 03. Michael Kors / 04. Balenciaga
05. Zara / 06. Chloé / 07. I Love Shoes / 08. Amenapih / 09. Lancôme

ambiente the show



*sensational
exceptional
original* 8 – 12. 2. 2019

L'extraordinaire diversité du marché international des biens de consommation. Voir des innovations, des tendances et des designs exceptionnels. Tous les secteurs. Tous les thèmes. Le salon qui guide votre branche vers le futur.

Informations et cartes d'entrée:
ambiente.messefrankfurt.com
Tél. +32 (0) 2 880 95 88
info@belgium.messefrankfurt.com



 messe frankfurt

CRÉMANT POLL-FABAIRE BRUT CRÉMANT DE LUXEMBOURG

Un Crémant comme son pays: dynamique, fiable et innovatif. Laissez-vous tenter par cette Cuvée POLL-FABAIRE issue de 100% de raisins de la vallée de la Moselle Luxembourgeoise.

WWW.POLL-FABAIRE.LU



LU  **EMBOURG**
LET'S MAKE IT HAPPEN



ACHAT GROUPÉ: *quand l'union fait la force*

DEPUIS QUELQUES ANNÉES, DES CONSOMMATEURS FONT LE CHOIX DE SE REGROUPER POUR EFFECTUER CERTAINS DE LEURS ACHATS ENSEMBLE. À LA CLÉ, DE BELLES ÉCONOMIES POUR LEUR PORTEFEUILLE, QUEL QUE SOIT LE PRODUIT ACHETÉ.

JEANNE RENAULD



C'est un principe qui s'est surtout développé au cours de ces dix dernières années, poussé par l'utilisation croissante d'Internet et des réseaux sociaux. Nouvelle tendance qui repose sur le concept de « l'achat en gros » tel que pratiqué par de nombreux acteurs dans le monde professionnel, l'achat groupé fonctionne de manière très simple. En rassemblant plusieurs consommateurs finaux d'un produit ou d'un service particulier, cette démarche leur permet de bénéficier d'un prix plus avantageux auprès du fournisseur, le nombre de commandes étant plus élevé et leur force de négociation par conséquent plus grande.

SE MOBILISER POUR BÉNÉFICIER DES MEILLEURS PRIX

L'achat groupé est particulièrement prisé dans le domaine de l'énergie. Plusieurs plateformes, mises en place par des organismes communautaires ou des entreprises, permettent de commander du mazout de chauffage, des pellets, du bois ou encore du gaz. Dans le même ordre d'idées, il est possible d'acheter à plusieurs des panneaux photovoltaïques ou de l'isolant pour son habitation. Les achats groupés peuvent également émaner d'administrations communales. Lorsque le prix du gasoil de chauffage était au plus haut au début des années 2010, de nombreuses communes ont proposé ce service à leurs citoyens. Dans nos pays voisins, la France et la Belgique notamment, ces pratiques sont courantes. Elles semblent cependant moins présentes au Luxembourg. Ces acteurs agissent comme intermédiaires.

« CE MODE D'ACHAT TROUVE PRINCIPALEMENT SON INTÉRÊT DANS LES DOMAINES OÙ LA CONCURRENCE EST IMPORTANTE »

Le consommateur est invité à s'inscrire à l'achat groupé, généralement via un site web dédié. Une fois le nombre de participants requis atteint, cet intermédiaire va lancer un appel d'offres auprès de différents distributeurs, faire jouer la concurrence afin de négocier, pour les acheteurs, le meilleur rapport qualité/prix. Lorsqu'un arrangement a été trouvé, les participants reçoivent leur commande. La plupart du temps, les préinscriptions sont gratuites et ne vous engagent pas. Vous êtes ainsi libre de refuser l'offre si elle ne répond pas à vos attentes. Parfois, un groupement de voisins ou des membres d'une même famille prennent l'initiative de mettre en place un achat groupé et s'adressent eux-mêmes aux fournisseurs.

DE NOMBREUX ACHATS CONCERNÉS

Aujourd'hui, l'achat groupé s'étend à divers domaines, bien au-delà de l'énergie. Le site web Groupon, par exemple, propose un tas de biens ou de services à moindre coût. L'offre évolue chaque jour. Mais on y trouve principalement des billets pour des spectacles, des activités sportives et de loisirs, des produits high-tech, des bons pour des repas dans des restaurants, des séjours ici ou à l'étranger, des séances beauté et de bien-être, des vêtements ou bijoux de luxe... Pour chaque produit proposé, Groupon indique un nombre d'acheteurs minimal afin de pouvoir bénéficier d'une remise intéressante. Si ce chiffre n'est pas atteint, aucun acheteur ne recevra le produit souhaité. Depuis l'apparition

de Groupon sur la toile en 2008, plusieurs sites similaires ont suivi. Des groupements d'achats se développent également pour les produits alimentaires, le plus souvent dans une optique de consommer durable, local, voire biologique. À l'initiative de citoyens ou d'associations sans but lucratif, il est ainsi possible d'acheter à plusieurs des fruits et légumes auprès d'un maraîcher de sa région, ou bien de la viande, des œufs et des produits laitiers chez un agriculteur du coin. Chaque semaine, vous pouvez récupérer votre panier de provisions à un endroit et à un horaire précis. La logique est ici un peu différente, puisqu'elle ne consiste pas tant à faire des économies, mais plutôt à s'approvisionner en aliments locaux, directement auprès du producteur.

UNE FACTURE MOINS ÉLEVÉE

Mais quelles sont les économies que l'on peut espérer grâce à l'achat groupé ? Cela dépend avant tout du nombre de personnes intéressées par l'action. En effet, généralement, plus le nombre de participants est important, plus l'offre tarifaire est susceptible d'être attractive. Voici un exemple en matière de mazout de chauffage. Si vous commandez 1500 litres pour faire le plein de votre cuve, vous paierez actuellement un peu plus de 1105 euros (0,7370 euro/litre). Si vous regroupez votre livraison avec vos voisins ou d'autres habitants de votre commune, vous comptabiliserez ensemble 12 000 litres de mazout commandé. Chaque participant bénéficiera alors d'une remise tournant aux alentours d'une cinquantaine d'euros par tranche

de 1000 litres livrés, le montant variant selon le fournisseur choisi.

Sur Groupon, vous profitez d'un menu trois services au sein d'un restaurant à Luxembourg pour 54 euros pour deux personnes, à la place d'un peu plus de 100 euros, soit pratiquement 50% d'économies. Sur ce site, les remises évoluent entre 20 et 50%, et peuvent atteindre les 70% dans certains cas.

QUELQUES CONTRAINTES TOUT DE MÊME

Néanmoins, l'achat groupé ne comporte pas que des avantages, et ne peut s'appliquer à tous les produits et services. Ce mode d'achat trouve principalement son intérêt dans les domaines où la concurrence est importante : c'est là que vous pouvez, en tant que client, faire davantage « pression » sur le fournisseur. Dans un secteur de niche, il sera plus compliqué de négocier des prix soldés. Avec l'achat groupé, le client n'est pas non plus toujours certain de recevoir le produit ou le service qu'il désire. S'il n'y a pas assez de participants à l'action, l'achat ne se concrétise pas. Dans le cas de commande de combustible de chauffage, il faut également parvenir à trouver un jour de livraison qui arrange tout le monde, ce qui relève parfois du parcours du combattant. Aussi, le délai de livraison est généralement plus long. En effet, entre le moment où l'achat groupé est lancé et le moment où vous recevez votre commande, il faut intégrer le temps de la négociation. Cela peut poser problème si vous êtes presque à sec. C'est pourquoi la démarche est davantage recommandée pour les achats qui ne sont pas urgents.

ELLE COURT, ELLE COURT, LA PÉRIPHÉRIE.

RIEN NI PERSONNE NE SEMBLE POUVOIR INVERSER LA COURBE DÉMOGRAPHIQUE DU LUXEMBOURG. ET LES CHANTIERS QUI EN DÉCOULENT S'AFFOLENT ET AFFOLENT. ICI ET LÀ, TRAVAUX D'ENVERGURE, BÉTONNEUSES EN JOIE, GRUES EN FOLIE ET ÉDIFICES SORTIS DE SOL EN MOINS DE TEMPS QU'IL NE FAUT POUR LE DIRE. CETTE POUSSÉE DU BTP NE CONCERNE PAS SEULEMENT LES LOGEMENTS D'HABITATION. UN PEU PARTOUT, DES CENTRES COMMERCIAUX QUI FONT PEAU NEUVE ET DE NOUVEAUX CENTRES DONT ON BRUISSE DE LA SORTIE DE TERRE.

ALIX BELLAC



DE NOMBREUX AVANTAGES

Alors qu'Internet marque depuis un moment un changement sensible de nos habitudes de consommation, les centres commerciaux offrent de nombreux avantages pour les nostalgiques du contact avec le commerçant. En effet, pourquoi ne pas se laisser tenter par ces grands espaces abritant tout, le conseil en plus ? Vous pourriez envisager d'opérer une révolution complète de vos habitudes alimentaires, de vie ou même de votre apparence, que la palette de prestations et commerces des centres dernière génération vous offrirait la possibilité de tout réaliser en un seul endroit ! Cette évolution coïncide avec des changements de mode de consommation planétaire notables, mais également avec des facteurs nationaux.

UNE HISTOIRE DE CLIMAT... ET DE STATIONNEMENT

Comme le fait remarquer Gabrielle, sourire aux lèvres, « dans un pays au climat capricieux comme le Luxembourg, les mauvais jours ou l'époque hivernale nous voient plus enclins à fréquenter un « mall » plutôt que d'arpenter les rues du centre-ville en slalomant entre les gouttes ou en tentant de nous protéger du froid. Le fait de pouvoir se garer sans chercher une place est également important », souligne la blonde jeune femme. Les centres commerciaux sont globalement nombreux au Luxembourg, tandis que de nouveaux vont également sortir de terre prochainement ! Une identité légèrement différente pour chacun puisque certains drainant plutôt la population luxembourgeoise alors que d'autres se revendiquent plus internationaux ou même français. Martine et Anton, jeune couple de

« POURQUOI NE PAS RÊVER DE CENTRES COMMERCIAUX D'UN NOUVEL ACABIT, PLUS EN PHASE AVEC LA CONSCIENCE QUE L'ON A DORÉNAVANT, DE L'IMPERMANENCE DE NOTRE TERRE ? »

cadres témoignent : « Notre temps est compté. L'essentiel pour nous est que l'on y retrouve nos marques fétiches, les services et tout ce qui simplifie la vie, le problème du stationnement en moins ! » Ludivine grogne : « À chaque fois que je décide d'aller en centre-ville, je perds un temps et une énergie de dingue pour trouver une place, cela devient vraiment un problème. » Karine, gérante d'une boutique de prêt-à-porter en hyper centre, abonde : « Il m'est arrivé plus d'une fois que des clientes désireuses de venir s'habiller dans notre boutique, m'appellent pour me dire qu'elles ne trouvent pas à se garer et repartent. Pour maintenir de la vie dans la ville, c'est mal parti. »

CENTRE COMMERCIAL NOUVELLE GÉNÉRATION

L'agence Fabeck Architectes dirigée par Tatiana a remporté en 2014 l'appel d'offres pour la construction du centre commercial Cloche d'Or. Elle détaille : « Il y a indéniablement une augmentation du nombre de centres commerciaux. Le nôtre est très grand. Sur celui de la Cloche d'Or, s'étendront 25 000 m² de logement, 75 000 m² de zone de shopping et hypermarché, 26 000 places de parking. La jeune femme le confesse : « Je plaide pour les centres-ville charmants, les rues typiques et les ruelles adjacentes. Mais force est de constater que côté pratique, nous allons tous au moins une fois par semaine dans un centre commercial. Que celui-ci soit

légèrement excentré ou pas. Auchan Kirchberg est au milieu d'un district comme le sera celui de la Cloche d'Or et non dans la ville. Christophe, interrogé en plein approvisionnement, déclare : « Personnellement, je trouve dommage de s'enfermer dans une grosse boîte qu'est un centre commercial. L'amoureux de la nature que je suis déplore le peu d'espace de communion avec l'extérieur et la nature alentour. » À cela, Tatiana Fabeck rétorque avoir voulu combattre ce problème inhérent aux centres commerciaux ancienne génération : « Dans notre nouveau projet, nous avons fait effectuer le plus de percées possible sur l'extérieur. Sur les côtés, de grandes ouvertures, la vue portant sur le contexte environnant. Nous nous félicitons de cela car, grâce aux verrières, il y aura beaucoup de lumière naturelle et donc de repères pour se situer dans la journée et les saisons. »

UNE IMAGE DYNAMIQUE

« Une ville se doit d'avoir des centres commerciaux. En un sens, c'est illustrer à souhait le côté international et dynamique de Luxembourg. La quasi-totalité des gens se déplace en voiture et vient de loin. Cela justifie donc la percée et l'essor de ces zones commerciales. Contrairement à ce qui se faisait auparavant, le centre commercial Cloche d'Or est le premier d'un genre nouveau : des appartements ont été pensés et conçus au-dessus des mètres carrés de commerces. »



L'édifice abritera également un wellness. C'est un challenge, du jamais vu au Grand-Duché» s'enthousiasme la dynamique architecte. En hypercentre, ce n'est pas un centre commercial qui est attendu, mais deux célèbres enseignes françaises. Un événement dont tout le monde pâtit tant les travaux tirent en longueur et pénalisent les commerces alentour. Gageons que bientôt, tout ceci sera un mauvais souvenir et que l'attractivité du centre-ville s'en trouvera dopé. Quoi qu'il en

soit, encore une image de modernité et de dynamisme pour notre petite capitale. Il est vrai que la poussée des centres commerciaux en périphérie de la ville devrait stimuler et créer une émulation. Qui gagnera? Structure des villes ou centres des champs?

CENTRE-VILLE V/S PÉRIPHÉRIE

Les paris sont ouverts. Quoi qu'il en soit, beaucoup de centres ont fait peau neuve récemment. Le City Concorde de Bertrange, mais aussi Cactus Belle

Étoile se sont agrandis. Le nord du pays n'est pas en reste avec l'enseigne Knauf. Il est heureux de constater ces opérations de rafraîchissement, car, comme le souligne Tatiana, beaucoup de centres commerciaux auraient tendance à être un peu vétustes. Contrairement au centre-ville où chaque bâtisse évolue à son rythme et selon les desiderata de son propriétaire, une entité comme un centre commercial se doit d'être entretenue régulièrement et en totalité pour rester attractive. «Il est demandé un grand engagement à ceux qui les gèrent.» La jeune femme précise également que les nouveaux centres comme celui de la Cloche d'Or offriront l'intérêt d'une très large palette de marques pas encore présentes au Grand-Duché et sur des superficies de magasins très différentes. Une non-standardisation des volumes assurément bienvenue.

ET POURQUOI PAS UN AUTRE CONCEPT DE CENTRES COMMERCIAUX ?

Que ce soit Esch-Belval et son centre commercial Belval Plaza, le Shopping Center Topaze de Mersch, le Shopping Center Belle Étoile de Bertrange, ou Auchan Kirchberg et sa galerie marchande, le Shopping Village Pall Center d'Oberpallen, le Walfer Shopping Center à Walferdange, le centre commercial Nordstrooss Shopping Mile Marnach et donc bientôt le centre Cloche d'Or, toutes ces structures ne doivent pas nous faire oublier que le consumérisme à tout va doit en rabattre. Pourquoi ne pas rêver à des centres commerciaux d'un nouvel acabit, plus en phase avec la conscience que l'on a dorénavant, de l'impermanence de notre terre? Que diriez-vous de centres abritant centres de relaxation, espace de yoga ou qi gong, bibliothèques et ludothèques? L'avenir est en marche, tâchons de le rendre plus vertueux.

LA MODE ET BIEN PLUS ENCORE

SHOPPING CENTER KIRCHBERG
BOUTIQUES HOMME - FEMME - ENFANT | BEAUTÉ | RESTAURANTS



5 Rue Alphonse Weicker, L-2721 Luxembourg | Suivez toutes nos actus sur [f](#) [galerieauchankirchberg](#)

L'intelligence artificielle, ACCÉLÉRATEUR DE BUSINESS

L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE CONNAÎT AUJOURD'HUI UN ESSOR CONSIDÉRABLE. IL FAUT DIRE QUE CETTE TECHNOLOGIE OUVRE DE NOUVELLES VOIES AUX ENTREPRISES, QUEL QUE SOIT LEUR SECTEUR D'ACTIVITÉ. LES ACTEURS LUXEMBOURGEOIS EN SONT DE PLUS EN PLUS CONSCIENTS.

JEANNE RENAULD



Digitalisation, robotisation, intelligence artificielle, big data... Ces mots sont sur toutes les lèvres. Et pour cause, ils sont en train de transformer nos modes de travail, les business models des entreprises et, dans un plus large spectre, notre vie quotidienne. Si cette évolution peut effrayer dans un premier temps - chaque changement implique une certaine peur -, elle présente en réalité des effets bénéfiques pour tout acteur économique. Aujourd'hui, start-up, industries, PME et monde financier s'y intéressent et l'intègrent de manière croissante dans leur stratégie de développement.

UNE TECHNOLOGIE QUI MONTE EN PUISSANCE

Pour bien comprendre de quoi l'on parle, et avant d'aller plus loin dans notre réflexion, une petite définition s'impose. Pour Marvin Lee Minsky, scientifique américain qui a travaillé sur les sciences cognitives et l'intelligence artificielle, cette dernière peut être désignée comme «la construction de programmes informatiques qui s'adonnent à des tâches qui sont, pour l'instant, accomplies de façon plus satisfaisante par des êtres humains, car elles demandent des processus mentaux de haut niveau tels que: l'apprentissage

perceptuel, l'organisation de la mémoire et le raisonnement critique». En ce sens, «l'intelligence artificielle va plus loin que les dispositifs d'automatisation et de robotisation, puisque ces outils sont capables d'apprendre par eux-mêmes, d'apprendre à apprendre, de proposer de nouvelles règles et d'être proactifs», précise Brice Lecoustey, Advisory Partner et Digital Leader au sein d'EY Luxembourg.

Si l'intelligence artificielle s'immisce aujourd'hui de plus en plus dans les modes de fonctionnement des entreprises, ce n'est pas par hasard. Pour Brice Lecoustey, c'est la convergence de

trois phénomènes qui explique cette accélération de la digitalisation, et de l'intelligence artificielle notamment. «Aujourd'hui, les objets connectés, les outils liés à l'automatisation et à la robotisation, ainsi que les logiciels capables d'apprendre par eux-mêmes sont arrivés à maturation. Ces trois éléments ne sont plus au stade de concepts. Ils sont aujourd'hui clairement mis en situation», explique-t-il.

LUXEMBOURG AUX AGUETS

La croissance du développement de l'intelligence artificielle au Luxembourg trouve aussi son origine dans le terreau propice qu'offre le Grand-Duché à cet égard. «Le Luxembourg peut se targuer d'un écosystème start-up qui grandit très vite, souligne Brice Lecoustey. Nombre de ces jeunes pousses proposent une offre d'outils et de technologies qui développent des solutions sur base de l'intelligence artificielle et qui en ont fait leur axe principal de développement.» L'intelligence artificielle est également au cœur des préoccupations des acteurs bien implantés.

«De nombreuses entreprises corporates cherchent à rencontrer des start-up, pour entrer dans un processus d'idéation et d'open innovation, afin de mieux comprendre comment elles peuvent intégrer l'intelligence artificielle dans leur quotidien.»

Dans ce contexte, les start-up ne sont donc plus les seules à expérimenter l'intelligence artificielle. «Elle n'est pas non plus l'apanage des multinationales ou des grandes entreprises. Tous les acteurs, privés et publics, sont concernés et peuvent en tirer profit. On observe d'ailleurs une curiosité grandissante de la part de tous. Grâce à ces synergies, l'écosystème favorable se renforce tous les jours.» Dans le cadre de la stratégie Digital Lëtzebuerg, le gouvernement

«IL N'Y A PLUS AUCUN GRAND GROUPE À LUXEMBOURG QUI NE SE POSE PAS LA QUESTION DE SAVOIR COMMENT IL VA INTÉGRER L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE»

luxembourgeois a d'ailleurs conclu en juillet dernier un partenariat avec Nvidia -un des leaders mondiaux en matière d'intelligence artificielle- afin de former des étudiants, des scientifiques ainsi que des employés de l'industrie et de start-up à cette technologie. «Aujourd'hui, il n'y a plus aucun grand groupe à Luxembourg qui ne se pose pas la question de savoir comment il va intégrer l'intelligence artificielle dans sa stratégie. Si les acteurs implantés ne le font pas, d'autres le feront à leur place et leurs business models se verront mis à mal», assure Brice Lecoustey.

DES PROCESSUS ET UNE EXPÉRIENCE AMÉLIORÉS

Concrètement, que peut apporter l'intelligence artificielle à ces acteurs économiques? «Ces solutions innovantes offrent la possibilité de proposer de nouvelles expériences aux clients», explique Brice Lecoustey. On peut citer à cet égard le *chatbot*, de plus en plus utilisé dans les processus de relation clientèle ou par les services publics. Ces petits robots, qui apparaissent sous forme d'une boîte de dialogue sur certains sites Internet, s'appuient sur l'intelligence artificielle. Ils sont en mesure d'entrer en contact avec le client et de répondre à certaines de ses demandes, de l'orienter sur le site web, de le conseiller, de lui proposer une offre... Capable d'apprendre par lui-même, le *chatbot* se perfectionne au fil de ses conversations avec les clients. «On voit également se développer des plateformes de recrutement intelligent, de sécurisation bancaire contre la fraude, de veille de réseaux sociaux, de compréhension du fonctionnement des organisations ou encore de maintenance prédictive des outils de production», complète le Digital Leader

d'EY Luxembourg. L'intelligence artificielle trouve ainsi des applications dans des domaines variés tels que la logistique, le transport, le secteur automobile, les fonds d'investissement, les banques... Parallèlement, l'intelligence artificielle permet d'optimiser les fonctions de support et de back-office. «Au Luxembourg, beaucoup d'entreprises utilisent l'intelligence artificielle dans le cadre de leurs processus RH, financiers ou de transaction par exemple. L'idée sous-jacente est de parvenir à mécaniser certains processus pour créer de la valeur ajoutée.»

«LIBÉRER L'INTELLIGENCE HUMAINE»

Mais autour de ces nouveaux enjeux, une question revient inlassablement: les robots et l'intelligence artificielle peuvent-ils remplacer les humains? «Nous ne devons pas craindre ces développements. Pour moi, cette évolution n'est pas plus différente que celle que nous avons connue lors du passage de la calculatrice à Excel», confie Brice Lecoustey.

Parce qu'elle peut effectuer des tâches répétitives, intégrer un grand nombre de données, coupler l'ensemble des variables et tenir compte de multiples facteurs, l'intelligence artificielle permet à l'homme de se concentrer sur l'analyse des résultats pour mieux les exploiter, de capitaliser sur l'activité humaine intelligente et d'aider à la prise de décisions. «L'intelligence artificielle, en ce sens, permet de faire progresser l'économie du savoir, de libérer encore davantage l'intelligence humaine», assure Brice Lecoustey. À chaque acteur de l'intégrer dans son développement pour en profiter pleinement.



Ashkhen Zakharyan,
Sales & Marketing
Manager de AIVA

« L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE OFFRE DES POSSIBILITÉS INCROYABLES »

JEANNE RENAULD

PEUT-ÊTRE NE CONNAISSEZ-VOUS PAS AIVA. C'EST POURTANT ELLE QUI A COMPOSÉ LA MUSIQUE DU FILM D'ANIMATION «LET'S MAKE IT HAPPEN» DANS LE CADRE DE LA CAMPAGNE INSPIRING LUXEMBOURG. CETTE INTELLIGENCE ARTIFICIELLE CRÉÉE EN 2016 PAR LA SOCIÉTÉ ÉPONYME EST AUJOURD'HUI RECONNUE COMME COMPOSITRICE PAR LA SACEM. ASHKHEN ZAKHARYAN, SALES & MARKETING MANAGER AU SEIN DE CETTE START-UP LUXEMBOURGEOISE, NOUS EXPLIQUE COMMENT AIVA FONCTIONNE.

Qui est AIVA?

AIVA est une intelligence artificielle capable de composer des bandes-son pour des films, des jeux, des émissions de télévision et tout autre type de média. AIVA a été conçue pour renforcer les capacités créatives des compositeurs de contenu en exploitant l'intelligence artificielle. Celle-ci fournit aux auteurs de nombreuses idées musicales pour la réalisation de leurs compositions et leur permet de surmonter le blocage de la page blanche qu'ils peuvent parfois rencontrer.

Comment AIVA utilise-t-elle l'intelligence artificielle pour créer ses morceaux?

AIVA a appris l'art de la composition musicale en lisant plus de 30 000 partitions écrites par les plus grands compositeurs de l'histoire tels que Mozart, Bach, Beethoven... À l'aide de divers types de réseaux de neurones artificiels, AIVA recherche des éléments caractéristiques dans ces partitions, dans la mélodie, l'harmonie et le rythme, afin de comprendre les bases de la musique. L'IA pratique la composition musicale en examinant quelques mesures d'une partition existante et en prédisant l'avenir de ces morceaux. Une fois qu'AIVA a bien compris ces prédictions, elle crée un ensemble de règles mathématiques et est alors prête à composer sa propre partition originale. Pour qu'AIVA imagine la bonne musique pour la bonne personne, nous enseignons également à l'IA ce qui rend chaque partition unique sur le plan émotionnel, en associant chacune d'entre elles à plus de 20 catégories différentes: ambiances, densité de notes, compositeur, époque musicale... Cette fine compréhension de l'ADN de la musique permet en définitive à AIVA de répondre à des exigences précises lorsqu'on lui demande de composer un morceau.

Quel genre de musique AIVA crée-t-elle?

AIVA était auparavant en mesure de composer principalement des partitions cinématographiques, des bandes-son. Récemment, nous avons étendu nos activités à d'autres styles. AIVA peut désormais composer un large éventail de musiques du monde telles que le tango, la musique du Moyen-Orient, chinoise...

Pour qui AIVA compose-t-elle la musique?

Quels sont les besoins du marché auxquels elle répond?

Jusqu'à présent, AIVA a composé de la musique pour différents types de clients et d'occasions: films, jeux, publicités, concerts, discours... Notre intelligence artificielle a également créé le premier hymne pour une ville, Dubai, et collabore avec Taryn Southern, artiste pop de Los Angeles, pour son prochain album. Nous allons également lancer une plateforme qui permet à n'importe quel compositeur de tirer parti des capacités de composition de l'AIVA pour les aider à stimuler leur propre créativité.

Combien de temps lui faut-il pour composer?

Actuellement, il faut compter entre 48 et 72 heures pour entraîner l'intelligence artificielle et composer un nouveau morceau. Avec notre nouvelle plateforme Music Engine pour compositeurs, nous prévoyons de réduire ce temps à une minute.

Quel regard portez-vous sur l'utilisation croissante de l'IA dans de nombreux secteurs de l'économie?

Cette technologie offre des possibilités incroyables pour pousser le potentiel humain plus loin que jamais. Bien qu'il reste encore beaucoup de travail à faire pour que la technologie à la base de l'IA soit plus transparente, nous pensons qu'elle peut véritablement être une solution à de nombreux problèmes complexes qui n'ont toujours pas été résolus par une approche algorithmique régulière. Un exemple est de concrétiser la réalité des voitures autonomes afin de réduire à zéro le nombre de décès sur les routes. Engine pour compositeurs, nous prévoyons de réduire ce temps à une minute.



International Language Campuses



Bénéficiez de 5%
de remise jusqu'au
24 décembre.

Apprenez une langue à l'étranger!

Un séjour linguistique en immersion avec EF Education est la formule idéale pour développer vos compétences linguistiques! A vous de créer le programme qui répondra à vos besoins, en choisissant :

- La langue de votre choix (11 langues)
- La destination de vos rêves (52 destinations à travers 21 pays)
- La durée de votre séjour (à partir de 2 semaines)
- Les dates souhaitées (rentrée tous les Lundis, dont vacances scolaires)
- La formule linguistique (générale ou intensive)
- Les activités sportives et culturelles
- Les cours optionnels (Business, Marketing etc)
- La préparation aux examens officiels de langues : TOEIC, IELTS, TOEFL & Cambridge.

EF Education First
13 avenue de la Porte-Neuve,
L-2227 Luxembourg
Tel.: (+352) 2648 2748-1
Email: info.lu@ef.com
www.ef.com/luxembourg

RESEARCHERS' DAYS

FREE SCIENCE
WORKSHOPS FOR ALL

1.12.2018

10:30 - 18:30

RESEARCHERS' DAYS 2018

ROCKHAL

WWW.RESEARCHERSDAYS.LU

#RDLUX18

Fonds National de la
Recherche Luxembourg

science.lu
Wissenschaft für jiddereen

RTL

Libération

Actu business

Inflation

Digitalisation



Carole Muller à la tête de la fédération des jeunes dirigeants d'entreprise Luxembourg

Dans le cadre de l'assemblée générale de la Fédération des jeunes dirigeants d'entreprise (FJD), tenue en date du 15 octobre 2018 à l'Atelier, les membres viennent de mandater Carole Muller, CEO auprès de Fischer S.A., comme son nouveau président pour l'exercice 2018/2019. Elle succède à Laurent Muller.

L'assemblée générale s'est déroulée en présence de Richard David Precht, écrivain et philosophe allemand connu pour ses livres portant essentiellement sur la philosophie, qui est intervenu sur la thématique de la « digitalisation ».

Un sujet approprié puisque Carole Muller a placé son programme d'action pour l'exercice 2018/2019 autour de cette thématique, la digitalisation avec ses défis et opportunités pour le marché économique du Luxembourg étant un sujet incontournable pour les chefs d'entreprise d'aujourd'hui.

Carole Muller sera entourée dans le conseil d'administration de Laurent Muller (président sortant), Jean-Pierre Schmit (secrétaire général) et François Mousel (trésorier).

Le conseil de direction de la FJD est formé de Antoine Clasen, Laurent Decker, Pierre Even, Sarah Khabirpour, Carole Retter, Philippe Schmit, Anne-Marie Solvi et Gérard Thein.



Hausse de l'inflation dans la zone euro

Eurostat a révélé jeudi 18 octobre que l'inflation a atteint un taux de 2,1 % dans la zone euro en septembre.

En effet, selon les données communiquées par Eurostat, le taux d'inflation annuel de la zone euro s'est établi à 2,1 % en septembre 2018, contre 2,0 % en août. En 2017, il s'établissait 1,5 %. Le taux d'inflation annuel de l'Union européenne s'est établi à 2,2 % en septembre 2018, stable par rapport à août. Un an auparavant, il était de 1,8 %.

Pour septembre, le taux d'inflation annuel au Luxembourg atteint 2,7 %.

Au niveau de la zone euro, l'inflation atteint son plus haut niveau depuis 2012.

En septembre 2018, les plus fortes contributions au taux d'inflation annuel de la zone euro proviennent de l'énergie (+0,9 %), suivie des services (+0,5 %), de l'alimentation, alcool & tabac (+0,51 %) et des biens industriels hors énergie (+0,08 %).

Déménagement



Le Dôme, nouvelle propriété d'AXA Investment Managers - Real

Situé à Bonnevoie, le complexe immobilier Le Dôme, qui abrite la House of Startups, et dont on avait appris la mise en vente fin juin, vient d'être vendu par Blackstone à AXA IM – Real Assets.

Une acquisition, qui permettra à AXA Investment Managers – Real de s'y installer, ainsi que certains de ses clients. Ce complexe immobilier compte 22.000m² d'espaces de bureaux et 250 places de stationnement. Il est divisé en trois bâtiments indépendants.

Si son propriétaire, le fonds d'investissement Blackstone, en demandait 200 millions d'euros après l'avoir acquis pour 120 millions en 2014, on ne sait pas à quel prix l'a acheté AXA IM – Real Assets. En revanche, le groupe a déclaré dans un communiqué se réjouir d'avoir pu obtenir un bien de qualité dans le quartier Gare, une opportunité rare, selon lui. Il bénéficie notamment d'un taux de vacance très faible.

**Si vous n'êtes pas
sur atHome,
vous n'êtes pas
sur le marché.**

1.000.000
visites / mois*



atHome.lu
Luxembourg lives here

ET AU MILIEU POUSSE LE BÉTON

L'ESSENTIEL DE L'HABITAT

ALIX BELLAC





Comme un écho à la rubrique Focus traitant de l'essor des centres commerciaux et de la folie bâtisseuse qui s'empare de Luxembourg, nous avons décidé de faire le point sur l'habitat au Grand-Duché. Le rêve est-il encore accessible? Paroles données à tous les acteurs du secteur pour une approche holistique.



TOUJOURS PLUS LOIN, TOUJOURS PLUS HAUT

Il n'aura échappé à strictement personne que le BTP se porte comme un charme. Les prévisions de croissance donnent le tournis. En effet, on parle d'une multiplication par deux de la population d'ici 2050 et l'habitat est devenu le sujet de prédilection dans les dîners en ville. Nombre de professionnels s'engouffrent donc dans une brèche déjà bien entamée. D'agents immobiliers en agences de relocation (cherchant pour vous et/ou vous accompagnant durant tout le processus de location ou d'achat), en passant par des cabinets d'architecture ou de décoration d'intérieur, chacun prétend faire du bien au secteur. Et c'est tant mieux! Après les décennies 70 et 80 où tout et n'importe quoi sortait de terre, le temps semble venu d'une certaine harmonisation esthétique. Ici et là, des constructions de qualité et des édifices de prestige viennent redonner du lustre à l'architecture ambiante.

Même s'il conviendrait d'introduire un peu plus d'homogénéité dans les constructions actuelles, le cœur de Luxembourg notamment, n'en finit pas d'embellir.

LA COLOCATION GAGNE DU TERRAIN

Gabrielle van der Straeten, fondatrice de l'agence immobilière Vasari Properties, ne s'en cache pas. «L'activité tourne bien, je ne chôme pas. Il y a une demande importante pour notamment les locations de meublés et le temps est au beau fixe pour les investisseurs. Si vous disposez de capitaux à investir, il faut savoir que les morcellements d'immeubles et d'appartements sont une manne. Les demandes explosent pour les meublés d'une ou deux chambres. Nous avons donc eu l'idée de proposer une formule de charges all inclusive (un forfait englobant toutes les charges privatives dont l'eau, le chauffage et l'électricité, mais également les commodités comme internet et le ménage).

« LE SYSTÈME DE COLOCATION GAGNE DU TERRAIN ET DEVIENT UNE OPTION RENTRANT DANS LES MŒURS TANT AU NIVEAU DES PROPRIÉTAIRES QUE DES ASPIRANTS À LA LOCATION »

Pour les personnes venues pour quelque temps ou désireuses de prendre le pouls du pays et de la ville avant que d'acquérir un bien, la formule est idéale. Tenant compte de ces nouvelles modalités, nous proposons même des baux de six mois. Néanmoins les loyers étant fort élevés, le système de colocation gagne du terrain et devient une option rentrant dans les mœurs tant au niveau des propriétaires que des aspirants à la location. Les demandeurs peuvent actuellement trouver un logement fort correct de type studio en centre-ville pour 1300 euros par mois (charges comprises), avec salle de bains individuelle et cuisine. Un appartement meublé avec une chambre se loue entre 1250 et 1600 euros (plus charges) en fonction de sa taille et du quartier. La colocation est une bonne façon de limiter les coûts tout en ayant un logement de qualité. Pour le haut de gamme meublé et les plus grandes surfaces, les loyers sont nettement plus élevés. Quand, en plus, les sociétés remboursent tout ou partie de ces locations, le deal reste correct».

Hébergée dans la nouvelle House of Startups, l'équipe de Lifestyle Coloc accompagne les investisseurs dans leur stratégie immobilière et la conduite du changement au sein de leur patrimoine, en orientant les investissements vers le « co-living ».

La plateforme collecte des données telles que taxes, taux d'imposition ou encore détail des charges pour modéliser le fonctionnement d'une colocation.

Sa fondatrice, Amandine Maroteaux, voit dans le partage, un mode de vie d'avenir. Les colocations rendent possibles le logement en ville et par ailleurs, permettent aux propriétaires bailleurs de rénover dans les standards actuels du patrimoine. Un modèle gagnant-gagnant. Néanmoins le problème du logement devient prégnant. Claudine Speltz, administrateur indépendant et ancienne Présidente du Conseil européen des professions immobilières (CEPI) et fondatrice du Groupement des syndics professionnels du Luxembourg asbl (GSPL), table comme tous les professionnels du secteur, vers non seulement une hausse de la demande et des prix, mais également une pénurie de biens immobiliers.

Membre de



immobilière

Romain THILL SARL

Achats

Ventes

Locations



Depuis 1976

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



Une équipe à votre service

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



Agence de proximité

Notre agence spécialiste des transactions immobilières de votre région.



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

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

10, route de Longwy
L-4750 PÉTANGE
Téléphone (+352) 50 17 47
Télécopie (+352) 50 35 34
www.immo-rthill.lu



LE RÔLE PRÉPONDERANT DE L'ÉTAT POUR LES REVENUS FAIBLES

Parallèlement à cette flambée des prix, il faut louer les efforts du gouvernement pour conserver à la population à revenus moindres, la possibilité de se loger et d'acquérir un bien que cela soit en périphérie ou en centre-ville. Kewe Mar, dirigeante de l'agence immobilière Real Estate Services aime à narrer le cas d'une cliente, femme seule avec un enfant. Alors qu'elle s'acquittait d'un loyer mensuel de 1300 euros pour un appartement au Kirchberg, grâce aux aides de l'État, elle a pu prendre possession d'un bien de même type pour lequel elle rembourse 900 euros par mois. Cette volonté des instances gouvernementales de lutter contre une certaine forme de paupérisation s'accompagne de nouvelles réglementations. Kewe Mar souligne ainsi les réformes permettant maintenant

aux vendeurs de n'être imposés que sur un tiers du montant de la plus-value lors de la vente d'un bien ou d'un terrain. Un moyen pour l'État d'inciter les propriétaires fonciers à vendre et ainsi répondre à la demande grandissante. « Le fait de ne pas se faire matraquer a évidemment un impact positif » souligne la jeune femme. Il est intéressant de noter que dans la lignée des réformes, 25 à 27% d'un projet de promoteur actuellement en construction sera cédé à l'État et voué ainsi au logement social. Quoi qu'il en soit, chaque vendeur potentiel qu'il soit promoteur, agent, particulier, tirera son épingle du jeu dans un secteur qui ne connaît pas la crise. Kewe Mar aime à illustrer cet état de fait par l'exemple d'un client ayant vendu deux appartements similaires. « Celui cédé en 2018 s'est vendu 40 000 euros de plus que celui cédé en 2016. On note une progression constante de 5 % chaque année. »

VOUS SOUHAITEZ ENTAMER DES TRAVAUX DE RÉNOVATION...



enoprimes

... et améliorer l'efficacité énergétique de votre habitation ?
Rejoignez le programme enoprimes.

Avec le programme enoprimes, nous sommes à vos côtés dans vos projets de rénovation énergétique ! Découvrez tous les travaux éligibles, les démarches à suivre ainsi que les artisans partenaires sur enoprimes.lu

enoprimes.lu





« LA DIVERSITÉ EST DANS L'ADN DU LUXEMBOURG, IL FAUT CONTINUER À LA CULTIVER »

INVESTIR

À la question de savoir dans quels quartiers investir, Gabrielle van der Straeten recommande des quartiers proches des moyens de communication (train, bus, tram) comme Bonnevoie et le quartier de la gare – pratique pour ceux qui privilégient les commerces de proximité et offrant la possibilité de « s'évader » rapidement de Luxembourg le week-end et rejoindre d'autres capitales européennes. « Une fois installé dans ce quartier, tout est relativement simple. On prend les transports en commun et on évite ainsi les embouteillages qui, corollaires négatifs de l'augmentation de la population, deviennent un problème d'envergure. Elle prévient également : « Attention aux quartiers de Merl et Belair plus prisés par les familles : s'il n'y a pas de commerces à proximité, cela n'intéresse plus guère les jeunes cadres. De même, investir en rase campagne ne rime à rien, votre opération risque fort de se révéler caduque ». Antoine, jeune cadre dynamique abonde en ce sens : « Arrivé au Luxembourg il y a deux ans et ne connaissant personne, j'ai fait le choix d'investir dans le quartier gare. Cela ne me convient pas encore tout à fait, ce n'est pas assez propre à mon goût, mais je fais un pari sur le futur. Je suis sûr que la physionomie du quartier va encore s'améliorer. De plus, étant parisien d'origine, je peux attraper un train sans perte de temps ni stress ! Revenez me voir dans cinq ou sept ans, je pense que ce coin de Luxembourg aura bien changé ! » s'amuse-t-il. Maria, collègue d'Antoine et elle aussi résidente dans ce quartier, tempère gentiment ce qui pourrait être jugé négatif dans les propos de son collègue : « Il ne faut pas que cela devienne trop aseptisé.

J'aime la diversité de population, les échoppes vendant des produits exotiques, le cadre qui cohabite avec l'étudiant ou la famille d'origine cap-verdienne ou serbe implantée ici depuis 20 ou cinq ans. La diversité est dans l'ADN du Luxembourg, il faut continuer à la cultiver et c'est finalement un concept très bobo parisien » lance-t-elle, taquine, à l'adresse de son collègue.

QUELQUES CHIFFRES POUR Y VOIR UN PEU PLUS CLAIR

André est magnanime, mais se lamente quand même : « Et dire qu'il y a 15 ans, j'ai vendu à une lointaine cousine, une maison en plein Limpertsberg ! Je n'ose même pas vous dire comme l'opération aura été rentable pour elle... Mais je ne lui en veux pas... Le patrimoine reste finalement dans la famille », philosophe-t-il. Ils sont nombreux, de part et d'autre, à se frotter les mains ou à se désoler. Il est bon de rappeler que plus des trois quarts de la surface totale disponible pour l'habitat appartient à d'heureux propriétaires privés. Les personnes morales détiennent quant à elles environ 16% des terrains disponibles. Il en résulte ainsi que les acteurs publics ne détiennent qu'une part relativement peu conséquente des terrains disponibles pour l'habitat, les mieux dotés étant les communes et les syndicats de communes, alors même que les surfaces détenues par l'État et les différents Fonds Publics sont paradoxalement très limitées. Alors que 90% de la population déclare être satisfaite du confort de son logement et 83% satisfaite de la modernité de son habitation, de nouvelles activités connexes à l'activité immobilière propre, émergent.



IMMO&CONSEIL

Promoteur et Immobilier

The best seat
in the house
belongs in your
dream home
**Let us help you
find it!**



Tel: 26 51 22 90 | www.immo-conseil.lu



OMBRI IMMO

Natacha Ombri, l'agent immobilier
qui vous accompagne de vos 1^{ères} démarches
à votre transaction immobilière
et bien plus encore.

**L'estimation
de votre bien
et le passeport
énergétique
sont offerts***



Natacha Ombri, Agent immobilier certifié

Tel : 661 34 99 34 |

Email : natacha@ombri-immo.com

www.ombri-immo.com

*Plus d'informations auprès de votre agent immobilier

RÉNOVER AVEC RESPECT

Amandine Maroteaux connaît bien son secteur d'activité et d'une voix fluide, précise: «Il y a une particularité propre au Grand-Duché, à savoir la quasi-absence de petites surfaces. La typologie la plus répandue est plutôt maison de ville ou appartement. La jeune femme explique le cheminement qui l'a mené à une certaine orientation de son activité il y a cinq ans: «Ma petite fille aime à dire que je répare les maisons cassées. C'est l'amour de la pierre qui m'a poussée à une totale reconversion après un parcours dans le droit.

À la tête d'une équipe de six personnes se partageant entre Paris et le Grand-Duché, l'atelier Compostelle accompagne ses clients dans leur désir d'achat, conseillant sur l'ensemble du process (à l'exception des permis de construire pour lesquels nous travaillons avec des architectes et ingénieurs) et avec notamment – et c'est ce qui fait notre valeur ajoutée – une signature esthétique et un cahier des charges respectés sur l'éco-responsabilité. Le fait est que, dans le processus de rénovation, j'ai pu constater ici et là, des incohérences esthétiques ou des transformations qui n'allaient pas dans l'esprit du lieu ou le mode de vie ou de travail des propriétaires. Quand on acquiert un bien au Luxembourg, le prix est tel que l'on n'a pas le droit à l'erreur, notamment en termes de rénovation. Notre but est donc de tenir compte du temps qui passe et surtout faire en sorte que les rénovations ne se remarquent pas.

On se focalise sur le but d'optimiser l'espace tout en préservant le caractère du bien. Nous mettons un point d'honneur à tenir compte du temps qui passe sur les lieux. Et il me semble également cohérent, voire primordial d'utiliser des matériaux de qualité et surtout locaux, tels la chaux de Contern, le terrazzo ou la pierre de Joumont. Je mets un point d'honneur à tenir compte de la palette chromatique du pays et à utiliser les matériaux du coin». Amandine enchaîne: «J'aime l'idée d'avoir un impact sur les lieux de vie de mes clients. L'investissement immobilier n'est pas chose anodine surtout au Luxembourg où les prix sont si importants. En matière de rénovation, on peut penser savoir-faire, mais rien ne peut s'improviser. Or, avec des conseils, on valorise mieux son bien et l'on en retire plus de plaisir».

Connaissance aiguisée d'un marché de l'immobilier en constante évolution, des démarches à opérer lors d'une vente ou d'un achat, des normes énergétiques et du respect de l'habitat lors d'une construction ou d'une rénovation, les professionnels rencontrés pour l'élaboration de ce dossier en sont tous convaincus, l'habitat impacte la façon dont on vit. Il importe alors de savoir quelle orientation nous souhaitons donner au lieu en termes de cohérence et de respect de l'environnement.

« L'HABITAT IMPACTE LA FAÇON DONT ON VIT. IL IMPORTE ALORS DE SAVOIR QUELLE ORIENTATION NOUS SOUHAITONS DONNER AU LIEU EN TERMES DE COHÉRENCE ET DE RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT »





mkao

vouloir un chez soi

C'EST NATUREL



Raiffeisen

Naturellement ma banque

Taux d'intérêt attractif, en fixe ou en variable, aides étatiques... avec le prêt logement de Raiffeisen, vous profitez naturellement **de la meilleure solution pour financer votre projet immobilier**. Nos conseillers se tiennent à votre entière disposition, même en dehors de nos heures d'ouverture, en agence ou chez vous.

Infos en agence ou sur www.raiffeisen.lu

Banque Raiffeisen, société coopérative





PROBLÉMATIQUE BRÛLANTE

À l'aune de cette étude, il semble irresponsable de continuer à construire des maisons individuelles et des résidences de faible hauteur dans les centres urbains.

De plus, alors que l'on constate un déséquilibre structurel entre l'offre et la demande de biens immobiliers entraînant une augmentation des prix de façon constante et alors même que Caritas met en garde contre une ghettoïsation dans les logements locatifs bon marché et de mauvaise qualité, la demande forte et l'accroissement de la population nous amènent à braquer nos projecteurs sur la SNHBM, société nationale des habitations à bon marché.

LA SNHBM, UNE ALTERNATIVE SUPPLÉMENTAIRE POUR LES PLUS MODESTES

Comme le déclare Guy Entringer, directeur de la SNHBM, structure employant une centaine de personnes, l'objectif est de réaliser et de proposer des logements à des prix abordables tout en ne transigeant pas sur la qualité des matériaux. 250 logements, en phase avec une certaine prise de conscience écologique, sont ainsi proposés chaque année à la vente, répondant aux besoins et attentes d'une certaine partie de la population jouissant de revenus ne leur permettant pas d'accéder à la propriété dans un schéma classique. En qualité de promoteur social, la SNHBM s'est spécialisée dans la conception et la construction de maisons tant unifamiliales que d'immeubles et appartements. La SNHBM intervient dans un champ d'action vaste allant de la recherche et l'acquisition de terrains propres à la construction à l'élaboration de plans d'aménagements, de plans techniques et travaux de viabilité des terrains.

Depuis sa création, la société nationale des habitations à bon marché a construit quelques 9 000 logements dans des communes telles que Esch-sur-Alzette, Echternach, Differdange, Pétange, Schifflange, Soleuvre mais également Beggen, Roodt-sur-Syre, Mamer, Kelchen, Schuttrange, Junglinster et bien sûr Luxembourg ville, fournissant ainsi un cadre privilégié aux jeunes, aux célibataires ainsi qu'aux personnes aux revenus limités. De quoi combler un peu les attentes du Président de la commission du logement, Max Hahn qui souligne néanmoins le fait qu'il faudrait la création de 30 000 logements sociaux au Luxembourg.

FORMER DE VRAIS PROS

L'immobilier est un secteur qui ne connaît pas la crise mais va devoir s'atteler à ne pas en créer une par la pénurie de biens et le manque de structures pour accueillir une population sans cesse en expansion. Sous couvert d'anonymat, un professionnel du secteur m'indique ainsi « qu'il faut se familiariser avec l'idée que, à données constantes, le Luxembourg pourrait bien avoir plusieurs millions d'habitants. et que cette projection n'a pas été envisagée. » C'est dans un esprit d'innovation et de dynamisme que la Chambre immobilière, en partenariat avec le Lycée Josy Barthel, a mis en place un BTS Professions immobilières, une formation supérieure de type court (2 ans) à finalité professionnelle. La Chambre immobilière travaille dans le sens de la promotion d'une formation, tant initiale que continue, des professionnels tout au long de leur carrière. Ce qui paraît indispensable, les particuliers étant de mieux en mieux informés et exigeants. À ces prix-là, rien d'étonnant, oserions-nous écrire...

VISER LE COUP DE CŒUR

A TRAVERS UNE DÉMARCHE MÉLANT HOME STAGING ET PRÉSENTATION VIRTUELLE 3D UNIQUE, L'AGENCE IMMOBILIÈRE iKSL VOUS AIDE À VENDRE VOTRE BIEN RAPIDEMENT ET AU MEILLEUR PRIX.



**« INVESTIR UN PEU
POUR PROMOUVOIR
CORRECTEMENT SON BIEN
À VENDRE EST TOUT AUSSI
ESSENTIEL AU LUXEMBOURG »**

GAGNER DU TEMPS ET DE L'ARGENT

Concept apparu aux Etats-Unis au début des années 70, le home staging n'a cessé de se développer dans les pays anglo-saxons et nordiques. «Au Luxembourg, le principe est encore relativement méconnu, confie Carlo Kauffmann. C'est certainement lié à la situation atypique du marché immobilier. Parce que la demande en logements est très importante et que l'offre l'est beaucoup moins, les biens immobiliers trouvent assez rapidement acquéreurs. Pour autant, **investir un peu pour promouvoir correctement son bien à vendre est tout aussi essentiel au Luxembourg.**» Car si le home staging représente un certain coût – qui varie en fonction de chaque situation –, il s'agit d'un investissement qui assure une réelle plus-value. **En valorisant votre bien, vous augmentez en effet vos chances de le vendre plus rapidement, et à un meilleur prix.**

UNE VISITE UNIQUE DU BIEN

Le home staging permet de mettre en valeur un bien durant la visite. Encore faut-il parvenir à accrocher le candidat dès la lecture de l'annonce. Grâce à une caméra à la pointe de la technologie, **iKSL est capable de produire une visite virtuelle 3D interactive du bien à vendre.** Celle-ci permet de se déplacer d'une pièce à l'autre, de voir l'ensemble de la maison sous tous les angles, d'étudier son agencement. Parce qu'ils ont déjà eu un aperçu du bien très précis dans l'annonce, seuls les amateurs réellement intéressés se déplaceront. **Plus de perte de temps pour le vendeur, fini les amateurs déçus !**

Aujourd'hui, l'achat d'un bien immobilier commence généralement par la consultation d'annonces sur des sites spécialisés. Au-delà du prix, différents éléments sont pris en considération par le candidat acheteur avant de décider s'il prendra rendez-vous pour visiter cette maison ou cet appartement. À cet égard, la présentation virtuelle du bien et les premières impressions qui s'en dégagent jouent un rôle crucial. C'est dans ce contexte qu'est né le **home staging**, une démarche **visant à valoriser le bien**, à le présenter sous son meilleur angle, afin de **favoriser le coup de cœur** chez le futur acquéreur et lui permettre de s'imaginer vivre lui-même dans cet environnement.

LE HOME STAGING, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Chez iKSL, agence spécialisée dans le home staging, cette démarche est réalisée en plusieurs étapes. Il s'agit tout d'abord d'**identifier les éventuels petits travaux à réaliser**, tant

à l'intérieur qu'à l'extérieur. «Il peut s'agir de tondre la pelouse et les haies pour rendre le logement accueillant dès l'entrée, ou bien d'effectuer de petites réparations à l'intérieur, précise Carlo Kauffmann, gérant d'iKSL. Ces travaux peuvent être effectués par le propriétaire ou par des partenaires.» Ensuite, l'agence s'occupe de **désencombrer la maison du mobilier superflu**, de manière à permettre au visiteur de **se rendre compte de la superficie et du potentiel** de chaque pièce. «Nous veillons également à **dépersonnaliser les lieux**, en retirant par exemple les photos de famille, pour que le visiteur puisse réellement se projeter.» La dernière étape consiste à décorer le logement de manière neutre et accueillante, soit avec des éléments déjà présents sur place, soit avec de la décoration que l'agence se charge d'acheter pour vous, afin de créer une ambiance propice à l'achat. Si la maison est vide avant la vente, **iKSL** offre la possibilité de louer des meubles pour la rendre plus chaleureuse.



iKSL

IMMOBILIÈRE CARLO KAUFFMANN, 23 rue de Colmar-Berg, L-7525 Mersch | Tél. : 36 75 50 | www.iksl.lu

DIDIER DAMIANI

Promouvoir l'art contemporain

ÉVOLUANT AU CARREFOUR DE L'ART, DU JOURNALISME ET DE LA COMMUNICATION, IL ENCHAÎNE LES PROJETS AVEC ENTRAÎNEMENT ET OPTIMISME.

KARINE SITARZ

«IL Y A TOUJOURS EU
DE TRÈS BONS PEINTRES
AU LUXEMBOURG»



Son livre

Du spirituel dans l'art, de Wassily Kandinsky qui marque le passage à l'abstraction, le livre de référence !

On se retrouve fin septembre autour d'un verre à quelques jours du lancement d'un nouveau projet. Didier Damiani, Business Development Manager pour Art Work Circle, partage l'initiative avec la Ville de Luxembourg: *Art on the Street* ou comment occuper les boutiques vacantes du centre-ville. Réponse: habiller d'œuvres d'art les vitrines en déshérence pour «booster l'attractivité de la capitale, resserrer les liens avec musées et galeries et offrir une vitrine insolite aux artistes du pays». Didier évoque l'appel à participation lancé aux propriétaires et agences immobilières et le site Internet dédié qui fait le lien vers *Art Work Circle*, 1^{re} plateforme d'art en ligne à avoir vu le jour au pays. Elle fêtera en décembre ses trois printemps, affichant 1000 œuvres, 40 artistes de la Grande Région et des publics de toute l'Europe. Impliqué dans l'aventure aux côtés de Guy Kerger, Didier accompagnera cette année encore Art Work Circle à la Luxembourg Art Week dans la section Take off, «on est encore jeune» sourit-il, espérant que «le public ne soit pas trop frileux». Fin novembre, il investira l'Abbaye de Neimënster avec *New Painting Luxembourg*, 20 jeunes talents qui évoluent sur «une scène de plus en plus dynamique et qui a aujourd'hui le soutien de l'État». Didier qui cite volontiers Gerhard Richter, Damien Hirst ou ici

Armand Strainchamps, est tombé enfant dans le bouillon de l'art. Et l'art contemporain, entre histoire et esthétique, sera le sujet de ses études à La Sorbonne et au Goldsmiths College. L'étudiant a une belle plume, il collabore à *L'Œil et Connaissance des Arts* et écrit pour *Beaux Arts Magazine* après son retour au pays natal. Là, il multiplie les expériences en art, presse (e.a. *le Land*) et relations publiques, travaille aux côtés de Marie-Claude Beaud pour la Fondation Musée d'Art moderne Grand-Duc Jean, Danièle Wagner au Musée d'Histoire, Stéphane Ackermann dans son agence d'art, Mike Koedinger pour Colophon. Photos à l'appui, le commissaire s'arrête sur quelques projets: *Plateaux* en 2011 pour les 50 ans du Fonds Kirchberg, «l'un des plus ambitieux», pour lequel il a réuni des œuvres monumentales dont la fameuse caravane de Claude Lévêque; *Invisible More Visible More Invisible* de Marco Godinho en 2013 au Casino Luxembourg (avec Kevin Muhlen). Et Didier, membre de l'AICA, de citer aussi *The box* de Martine Feipel en 2007 pour le Kiosk. «Être bien dans sa tête, bien dans son corps», c'est la philosophie de vie de ce jeune quadra qui cultive la course à pied, aime passer du temps avec sa femme et ses deux filles et mettre le cap sur la Normandie, le sud de la France, voire l'Italie de ses origines.



Son parfum

Chrome, d'Azzaro qui donne la pêche !



Son coup de cœur

L'Abbaye de Neimënster, son cadre extraordinaire, son histoire indissociable de celle du Luxembourg.



Sa cantine

Le Paname pour son cadre, son ambiance, la qualité de son service.

DÉCOUVREZ La nouvelle Ford Focus Vignale



POUR VOUS, LES PETITS DÉTAILS
ONT UN GRAND IMPACT ?
CETTE **FOCUS** EST POUR VOUS

Minutieusement conçue jusqu'aux moindres détails, la Ford Focus Vignale est une promesse de design raffiné. Vous apprécierez la calandre Vignale exclusive et, à l'arrière, l'emblème Vignale qui apporte la touche finale à son look, tel un gage de qualité. C'est précisément ce que vous recherchez ? Alors cette Focus est pour vous. Découvrez-en plus sur ford.lu



Go Further

3,5-5,9 L/100 KM. 91-134 G/KM CO₂. (CO₂MPAS)

Les chiffres de consommation et d'émission s'appliquent aux véhicules avec les pneus de série, comme décrit dans les équipements de série. Des pneus optionnels peuvent engendrer d'autres valeurs d'émission de CO₂ et de consommation. Contactez votre distributeur Ford pour plus d'informations ou rendez-vous sur www.ford.lu. Spécifications du véhicule affiché non représentatives. Les jantes 18" affichées ci-dessus sont seulement disponibles en option. DONNONS PRIORITÉ À LA SÉCURITÉ. Informations environnementales [AR 19/03/2004]: www.ford.lu/environnement. ford.lu

Cara Anna Wagner

AU-DELÀ DES APPARENCES

LA JEUNE LUXEMBOURGEOISE DE 19 ANS REPRÉSENTERA LE PAYS FIN NOVEMBRE À NAPLES AU CONOURS MISS EUROPE CONTINENTALE. RENCONTRE AVEC UNE JEUNE FEMME QUE L'ON AURAIT TORT DE RÉDUIRE À UN SIMPLE « JEUNE ET JOLIE ».

ALIX BELLAC

« L'ARCHITECTURE, LE DESSIN, LA MUSIQUE M'INSPIRENT DANS MA VIE DE TOUS LES JOURS »



Son Parfum

Bloom de Gucci.

Je n'aime que les parfums floraux et frais.

À l'heure précise, Cara se présente à notre rendez-vous. À l'aise et courtoise, elle s'exprime dans un français parfait, mais, étonnamment, son élocution est bien moins rapide que celle de la majorité des jeunes de sa génération. Grâce aux cours de diction que ses parents lui ont fortement conseillé de prendre, plus jeune, au Conservatoire d'Esch? Sans aucun doute. Cours de diction en français et en allemand, solfège, violoncelle et piano, la jeune femme par ailleurs polyglotte n'a manifestement pas passé le temps libre de ses jeunes années à rêver de concours de beauté. Cara Anna, bientôt 20 printemps, en paraît un peu moins. En plus de tous ses atouts, la jeune femme avoue avoir changé d'alimentation il y a quatre ans, dans un désir de bien-être général en accord avec ses valeurs. Et pourtant: « Je suis la seule végétarienne de ma famille », précise-t-elle devant son eau plate avec glaçons. Cara Anna m'entretient de son soupçon de sang italien, de ses parents dont elle est proche, de son petit frère, « tous très fiers » d'elle. Au-delà de son joli physique, il y a de quoi. La jeune Luxembourgeoise semble être une belle personne. En année de bac, elle parle avec enthousiasme et élégance des petites jalousies auxquelles il ne faut pas prêter attention, de sa fibre artistique, de son idée de s'arrêter une

année pour faire du mannequinat, mais aussi de son projet professionnel de devenir psychologue ou graphiste, deux secteurs très différents, mais qui ont tous deux ses faveurs. La vie se chargera peut-être de lui tracer un autre chemin, 20 ans c'est bien jeune... En attendant, grâce à l'appui de l'agence *Gia in style* qui l'a dûment formée et préparée, Cara Anna va représenter le Luxembourg à Naples le 24 novembre prochain pour le concours Miss Europe continentale. Et si, et si... Et bien si cela s'enchaîne bien de ce côté-là, pourquoi pas des études par correspondance et surtout la possibilité, en gagnant en notoriété, d'avoir une voix qui compte. J'aimerais soutenir la recherche sur la maladie d'Alzheimer qui a touchée ma grand-mère et m'a profondément marquée. Mais je me sens tout aussi concernée par la condition des enfants orphelins ou abandonnés par leurs parents et si je peux plus tard me rendre utile, ce sera formidable ». Alors que je lui demande si elle souhaite rajouter quelque chose, l'aspirante Miss Europe continentale finit de marquer des points avec moi qui ne suis malheureusement pas dans le jury du prochain concours: « Malheureusement, non, je n'ai pas encore sauvé de vie! » Quand on vous dit qu'il faut arrêter d'enfermer les gens dans des cases. Bonne chance pour le concours, jeune, jolie et spirituelle, Cara Anna!



Son restaurant

Mesa verde.

Je suis végétarienne depuis mes 15 ans et ce restaurant propose des plats délicieux.



Son coup de cœur

Le Mudam.

Je m'intéresse beaucoup à l'art, au graphisme, au dessin et suis en section artistique.



Sa musique

Carmen de Lana del Rey.

Cela me rappelle une période particulière de mon passé et tout le chemin parcouru.

PARIS 8
HAUTE PARFUMERIE



LUXE LIP

Teintes Emblématiques, Pigments Intenses



L'introduction de la collection Luxe Lip Color - quatre formules ultra luxueuses qui combinent l'impact de la couleur avec des textures somptueuses.

BOBBI BROWN

À DÉCOUVRIR EXCLUSIVEMENT DANS LES BOUTIQUES PARIS 8 GRAND RUE, BELLE ÉTOILE ET CITY CONCORDE
56 Grand Rue, Luxembourg | C.C. La Belle Étoile, Route d'Arion, Bertrange | C.C. City Concorde, Route de Longwy, Bertrange



Dr. Thuc Uyen Nguyen-Thi
Chercheuse,
département Marché du Travail

La diversité inciterait-elle les salariés à quitter leur entreprise ?

IL S'AGIT D'UNE DES QUESTIONS QU'ABORDE LE PROJET DE RECHERCHE « WORKAGEING⁽¹⁾ » MENÉ AU SEIN DU LUXEMBOURG INSTITUTE OF SOCIO-ECONOMIC RESEARCH (LISER) SOUS LA RESPONSABILITÉ DU DR. THUC UYEN NGUYEN-THI.

LA DIVERSITÉ DOIT ÊTRE COMPRISE COMME ÉTANT UN ENSEMBLE DE SALARIÉS QUI DIFFÈRENT LES UNS DES AUTRES SELON L'ÂGE, LE GENRE ET LA NATIONALITÉ ET QUI CONSTITUENT DES SOUS-GROUPES HOMOGÈNES FORMANT UN COLLECTIF AU SEIN DE L'ENTREPRISE.

Le marché du travail luxembourgeois se caractérise par un environnement de travail hautement international, multiculturel et multilingue. Près de 70% de la main-d'œuvre luxembourgeoise est composée d'immigrés et de travailleurs frontaliers. La main-d'œuvre du pays est de plus en plus diversifiée en termes d'éducation, de nationalité, de sexe, d'âge et de langue. L'adoption récente de la Charte de la Diversité par le Luxembourg démontre l'importance accordée à la gestion de la diversité, en particulier au sein des entreprises. L'enjeu de la gestion de la diversité est surtout de lutter contre les discriminations, mais porte également sur la façon dont les entreprises recrutent et gèrent leurs ressources humaines afin de valoriser les différences entre les employés.

Si la gestion de la diversité répond clairement à des préoccupations sociales (règlements ou contraintes légales, lutte contre la discrimination et pour l'égalité), ses effets économiques sur les entreprises restent encore ambigus. En effet, la diversité est certes une source d'opportunités, mais elle peut également générer des obstacles pour les entreprises. D'un côté, elle favorise les complémentarités entre salariés, participe à créer une bonne ambiance de travail et une meilleure performance. De l'autre, elle peut également engendrer des conflits interpersonnels et des problèmes de communication qui peuvent entraîner l'insatisfaction au travail, de mauvaises performances, être une source de stress et même être un motif de démission volontaire.

L'une des recherches du projet WorkAgeing porte sur le lien entre la diversité et l'intention de démissionner des salariés, et s'interroge sur les bonnes pratiques managériales à développer pour prévenir ce risque de démission. Pour mieux cerner l'effet de la composition démographique de l'entreprise sur le comportement des salariés, nous ne nous intéressons pas seulement à la diversité, mais aussi au concept de minorité définie comme l'appartenance à un sous-groupe ayant peu de collègues de même nationalité, de même âge ou de genre. Ce concept reflète l'isolement du salarié au sein de l'entreprise.

L'analyse met en évidence que la diversité de nationalités n'a pas de lien avec la volonté de quitter l'entreprise. Par contre, les employés (quel que soit leur sexe) appartenant à une minorité de nationalités sont les plus susceptibles de vouloir quitter leur entreprise. L'étude de la diversité de genre montre un résultat intéressant : les hommes travaillant dans un environnement où la parité hommes-femmes est respectée sont plus susceptibles de chercher à quitter leur entreprise. De leur côté, les femmes lorsqu'elles sont isolées, sont plus susceptibles que les hommes de chercher un nouvel emploi. Par ailleurs, les employés travaillant dans des environnements divers en termes d'âge ont moins tendance à démissionner volontairement.

Dans l'ensemble, on retient que ce n'est pas tant la diversité de la main-d'œuvre qui nuit à la rétention, mais le fait que les employés soient isolés au sein de leur entreprise qui les pousserait à chercher ailleurs. De fait, l'effet de la diversité peut varier selon le sous-groupe démographique dans lequel l'employé travaille par rapport aux autres sous-groupes. L'analyse met également en évidence l'importance des pratiques managériales qui peuvent exercer une influence significative sur la relation entre la diversité/minorité et le départ volontaire, en particulier celles consistant à impliquer plus les salariés dans les décisions majeures de l'entreprise et le partage de l'information.

L'implication managériale à retenir de cette recherche est liée à la stratégie de recrutement qui devrait favoriser la diversité et éviter la formation de sous-groupes minoritaires au sein des salariés. Toutefois, si l'isolement démographique des employés ne peut être évité, des pratiques de ressources humaines appropriées devraient être mises en place pour éviter des départs volontaires de l'entreprise.

(1) Le projet de recherche WorkAgeing « Older workers' employment participation: new evidence from Luxembourg » est financé par le Fond National de la Recherche (FNR/C16/SC/11344520) et soutenu par le Ministère du Travail, de l'Emploi et de l'Économie sociale et solidaire du Luxembourg.

Les droits des passagers aériens en cas de retard ou d'annulation de vol



Me. Frédéric Trabetti
& Me. Carmen Rimondini

Les périodes d'été et l'été 2018 n'a pas fait exception à la règle, sont marquées par des retards et annulations en chaîne dans le trafic aérien en raison de grève ou d'encombrement des aéroports. L'Union européenne prévoit heureusement des règles permettant aux passagers de se faire indemniser.

Avant toute chose, il convient de préciser que ces règles sont en vigueur au sein des 28 pays de l'UE et uniquement dans les cas suivants:

- si le vol s'effectue à l'intérieur de l'UE et est assuré par une compagnie aérienne établie dans l'UE ou en dehors de l'UE,
- si le vol arrive dans l'UE en provenance d'un pays hors UE et est assuré par une compagnie aérienne de l'UE,
- si le vol part d'un aéroport situé dans l'UE à destination d'un pays hors UE et est assuré par une compagnie aérienne établie dans l'UE ou en dehors de l'UE,
- s'il n'y a pas déjà eu versement de prestations (indemnisation, réacheminement ou assistance de la compagnie aérienne), conformément à la législation applicable d'un pays non membre de l'UE, pour des problèmes liés à un vol lors du voyage concerné.

Si l'on se trouve dans l'un de ces cas de figure, la situation tombe dans le champ d'application du règlement (CE) n° 261/2004 du parlement européen et du conseil du 11 février 2004 établissant des règles communes en matière d'indemnisation et d'assistance des passagers en cas de refus d'embarquement et d'annulation ou de retard important d'un vol, et abrogeant le règlement CEE) n° 295/91.

Le prédit règlement prévoit ainsi qu'en cas d'annulation, le passager a droit à un remboursement, un réacheminement ou un vol retour, ainsi qu'à une assistance et une indemnisation. L'indemnisation est due si le passager a été informé moins de 14 jours avant la date de départ prévue. La compagnie aérienne doit prouver qu'elle a personnellement informé le passager de l'annulation du vol, date à l'appui. Elle ne peut se dégager de sa responsabilité que si elle prouve que ce sont des circonstances extraordinaires qui ont mené à l'annulation du vol.

En cas de retard, le passager a droit à une assistance, à un remboursement et à un vol retour en fonction de la durée du retard et de la distance du vol. Si le passager arrive à destination finale avec un retard de plus de trois heures, il peut prétendre à une indemnisation, sauf si le retard est dû à des circonstances extraordinaires.

Dans tous les cas, il ne faut pas avoir accepté d'autres destinations ou bien renoncer volontairement à son siège pour pouvoir prétendre à l'indemnisation.

Enfin, concernant les bagages enregistrés perdus, endommagés ou retardés, la compagnie aérienne est responsable et doit verser au passager une indemnisation d'environ 1 300 euros. Toutefois, si le dégât est dû à un défaut du bagage lui-même, aucune indemnisation n'est due.

Pour introduire une réclamation en cas de bagages perdus ou endommagés, il convient de le faire par écrit, de préférence par lettre recommandée AR, auprès de la compagnie aérienne dans un délai de sept jours, ou endéans un délai de 21 jours après avoir récupéré vos bagages s'ils ont été retardés.

Quoi qu'il en soit, le droit du transport aérien est éminemment complexe, alors que les notions juridiques d'annulation et de retard doivent s'apprécier en fonctions des critères précis prévus par la législation applicable. Il faut néanmoins préciser que le transporteur aérien doit normalement informer le passager de ses droits et notamment, le cas échéant, remettre une notice reprenant, notamment, les règles d'indemnisation et d'assistance doit être présentée au passager.

Lorsque l'enjeu est important, il peut être opportun de recourir à la consultation d'un professionnel du droit alors qu'il faut noter que la société à laquelle vous avez acheté le billet peut être différente du transporteur.



Un peu de soleil en plein hiver

Installé rue de Beggen, Aleó entend bien apporter un peu du soleil et de l'art de vivre méditerranéen au Luxembourg. Aleó est un établissement hybride, mêlant bar et restaurant, dans une belle décoration urbaine et contemporaine, pour booster sa convivialité et offrir à ses clients une atmosphère singulière et chaleureuse, unique. En cuisine, le chef mitonne une cuisine savoureuse et généreuse, largement mâtinée d'influences grecques. Les lieux se prêteront également à divers événements, grâce à une belle salle privative, tandis que dès le retour des beaux jours, les deux terrasses permettront d'apprécier cette cuisine du soleil. À souligner également la présence d'un voiturier et un service continu, tous deux destinés à faciliter la vie de sa clientèle !

→ **Aleó Filosofia Mediterranea, 37 rue de Beggen, Luxembourg, Tél. : 28 77 88 69, www.aleo-restaurant.lu**

La passion de la transmission

Née à l'initiative du groupe Ferber, cette Académie, ambitionne de faire monter d'un cran le niveau d'excellence de la profession.

Si l'ambiance familiale est une des marques de fabrique du groupe, la qualité et l'excellence font aussi partie intégrante de leur ADN. Depuis toujours, le groupe accorde une grande priorité à la formation, afin de toujours rester à l'avant-garde.

C'est ainsi qu'il a inauguré en 2017 sa Hair'Cademy.

En un an, 90 formations y ont déjà été données : coupe, coloration, barbe, chignons, manucure, make-up, etc., toutes assurées par l'Artistic Team du groupe mais aussi par des marques et des stars de la coupe ou de la coloration. Installé dans un bâtiment contemporain, tous les espaces sont polyvalents.

Ils se présentent sous la forme de deux salles, que l'on peut jumeler afin de bénéficier d'un bel espace avec une capacité de 100 personnes.

→ **Hair'cademy, 105 boulevard J.-F. Kennedy, Bascharage, Tél. : 50 34 32**



The Green Place to be !

C'est au centre-ville de la capitale, au cœur de la galerie Beaumont, mais également à Differdange et Esch s/Alzette que l'enseigne Green Place vient de s'installer au Grand-Duché.

Derrière ce projet, deux entrepreneurs convaincus des bienfaits des cannabinoïdes – ou CBD – qui ont fondé ces trois boutiques d'un nouveau genre, qui proposent une multitude de produits formulés à partir de cannabidiol. Dans un décor épuré et minimaliste, qui fait la part belle au bois blond, des experts conseilleront une clientèle curieuse de découvrir les bienfaits de ces produits : huiles essentielles, crème pour le corps, thé, café ou encore bonbons !

→ **Green Place, 56, Grand rue, Luxembourg (Galerie Beaumont)**

Ikos Resorts s'agrandit !

Ikos Resorts annonce l'arrivée d'une quatrième propriété avec le lancement d'Ikos Aria sur l'île de Kos en mai 2019. Ikos Aria proposera 373 chambres élégantes, ainsi que des suites une ou deux chambres pour les couples et les familles. Les invités se régaleront avec des menus signature à la carte concoctés par des chefs Michelin étoilés dans les quelque huit restaurants du complexe, des piscines chauffées, des piscines privées impressionnantes mesurant jusqu'à 40 mètres carrés, un service sur la plage, des clubs pour enfants et une offre 'Dine Out' novatrice, qui leur permettra de se rendre gratuitement dans des restaurants locaux soigneusement sélectionnés de l'île de Kos, les frais étant inclus dans leur séjour all-inclusive. Ajoutez à cela un sublime SPA, une plage privée de 850 mètres de long et une multitude d'activités proposées et vous aurez un petit aperçu de ce petit coin de paradis !

→ www.ikosresorts.com



Gault & Millau 2019 : innovations et excellence !

Cette année, le parti pris a été de valoriser la gastronomie sous toutes les coutures, même les plus simples. Une catégorie « pop » a ainsi vu le jour et les inspecteurs ont largi le champ des possibles en étoffant l'édition 2019 de 14 adresses « pop », décernant dans la foulée le tout premier « pop of the year » à Morris Clip (TEMPO), dont ils ont apprécié l'exigence et la créativité, tout autant que l'ambiance élégamment décontractée du restaurant. Après Roberto Fani, chef de l'année, Jennifer Murgia-Radelet (Restaurant Yves Radelet) s'est vue remettre le titre d'Hôtesse de l'année. Puis Lionel Marchand (La Pomme Cannelle) a été décoré du titre de Pâtissier de l'année ; Anthony Masson (Ma Langue Sourit) a lui raflé celui de Sommelier de l'année, tandis que Hannes Graurock (Le Luxembourg) a été salué comme Découverte de l'année. Enfin, Claude Mangin (Postkusch) a décroché le Clin d'œil de l'année pour son sublime plateau de fromages. Dans la foulée, Jean Kircher, fondateur de Pains & Traditions devient la Personnalité de l'année. René Mathieu, enfin, a été couronné du titre de Culinary Innovators Restaurant Philosophy Award 2018.

s.Oliver et comma au centre-ville !

C'est en lieu et place de l'ancienne boutique Desigual que Feel good Group Capital a ouvert, jeudi 18 octobre, une nouvelle franchise, élargissant l'offre du centre-ville de Luxembourg, avec deux nouvelles marques destinées aux femmes : comma et s.Oliver. Située au 13 Grand Rue, l'immense boutique de quelque 400m² offre ainsi aux deux marques deux beaux espaces très lumineux, qui subliment les collections. Au rez-de-chaussée, les femmes pourront assouvir régulièrement leurs envies irrésistibles de shopping avec les gammes comma et comma casual identity. À l'étage, ce sont les lignes s.Oliver, s.Oliver Black Label qui sont présentées. Chic !

→ **s.Oliver et comma, 13 grand Rue, Luxembourg (centre-ville)**



EUGÉNIE ANSELIN, *Meilleur espoir féminin*

NOMBREUSES SONT LES COMÉDIENNES LUXEMBOURGEOISES
DONT ON AIMERAIT DRESSER LE PORTRAIT, TANT LE SPECTACLE ET LE CINÉMA
REGORGENT AUJOURD'HUI DE PROFILS D'ACTRICES AUSSI TALENTUEUX QU'INTÉRESSANTS.
IL FAUDRAIT CARRÉMENT Y CONSACRER UN NUMÉRO SPÉCIAL - PETIT CLIN D'ŒIL
À MA DIRECTION, NDLR -... EUGÉNIE ANSELIN NOUS A TAPÉ DANS L'ŒIL, NON SEULEMENT
PARCE QU'ELLE A FAIT SALLE COMBLE SUCCESSIVEMENT AU THÉÂTRE DES CASEMATES
ET AU TOL AVEC SON ONE-WOMAN-SHOW *WOW*, MAIS AUSSI ET SURTOUT PARCE QUE LA JEUNE FEMME
CONNAÎT UN PARCOURS AU SUCCÈS ÉCLAIR DEPUIS SES PREMIERS PAS SUR SCÈNE;
À 16 ANS, DANS SON PREMIER ONE-WOMAN-SHOW *ATTENTION CHANTIER EN COURS*.
LA BOUCLE EST BOUCLÉE DONC ET POURTANT EUGÉNIE NE COMPTE PAS S'ARRÊTER EN SI BON CHEMIN...

GODEFROY GORDET



© Antoine de Saint Hippolyte

Eugénie Anselin est née à Paris. Après quelques années à Francfort, elle débarque âgée de quatre ans au Luxembourg. Elle y grandit et y vit jusqu'à ses 19 ans, l'année de son bac, puis part étudier au Conservatoire d'Art Dramatique de Zurich - le «Zürcher Hochschule der Künste» (ZHdK). La scène, elle la découvre très jeune, alors qu'elle participe à des stages de clown et d'improvisation en Belgique pendant l'été,

et les pièces qu'elle va voir avec ses parents, «j'étais passionnée par les comédiens et la magie qui s'opérait sous mes yeux...» Dès qu'elle le peut, elle s'inscrit au Conservatoire à Luxembourg Ville pour y suivre des cours d'art dramatique et de diction en allemand et français pendant quatre ans. Elle y rencontre les professeurs Marja-Leena Juncker, Myriam Muller et Michèle Clees, qui, tous, lui transmettent leur passion pour

le théâtre. C'est un véritable coup de foudre et consacrer sa vie à la scène devient une évidence pour la jeune femme, «j'ai su très vite que ça allait être dur de m'en passer.»

En 2010, à tout juste 16 ans, elle écrit son premier one-woman-show *Attention Chantier en cours*, époque où elle entame en parallèle sa formation au Conservatoire de Luxembourg. C'est guidée par la metteuse en scène Fabienne Zimmer qu'elle développe ce spectacle. Un premier pas sur les planches, seule en scène, qui la pousse à trouver une maturité que beaucoup de jeunes comédiens ont du mal à trouver. «L'avantage de commencer si jeune, c'est qu'on est un peu inconscient quand on a 16 ans! Je ne me suis pas posé de questions.» Sur cette première pièce, sa rencontre avec Fabienne Zimmer et Claude Frisoni est cruciale: «j'étais allée voir une pièce que Fabienne avait montée au Théâtre Ouvert Luxembourg et lui avais transmis mon rêve de devenir comédienne. Elle cherchait justement une jeune pour interpréter un des rôles dans sa prochaine mise en scène *C'était mieux avant*. Un jour, je lui ai fait lire quelques sketches que j'avais écrits les dernières années et Fabienne m'a proposé de monter mon premier one-woman-show. J'ai été très chanceuse!» Ce premier spectacle est encensé par la critique et récompensé par le Prix Jeune Talent - SACD. Un énorme coup de booste qui galvanise la jeune comédienne, «ça m'a encouragée à poursuivre dans cette voie et à me former pour progresser».

Logiquement, les années s'enchaînent et au théâtre elle s'installe très vite dans les productions locales. On la retrouve en 2010 dans *Die Kasette* mis en scène par Marion Poppenborg au Théâtre des Capucins, ou *Pink Slip Party* en 2011, mis en scène par Claude Mangel l'année d'après au même endroit, pour s'envoler juste ensuite au Kasematten Theater sur le King Lear de Germain Wagner. Insatiable, Eugénie Anselin ne manque pas d'entrain et veut jouer absolument. «Ma mère m'a dit un jour qu'elle ne se rappelait pas vraiment de ma crise d'adolescence et bien je pense que je l'ai faite sur scène ! C'était un lieu qui me permettait de m'exprimer, me défouler, de grandir et de rencontrer des personnes qui partageaient la même passion. Je côtoyais des adultes qui m'écoutaient, me prenaient au sérieux et m'inspiraient profondément, c'est la meilleure chose qui pouvait m'arriver à cet âge.»

Elle voyage ensuite à Zurich pour y étudier à l'Université des Arts (ZHdK) : «c'est une chance inouïe de pouvoir étudier le métier qui te passionne, entourée de personnes tout aussi passionnantes!» et cumule en parallèle des rôles dans de nombreux spectacles et films. Elle tient près d'une vingtaine de rôles qui la feront évoluer entre 2010 et 2016. De fait, elle développe un cheminement de carrière précis, proche de ses ambitions artistiques, de ses rêves de jeune comédienne, et aujourd'hui plus que jamais, elle veut «continuer à me développer artistiquement, interpréter des rôles qui me permettent de me réinventer à chaque fois, rencontrer des personnes inspirantes, rester curieuse et ne pas perdre confiance, même si ce n'est pas toujours simple.»

Grâce à l'éducation dont elle a pu bénéficier au Luxembourg, la comédienne maîtrise quatre langues, un atout majeur dans son travail de comédienne. Eugénie Anselin passe avec aisance du français à l'anglais, l'allemand ou le luxembourgeois; un plurilinguisme qui lui permet de se présenter sur différents marchés et scènes artistiques - en Allemagne, France, Belgique, Suisse, Luxembourg, Autriche -, mais également d'élargir sa palette de jeu, «chaque langue m'apporte



une approche différente dans mon travail et influe sur mon jeu d'acteur, étant donné que l'imagination et les émotions y sont directement liées.» C'est dans ce sens qu'entre 2014 et 2016, elle enchaîne quelques grosses productions cinématographiques entre le Luxembourg et l'Allemagne, l'historique *Eng nei Zait* de Christophe Wagner, l'énigmatique *Die dunkle Seite des Mondes* de Stephan Rick et le documentaire *Streik!* de Andy Bausch. Trois films qui nagent dans des eaux bien différentes.

Récemment, en 2017, au théâtre, elle retrouve Marion Poppenborg dans *L'Ouest Solitaire* au Théâtre Ouvert de Luxembourg, connu Myriam Muller sur *Cassé* au Théâtre du Centaure, bossé avec Laurent Delvert sur *Le Jeu de l'amour et du hasard*, et tenu le rôle-titre dans *Nina, c'est autre chose* mis en scène par Florent Siaud. Quatre projets aux antipodes esthétiques, dramatiques et financiers. Des expériences qui donnent à la comédienne plusieurs approches en termes de méthodes de travail et d'interprétation, «c'est fabuleux de pouvoir se glisser dans la peau de personnages qui se distinguent plus ou moins de ta propre personnalité, mais te permettent tous au final de te rapprocher de toi-même. Chaque metteur en scène a sa propre méthode de travail et des visions bien précises quant au résultat vers lequel il tend.»

Dernièrement, dans les grandes préoccupations de cette rentrée, on note son second one-woman-show *WOW* qui a déjà connu un joli destin en 2018 et qui a été repris au TOL en septembre dernier. Après Victor Hugo, Michel Vinaver, Rémi de Vos ou Marivaux, Eugénie Anselin avait envie de revenir aux «basiques», et au-delà de ce retour aux sources, «j'avais envie de retrouver

ce rapport direct avec les spectateurs. Le one-man-show est un exercice à part. Étant donné que tu es seul en scène, ton unique partenaire de jeu est le public avec lequel s'opère un échange d'énergie.» En sus, à la télévision et au cinéma il y a peu, on l'a vu tenir plusieurs rôles dans notamment, *Bad Banks* de Christian Schwochow, *The Captain* de Robert Schwenke, *Die Unsichtbaren* de Markus Dietrich ou encore *Dreamland* du monstre sacré Bruce McDonald. À tout juste 25 ans, Eugénie Anselin est bien lancée et profite de son succès pour filer s'installer à Berlin où elle a récemment intégré une agence artistique. Ainsi, cumulant les rôles devant la caméra, tout en continuant à fouler les planches des théâtres luxembourgeois comme pour *Sales Gosses* au Centaure ou *Vêtir ceux qui sont nus* mis en scène par Charles Tordjman aux Capucins en mai prochain, la comédienne se laisse allègrement porter, «je vais voir ce que l'avenir me réserve! J'aime me laisser surprendre.»

En bref

- 2009: Création de mon 1^{er} one-woman-show *Attention chantier en cours*
- 2011: Entrée à la Haute École d'Art de Zurich (ZHdK) en section Art dramatique
- 2017: Création de *Nina c'est autre chose* au Théâtre de la Chapelle à Montréal
- 2018: Déménagement à Berlin
- Du 9.05-16.05.2019: *Vêtir ceux qui sont nus* au Théâtre des Capucins

Save
the date

Concert



KYLIE MINOGUE

Kylie Minogue, princesse de la variété internationale puis artiste à part entière, a parfaitement réussi à assumer la transition au milieu des années 90. Dès ses débuts, l'Australienne vit comme une seconde peau nationale son rôle dans le soap opera *Neighbours*, véritable tremplin de sa carrière musicale débutée en 1987.

Le succès est phénoménal en Australie, tout comme ses quatre premiers albums, produits avec les faiseurs de tubes Stock Aitken & Waterman.

Son duo avec Nick Cave en 1994, ainsi que la sortie d'*Impossible Princess* en 1998, dont elle a composé tous les titres, marquent l'avènement de la nouvelle Kylie, débarrassée d'un formatage pop trop mièvre et la transforme en une véritable star planétaire. Kylie a du punch, de l'esprit... et un sens du glamour qui en ont fait une des artistes les plus influentes au monde.

Le 6 novembre à la Rockhal

→ www.rockhal.lu

Concert



YUJA WANG / MARTIN GRUBINGER

Une pianiste et quatre percussionnistes : c'est dans une configuration pour le moins originale que Yuja Wang inaugurera sa saison en tant qu'Artiste en résidence à la Philharmonie Luxembourg.

Aux côtés notamment de Martin Grubinger, multi-instrumentiste dont les baguettes virevoltent dans un impressionnant ballet, elle interprètera de vibrantes transcriptions pour piano et percussions.

Un rendez-vous percutant et haut en couleurs qui permettra aux interprètes de ce quintette de haut vol de faire montre de leur curiosité artistique et de leur virtuosité.

Le 6 novembre à la Philharmonie

→ www.philharmonie.lu

Spectacle



ISSA DOUMBIA

On est toujours dans la retenue lors de sa première consultation chez le psy. Issa, lui, se laisse aller à l'exubérance et se déchaîne au travers de personnages plus délirants les uns que les autres pour nous livrer une partie de lui-même... Venez découvrir la schizophrénie d'Issa le temps d'une consultation épique remboursée (ou non) par la Sécurité Sociale. Formé à l'improvisation théâtrale, Issa Doumbia s'est fait connaître pour ses rôles dans *Beur sur la ville*, *Les Lascars* ou plus récemment dans la série de TF1 *Nos chers voisins*. Dès 2014, il participe de façon régulière à l'émission *Vendredi tout est permis* présentée par Arthur sur TF1. Cette même année, Issa Doumbia présente son spectacle *Première Consultation* au grand public.

Le 9 novembre à l'Arsenal (Metz)

→ www.citemusicale-metz.fr

Concert



CHRISTOPHE WILLEM

Il est pop, fun, soul avec une pointe de talent, de plaisir et de bonne humeur : Christophe Willem est de retour avec un nouvel album *Rio* ! Onze ans après sa victoire à « La Nouvelle Star », Christophe Willem signe un album en adéquation totale avec ce qu'il est, ce qui lui tient à cœur et surtout ce qu'il pense. Dès l'écoute de son premier single *Marlon Brando*, Christophe sait donner le ton avec un titre fédérateur, solaire, dansant et foncièrement humain. Il a décidé de mettre en avant avec cette humilité qui lui est propre, l'importance de se faire confiance et d'avancer ensemble, en mettant de côté certains préjugés voire en révisant quelques-unes de nos certitudes. Son but, c'est avant tout de proposer, de partager et de nous offrir la possibilité de nous approprier certains regards, de nous pousser à réfléchir aussi. Pas de leçon de morale, bien au contraire. Christophe livre simplement des sujets et des thèmes qui le touchent.

Le 24 novembre au Théâtre de Thionville

→ www.theatre.thionville.fr

Concert



KATIE MELUA

Sa voix à la fois tendre et puissante n'a d'égal que sa beauté... Dans la lignée de chanteuses comme Joss Stone ou Norah Jones, Katie Melua encense son auditeur grâce à un mélange subtilement dosé de pop-rock, de jazz et de blues. Révélée à 15 ans grâce à une interprétation remarquée d'un tube de Mariah Carey lors d'une émission télévisée, Katie Melua intègre très tôt le label Dramatico – à l'instar de Carla Bruni – sur lequel sort en 2003 l'album *Call Off The Search*, en tête des charts anglais plusieurs semaines consécutives. À 23 ans, avec trois albums sous le chapeau, Katie Melua affiche déjà deux millions d'albums vendus à travers le monde. Influencée par Queen, Bob Dylan et Eva Cassidy, la jeune chanteuse originaire de Géorgie, Irlandaise d'adoption offre une voix unique, portée sur scène par des musiciens de qualité.

Le 23 novembre à la Rockhal

→ www.rockhal.lu

#HAVE FUN / 71



Noël chez Ladurée



Venez découvrir le 1^{er} Noël Scandinave chez Ladurée à partir du 15 Novembre

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

Concert



STEPHAN EICHER

En septembre 1978, Stephan monte dans le train de nuit Berne-Paris... 40 ans plus tard, il est finalement rattrapé par un secret du passé... Un conte de fées où il est question de séparations et de retrouvailles... Une histoire de famille nombreuse, dans laquelle onze frères et leur unique sœur se demandent bien qui est ce monsieur qui les supplie de jouer encore plus vite et encore plus fort. Après avoir partagé la scène avec une collection d'automates, Stephan Eicher reprend la route en compagnie d'une fanfare explosive et d'une virtuose du beat-boxing.

Le 27 novembre à Den Atelier

→ www.atelier.lu

Concert



LAURA LAUNE

Laura Laune pratique le théâtre, le piano, et la danse dès son plus jeune âge. C'est sur les scènes ouvertes de France et de Belgique qu'elle démarre sa carrière artistique (Feux de la rampe, Trevis, Bobino, Made in Brussel Show, Fieald, Open du Rire, BX Stand Up Comedy Club...) avant de passer au théâtre (Feydeau, Guy Foissy, Dario Fo, Maeterlinck, Philippe Blasband...), pour se consacrer ensuite pleinement au One Woman Show. Son premier spectacle *Le diable est une gentille petite fille* rencontre immédiatement un grand succès : Laura est primée 17 fois en Festival d'humour, gagnant notamment le Montreux Comedy Contest. Son style d'humour noir doublé d'une certaine innocence est très remarqué et fait rapidement parler d'elle : elle enchaînera les complets au Palace, lors du Festival Off d'Avignon 2015, et assurera la première partie de différents artistes tels que Jeff Panacloc.

Le 29 novembre au Casino 2000

→ www.casino2000.lu

Opéra



FIDELIO

Ludwig van Beethoven, si prolifique pourtant, n'a composé qu'un seul opéra : *Fidelio*, et pas sans mal, de 1805, sa création-échec, à 1814. Il a d'ailleurs écrit quatre ouvertures pour cette œuvre. Musicalement, cette œuvre rare est absolument remarquable dans la mesure où ses moyens musicaux – orchestre et voix – se caractérisent par leur nécessité pertinente. Rien de gratuit dans cette partition-là. Son finale, exalté, n'est pas sans rappeler celui de la Neuvième Symphonie. Achim Freyer, le très renommé et parfois controversé metteur en scène allemand, a imaginé pour cet opéra une mise en scène typique de sa manière de faire, avec notamment des masques. Pour lui, Léonore est « une figure blanche dans l'obscurité de l'existence ». L'Orchestre Philharmonique du Luxembourg et le Arnold Schoenberg Chor seront dirigés par Mark Minkowski : on sait la prédilection qu'il éprouve pour cette œuvre, dont il privilégie la force et la puissance rugueuse sans aucune mièvrerie réductrice.

Les 5 et 7 décembre au Grand Théâtre

→ www.theatres.lu



Les sens du vin, Barrels.

Dans un cadre moderne et chaleureux, Barrels offre une carte internationale de qualité. Laissez-vous guider dans un voyage culinaire gourmand et goûtu par une équipe de connaisseurs.



Vin



Tapas



Restaurant

Barrels.

RESTAURANT & BAR À VIN

21, Allée Scheffer
L-2520 Luxembourg
www.barrels.lu
@barrelslxb

Noël approche,
venez découvrir
nos coffrets
cadeaux !




MUJOLAN

PRODUCTEUR DE VIN

Le sud de la France
s'invite au Luxembourg

Venez découvrir toutes nos gammes de vins
rouge, rosé, blanc, moelleux et pétillant
issues de notre domaine dans l'Hérault !

11 Um Lenster Bierg, 6125 Junglinster
Tél.: 26 78 05 23 - Tél.: 661 626 366
mujolanluxembourg@gmail.com
www.domaine-mujolan.com
f Domaine de Mujolan Luxembourg

Happy birthday Angels!

POUR FÊTER LES 10 ANS D'ANGELS, VIRGINIE HUVELLE, CEO ET FONDATRICE, AVAIT RÉUNI SES CLIENTS, PARTENAIRES ET AMIS AU CŒUR DU SOMPTUEUX CHÂTEAU DE SEPTFONTAINES, DONT ELLE A LA GÉRANCE, POUR UNE SOIRÉE INOUBLIABLE. UN VÉRITABLE SHOW COMME L'AGENCE ANGELS, SEULE, SAIT LE FAIRE!



SOFITEL

HOTELS & RESORTS



*Savourez le nouveau design des chambres du
Sofitel Luxembourg Europe
Life is Magnifique in Luxembourg!*

6 rue Fort Niedergrunewald
L-2226 Luxembourg
(+352) 43 77 61



PÉITRY

RESTAUBERGE

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



Soirée St Sylvestre

Notre menu
est bientôt prêt,
pensez
à réserver!



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

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

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

www.peitry.lu

ONLINE

SARAH BRAUN

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



LES 10 SNEAKERS QUI VONT VOUS FAIRE ENVIE CETTE SAISON

On ne vous apprend rien, les dad shoes se sont érigées en statement fashion depuis que Louis Vuitton a donné le LA avec les LV Archlight. Depuis ces baskets vouées à devenir iconiques ont fait des émules. Petit guide shopping des plus jolis modèles de la saison.

→ Mode / Tendances

COMMENT PORTER LE BLANC D'HIVER ?

Le blanc, c'est le nouveau noir. Couleur d'ordinaire réservée à la belle saison, le blanc s'imisce dans nos envies hivernales et nous réserve de belles surprises immaculées. Comment le porter ? Mode d'emploi.

→ Mode / Conseils mode

CINQ CHAMPAGNES QUI FERONT PÉTILLER VOS FÊTES

Noël et Nouvel an approchent à grands pas. Sélection de cinq champagnes à tester pour upgrader tous vos dîners de gala !

→ Food / Wine



LE BODY: VOTRE ATOUT SEXY DE L'HIVER

Il faut être une femme pour connaître le plaisir de savoir que l'on porte de la jolie lingerie sous nos grosses mailles et nos manteaux oversized ! Parmi nos pièces préférées, le body règne en maître. Nous avons sélectionné pour vous les plus jolis modèles de la saison !

→ Mode / Tendances



CES AGRUMES, J'EN FAIS QUOI ?

Petit soleil au cœur de l'hiver, les oranges, clémentines, citrons caviar, citrons verts et autres agrumes apportent un zeste de fraîcheur à vos plats sucrés et salés.

Comment les déguster ? Suivez-le guide !

→ Food / Astuces

BOOSTER SES CHEVEUX DE L'INTÉRIEUR

Parce qu'une belle crinière dépend également d'une bonne alimentation, nous sommes allés poser quelques questions à Carole Prost, naturopathe à Aix-les-Bains, afin de passer l'hiver sans s'arracher les cheveux !

→ Beauté / Cheveux

LES SOINS DOUDOUS DE LA SAISON



C'est officiel, nos émulsions fluides et autres soins light ont cédé leur place à des crèmes fouettées onctueuses, des baumes voluptueux et des laits réconfortants pour chouchouter nos épidermes agressés et sensibilisés par le froid. Notre shopping list !

→ Beauté / Soins

A woman with long brown hair, wearing a colorful striped short-sleeved shirt and bright yellow trousers, stands in a doorway. She is holding a large brown rolling suitcase with her left hand and a straw hat. Her right hand is on the door handle. A large, thick red arrow points from the top right towards the bottom left, passing behind her. The background shows a modern interior with a white cabinet, a potted plant, and a framed mirror.

**Au moment
du départ
j'étais rassurée**

**AXA, votre compagnon
de vie au Luxembourg**

**Découvrez
pourquoi
sur axa.lu**



CASSE-NOISETTE ET LES QUATRE ROYAUMES

— Film fantastique de *Lasse Hallström et Joe Johnston* avec *Mackenzie Foy, Keira Knightley, Helen Mirren...*

Tout ce que souhaite Clara, c'est une clé. Une clé unique en son genre, celle qui ouvrira la boîte contenant l'inestimable cadeau que sa mère lui a laissé avant de mourir. À la fête de fin d'année organisée par son parrain, Drosselmeyer, Clara découvre un fil d'or qui la conduit jusqu'à cette précieuse clé... mais celle-ci disparaît aussitôt dans un monde étrange et mystérieux. C'est dans ce monde parallèle que Clara va faire la connaissance d'un soldat nommé Phillip, d'une armée de souris, et des souverains de trois Royaumes : celui des Flocons de neige, celui des Fleurs et celui des Friandises. Pour retrouver cette clé et restaurer l'harmonie du monde Clara et Phillip vont devoir affronter la tyrannique Mère Ginger qui vit dans le quatrième Royaume, le plus sinistre d'entre tous...

Date de Sortie : le 31 octobre



LAZZARO FELICE

— Drame de *Alice Rohrwacher* avec *Adriano Tardiolo, Alba Rohrwacher, Nicoletta Braschi...*

Lazzaro, un jeune paysan d'une bonté exceptionnelle vit à l'Inviolata, un hameau resté à l'écart du monde sur lequel règne la marquise Alfonsina de Luna. La vie des paysans est inchangée depuis toujours, ils sont exploités, et à leur tour, ils abusent de la bonté de Lazzaro. Un été, il se lie d'amitié avec Tancredi, le fils de la marquise. Une amitié si précieuse qu'elle lui fera traverser le temps et mènera Lazzaro au monde moderne.

Date de sortie : le 7 novembre



LIFE ITSELF

— Drame de *Dan Fogelman* avec *Oscar Isaac, Olivia Wilde, Samuel L. Jackson...*

Amoureux depuis l'université, Will et Abby, deux jeunes New-yorkais, se marient. Alors qu'ils s'apprentent à devenir parents, leur trajectoire se mêle à d'autres destins. Ceux de Dylan, jeune femme perturbée qui tente d'apaiser sa souffrance, d'Irwin, qui élève sa petite-fille dans un monde dangereux, de M. Saccione, riche propriétaire terrien espagnol, et de son intendant Javier, entouré de sa femme Isabelle et de leur fils Rodrigo.

Date de sortie : le 10 octobre



LES ANIMAUX FANTASTIQUES : LES CRIMES DE GRINDELWALD

— Film fantastique de *David Yates* avec *Eddie Redmayne, Katherine Waterston, Dan Fogler...*

En 1927, quelques mois seulement après son arrestation par le Congrès magique des États-Unis, Gellert Grindelwald s'évade et souhaite rassembler des sorciers de « sang-pur » afin de régner sur l'ensemble de la population non magique. Albus Dumbledore, un professeur renommé de l'école de sorcellerie de Poudlard, au Royaume-Uni, semble le seul en mesure de l'arrêter. Les deux hommes, anciens amis d'enfance, seraient devenus ennemis depuis un accident au cours duquel la jeune sœur de Dumbledore aurait perdu la vie.

Date de sortie : le 14 novembre



Coup de cœur

— T.M. FRAZIER —

Elle vit en Floride avec son mari et sa fille.

Elle se consacre entièrement à l'écriture depuis quelques années.

Tous ses livres ont connu un grand succès lui permettant d'atteindre le haut du classement du *New York Times* ou du *USA Today*.



KING

King n'est pas vraiment le genre d'homme auprès de qui on cherche refuge : chef d'un gang qui participe à toutes sortes de trafics, il a la surprise de trouver dans sa maison, lors d'une fête pour célébrer sa énième sortie de prison, une parfaite inconnue. Elle se fait appeler Doe, un surnom, car elle est amnésique et ne connaît pas sa vraie identité. Elle vit dans la rue et risque sa vie quotidiennement. Comme ce jour où elle s'introduit chez King. À ses risques et périls. Malgré tout, elle est attirée par King comme un papillon par une flamme. Si c'est un homme brutal, violent d'habitude, il est aussi touché par Doe et son histoire. Mais qui est Doe exactement ? Son passé ne risque-t-il pas de ressurgir un jour ? King prend-il un risque s'il s'attache à elle ? Mais n'est-il pas déjà trop tard ?

— T.M. Frazier - *Hugo Roman*



LA MÉTALLO

Si Yvonnick a un prénom et des bras d'homme, c'est grâce à sa mère qui lui a appris à se défendre des coups. Et ces bras d'homme, Yvonnick en a bien besoin depuis que son mari, qui travaillait à J.J. Carnaud et forges de Basse-Indre, l'ancêtre d'Usinor puis d'Arcelor, n'est plus là. En acceptant de prendre sa relève à la forge, la jeune veuve et mère d'un enfant fragile, élevée dans le marais salant breton, devient métallo. Une vie ouvrière de lutte qui ne l'empêche pas de se faire respecter des hommes ni de gagner son indépendance, et, surtout, d'être fière de son travail à l'usine et de sa communauté solidaire. Mais cette fierté, menacée dès 1968, se rompt au fil du temps, les notions de rentabilité, de courbes et de tableaux de chiffres chassant l'idée d'un combat pour une vie meilleure. Inspiré d'un authentique témoignage, le destin d'Yvonnick fait revivre un monde aujourd'hui disparu. De l'apogée de l'industrie française dans les années 50 à son déclin en 1980, Catherine Ecole-Boivin trace, dans ce roman d'une vie peuplée d'étincelles, le portrait empreint d'humanité du monde ouvrier.

— Catherine Ecole-Boivin - *Albin Michel*



UNE PRÉSENCE DANS LA NUIT

Cassie mène une vie rêvée : un mari en or, un mariage de conte de fées, une maison magnifique. Mais tout s'écroule lorsque la jeune femme est renversée par une voiture. Le chauffard a pris la fuite et personne n'a rien vu. Cassie est plongée dans le coma et ses proches se succèdent à son chevet. Alice, infirmière en réanimation, s'interroge : pourquoi personne ne semble dévasté par le chagrin ? Ignorent-ils tous la grossesse de la jeune femme ? Se pourrait-il que Cassie leur ait caché d'autres secrets ? De son lit, face à la chambre de Cassie, Franck voit tout : il sait que Cassie est en danger, il connaît l'identité du chauffard et son mobile. Pourtant, il ne peut rien révéler. Atteint du syndrome d'enfermement, cet homme est prisonnier de son propre corps... Vie parfaite ou parfait mensonge ?

— Emily Elgar - *Belfond*



THE 175 - A BRIEF INQUIRY INTO ONLINE RELATIONSHIPS

👉 1^{er} 30 novembre, pop-rock

Formé en 2004 à Manchester, The 175 se rejoint autour d'influences allant de Michaël Jackson à Peter Gabriel en passant par Sigur Rós pour très vite trouver sa propre recette : une musique rock alternative, aérienne et volatile qui puise ses thématiques dans les questionnements liés à la jeunesse. À présent de retour avec un troisième album au titre presque en haïku, The 175 taquine à nouveau nos oreilles avec cette jolie synth-pop qu'ils savent si bien faire. Alors que les titres *Give Yourself a Try*, *TooTimeTooTimeTooTime* et *Love It If We Made It*, on déjà affolé la toile, le groupe britannique n'en finit plus de nous faire languir. À *Brief Inquiry into Online Relationships* sortira finalement le 30 novembre prochain et s'annonce sensiblement lyrique.



ALONE WITH KING KONG - BEDROOM-SIZED DOOMSDAY

👉 1^{er} 23 novembre, indie pop-rock-folk

Tombé par hasard (merci La Face Cachée!) Sur la musique de Thomas Rocton alias Alone With King Kong — à la scène —, on ne se lasse plus de son petit dernier *Bedroom-sized Doomsday*. Trombone basse pour l'Orchestre National de Lorraine, passionnément, guitariste chez Married Monk, entre autres, arrangeur pour Delpé et Delerm, pour ne citer qu'eux, Thomas Rocton c'est aussi le taulier de « AWKK », un projet musical poétique, vraiment très beau. Voilà un sacré bail que le Messin a sorti son premier album *The Hardest Step*, négligeant un peu son auditoire. Mais voilà chose réparée avec *Bedroom-sized Doomsday*, un second disque franchement impressionnant. Un album qui semble tirer l'essence même des émotions du musicien et tend à nous remuer autant cérébralement que physiquement.



MUSE - SIMULATION THEORY

👉 1^{er} 9 novembre, rock

8^e album studio pour le groupe anglais qui n'en finit plus de faire sensation. Mix entre rock progressif et électronique, Muse c'est une formule qui a fait ses preuves et les millions d'albums que le groupe a vendus dans le monde, constituent un vibrant témoignage de leur succès. Muse sort son premier album *Showbiz* en 1999, mais ne s'envole au sommet des charts que deux ans plus tard avec *Origin of Symmetry* duquel sont nés les immenses titres *Hyper Music* et *New Born*. Succédant au plutôt critique *Drones*, sorti il y a trois ans, *Simulation Theory* aborde le thème de la science-fiction et offre une ambiance sonore et visuelle inspirée de la culture pop des années 80. Ainsi, musicalement l'album sort complètement du cadre habituel de Muse. Un album concept aux accents sonores d'un autre temps.



VANESSA PARADIS - LES SOURCES

👉 1^{er} 16 novembre, pop

On ne va pas se mentir, le peu qu'on a entendu du petit dernier de la diva française nous semble coller à un ouvrage plutôt langoureux. Néanmoins, personne ne dira que c'est mauvais, bien au contraire. Ce septième album enregistré tranquillement à Los Angeles, affiche de bien jolies choses. On retient notamment la tendre participation du compositeur Samuel Benchétrit — son mari — sur *Ces mots simples*, la participation du chanteur Adrien Gallo (lead des BB Brunes), du musicien Fabio Viscogliosi et du chanteur et producteur Paul Butler (lead du The Bees) à la réalisation. Six ans après le succès de *Love Songs*, la pop star fait un retour délicat avec ce disque baigné par des accords acoustiques alanguis, pour des chansons « simples » et sans fioritures, aux tessitures folk-rock et soul. Alors, prévu pour cet automne, *Les Sources* offre un bon moyen de réchauffer les cœurs.

ON N'A PAS INVENTÉ LA FAMILLE,
MAIS LA VOITURE QUI VA AVEC



NEW CITROËN BERLINGO

PAR LE CRÉATEUR DE BERLINGO



- 19 aides à la conduite
- 2 longueurs avec 5 & 7 places
- 3 sièges arrière indépendants escamotables
- 28 espaces de rangement
- incluant le Modutop®
- Lunette arrière ouvrante

New Citroën Berlingo
1.2 PureTech 110 ch Taille M START

À partir de

14.040 €⁽¹⁾

4,0 - 5,8 L/100 KM @ 106 - 130 G CO₂/KM (VALEUR NEDC CORRÉLÉE)



citroen.lu

INSPIRED
BY YOU

CITROËN préfère TOTAL. Informations environnementales: citroen.lu. Véhicule illustré: New Berlingo Shine XTR Taille M - Option: peinture métallisée. (1) Prix « à partir de ». TVAC au 01/08/2018 du NEW CITROËN Berlingo, 1.2 PureTech 110ch Taille M START, toutes remises déduites y compris la remise⁽²⁾ et la prime conditionnelle EcoTech⁽³⁾. (2) Selon modèles et finitions, plus de renseignements auprès de votre conseiller CITROËN. (3) CITROËN vous offre une prime conditionnelle EcoTech de 1.930€ TVAC à l'achat d'un NEW CITROËN Berlingo (hors version Business) pour la reprise et le recyclage de votre ancien véhicule. Les primes EcoTech sont non cumulables avec la prime d'aide à la reprise. Le véhicule doit être complet et immatriculé depuis au moins 6 mois au nom de l'acheteur du nouveau véhicule. Offres valables du 01 août au 30 septembre 2018, réservée à particulier, non cumulable avec d'autres offres en cours. Les équipements ci-dessus sont de série ou en option selon les versions. Infos et conditions chez nous ou sur citroen.lu.

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

Clerbaut Automobiles
L-5485 Wormeldange
Tél. : 76 82 66

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

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

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

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

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

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

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

etoilegarage.lu

La colo passe au vert

DE TOUS LES SEGMENTS DE LA BEAUTÉ, L'UNIVERS DE LA COLORATION ÉTAIT LE SEUL À FAIRE DE LA RÉSISTANCE FACE À LA DÉFERLANTE GREEN. ET POURTANT, LA COLORATION A LE VENT EN POUPE EN CETTE RENTRÉE. DE PLUS EN PLUS DE SALONS DE COIFFURE PROPOSENT À LEURS CLIENTES CETTE ALTERNATIVE À LA COLORATION CHIMIQUE. À RAISON ? FAISONS LE POINT SUR QUI TEND À S'IMPOSER COMME LA RÉVOLUTION CAPILLAIRE DE CETTE RENTRÉE.

SARAH BRAUN



QU'EST-CE QU'UNE COLORATION VÉGÉTALE ?

Elle est élaborée à partir de poudres de plantes séchées, que l'on mélange (ou non) selon le résultat désiré et auxquelles on ajoute de l'eau pour obtenir une pâte qui viendra colorer le cheveu.

L'OFFRE EST-ELLE AUSSI VARIÉE QUE POUR LES COLORATIONS CHIMIQUES ?

Pour l'heure, la coloration végétale reste encore une offre de niche, mais, si des marques labellisées se sont imposées dans nos salons depuis plusieurs années et connaissent un succès croissant, de grands noms de la cosmétique se sont récemment penchés sur le sujet. « En la matière, les pionniers sont Gaïa, dont les plantes proviennent d'Inde, où les fondateurs se rendent chaque année avec de vérifier la qualité des plantes et de garantir leur traçabilité.

C'est une marque française, dont les produits sont certifiés « Natrue », qui garantit une coloration 100 % végétale, sans aucun ajout de produit chimique. Ces colorations conviennent ainsi parfaitement aux personnes végétariennes et vegans », explique une experte coloration Camille Albane.

Et, depuis septembre, L'Oréal Professionnel s'est aussi lancé sur le marché avec le lancement de sa toute première gamme de coloration végétale, Botanée, à la formule 100 % vegan et qui repose sur trois pigments : le henné, l'indigo et le cassia.



QUELLE EST LA DIFFÉRENCE AVEC UNE COLORATION CHIMIQUE ?

Alors qu'une coloration chimique vient modifier la structure du cheveu, et son ADN par la même occasion, la coloration végétale, elle, enrobe la fibre et se fixe tout autour.

En effet, lorsque le coloriste applique le cataplasme colorant sur les cheveux, l'eau présente dans le mélange vient gonfler naturellement la fibre capillaire et ouvre légèrement ses écailles: les pigments s'accrochent en surface de la fibre capillaire et se mélangent aux pigments naturels. **Résultat?** Le cheveu est gainé, et devient alors plus brillant et plus résistant. La coloration végétale allie soin et couleur et agit comme un bouclier.

J'AI LES CHEVEUX BLANCS: LA COLORATION VÉGÉTALE EST-ELLE POUR MOI ?

Contrairement aux idées reçues, même les personnes ayant beaucoup de cheveux blancs peuvent en profiter, mais deux applications seront nécessaires pour obtenir un résultat uniforme.

QUELLES SONT LES LIMITES DE LA COLORATION VÉGÉTALE ?

La seule limite concerne le choix des teintes. En effet, la palette de pigments étant restreinte, la gamme de nuance est elle aussi limitée: point de blond froid ni de rouge électrique au catalogue. En outre, il faut savoir que la coloration végétale ne permet que de raviver sa couleur naturelle ou de la foncer; en aucun cas elle ne permet d'éclaircir les cheveux.

À noter aussi, un temps de pose qui varie selon le mélange et qui peut parfois durer jusque trois heures.

À QUI SE DESTINE LA COLORATION VÉGÉTALE ?

À tout le monde, tant que l'on ne souhaite pas éclaircir sa chevelure.

«Dans notre salon, la coloration végétale représente 35% des demandes de notre clientèle, souligne Laure, manager du salon Ferber Belle Étoile. Ce sont principalement des femmes enceintes, à qui les colorations chimiques sont déconseillées.

La demande vient également de personnes subissant des traitements médicaux lourds, comme de la chimiothérapie.

Certains médecins interdisent même les colorations chimiques.»

Cette demande va de pair vers une évolution des mœurs, des techniques et à une nouvelle approche de la beauté, qui tend globalement vers le naturel: «Que ce soit dans la nourriture, les cosmétiques, les clientes sont de plus en plus vigilantes à ce qu'elles absorbent et ce qu'elles appliquent sur leur peau ou leurs cheveux. Elles sont de plus en plus méfiantes sur les composants chimiques qui fragilisent et dénaturent leurs cheveux, sont dangereux pour la santé des techniciens et qui polluent les nappes phréatiques. Même si cela surfe sur un effet de mode, je suis convaincue que la coloration végétale va prendre de plus en plus d'ampleur dans les mois et les années à venir», confie notre experte coloration Camille Albane.



C.C. CITY CONCORDE

TÉL: 26 44 04 37

C.C. CACTUS BERELDANGE

TÉL: 26 33 18 80

C.C. BELVAL PLAZA

TÉL: 26 57 32 22



C.C. LA BELLE ÉTOILE

TÉL: 26 31 01 70



J'ai testé... la coloration végétale & vegan Botanea L'Oréal Professionnel.



Avant toute chose, sachez que passer à la coloration végétale ne s'improvise pas. Un test doit en effet être réalisé au minimum 48 h avant la première coloration pour éviter tout risque allergique.

Avant de sauter le pas, un premier rendez-vous est pris donc, avec une technicienne qui m'appose un cataplasme mélangeant les pigments qu'elle utilisera par la suite. Le dosage est méticuleux et les pigments, ainsi que l'eau, sont pesés au gramme près. Je repars avec un cataplasme composé de cassia et de henné abrité sous un pansement que je devrais conserver deux jours.

Ce n'est pas la première fois que je me teins les cheveux, mais cela fait plusieurs années que je ne le faisais plus, de peur de perdre mon roux naturel dont j'ai bien conscience de la rareté. J'ai donc quelques réticences, je le confesse. La technicienne m'explique le bien-fondé de la coloration végétale et que, au contraire, ma couleur naturelle ne sera pas modifiée, mais qu'elle sera bien plus brillante et profonde. Son discours me convainc, le test est concluant : pas d'allergie (et pourtant j'ai un terrain naturel très réactif). C'est décidé : je prends rendez-vous.

Le jour J, une technicienne me prend en charge et me réexplique les fondements de la coloration naturelle, ses avantages et me rassure à nouveau. J'apprécie fortement que son discours soit à la fois sensible au message véhiculé et technique quant à l'action du produit et ses vertus. J'ai sincèrement l'impression que l'on n'essaye pas de me vendre une énième nouveauté et que ce produit vaut le coup.

Sur tablette, nous redéfinissons ensemble le résultat désiré, « copper gold ». Ingrédients, le poids, l'eau, tout est écrit noir sur blanc, de même que le temps de pose : 30 minutes.

Le technicien prépare son mélange et commence à l'appliquer aux racines, en cataplasme, avant de l'étendre sur les longueurs. Puis, la tête est enveloppée avec un papier tissé - pour éviter les coulures - puis de la cellophane. Le produit agit avec la chaleur corporelle, m'explique la coloriste. Autant j'aime beaucoup l'odeur, qui évoque celle du thé matcha, autant j'ai l'impression de porter un âne mort sur la tête. Comprenez : parce qu'elle est appliquée en cataplasme, la coloration végétale nécessite beaucoup de produit et c'est lourd, très lourd.

En revanche, et au contraire des colorations chimiques qui me rendaient à la limite de l'hystérie tant elles me démangeaient quand elles ne me brûlaient pas : aucune sensation désagréable durant les 30 minutes. De même, exit les vapeurs et émanations chimiques qui provoquent des maux de tête.

Puis vient le moment du rinçage, assez long en raison de la très grande quantité de produit appliqué, puis l'application d'un soin, bien évidemment naturel et sans silicone pour rester dans l'esprit de la technique. J'ai véritablement le sentiment de vivre une expérience bien-être ultra sensorielle. Tout concorde : les sensations, les odeurs avec la conviction de prendre soin de mes cheveux. Je n'ai même pas eu peur durant le temps de pose, de me retrouver avec les cheveux verts ou une couleur improbable. Pour prolonger la couleur, la coloriste me conseille de continuer dans le naturel en utilisant des produits biologiques et végétaux. Après séchage, le cheveu est lisse, brillant, et la couleur vraiment plus intense. Ma couleur est la même, mais en mieux.

Et cerise sur le gâteau, la couleur et la brillance vont perdurer longtemps : les colorations végétales ont une durée de vie plus longue que les colorations chimiques, car les pigments ne s'affadissent pas. Et c'est vrai : le lendemain, la couleur ne dégorge pas lorsque je me lave les cheveux et une semaine après, la couleur est toujours la même qu'à la sortie du salon.

Mon avis ? Moi qui étais très sceptique lorsque l'on m'a proposé d'essayer, je suis ressortie convaincue et continuerai d'entretenir mes reflets avec cette technique qui m'a définitivement réconciliée avec la coloration.



SOINS ANTI-VIEILLISSEMENT DE LA PEAU POUR RÉGULARISER

- > Pluryal Mesoline SHINE
 - Teint non homogène et tâches
- > Pluryal Mesoline ANTIOX
 - Peau agressive et endommagée par les UVB/UVA
- > Pluryal Mesoline CLEAR
 - Peaux à tendance grasse
 - Prévention de l'hyperpigmentation post-inflammatoire



MD Skin Solutions
LABORATORIES

Fournisseur officiel d'innovation esthétique

Tel : +352 26 20 04 06
info@mdskin-solutions.com
www.pluryal.com

La science revitalise votre beauté

Lift'expert crème 660 Maria Galland

ENRICHIE D'UNE NOUVELLE GÉNÉRATION DE PEPTIDES ANTI-ÂGE, QUI AGISSENT EN SYNERGIE AVEC UN PRÉCIEUX EXTRAIT DE VIN DE GLACE, LIFT'EXPERT CRÈME 660 STIMULE L'ACTIVITÉ CELLULAIRE, AUGMENTANT AINSI LA SYNTHÈSE DE COLLAGÈNE ET D'ÉLASTINE, POUR UNE PEAU PLUS FERME, PLUS TONIQUE ET PLUS LISSE. POURVU DU COMPLEXE RÉVOLUTIONNAIRE AGE CONTROL MG, QUI COMBAT LA GLYCATION ET L'OXYDATION, CE SOIN RÉVOLUTIONNAIRE PRÉSERVE LE CAPITAL JEUNESSE DE LA PEAU. NOUS AVONS TESTÉ POUR VOUS! VERDICT?



Maria Pietrangeli



Fluide et onctueuse, Lift'expert est une crème hyper agréable à appliquer. Elle pénètre immédiatement et hydrate parfaitement la peau tout au long de la journée. Au fil des semaines, la peau devient plus souple, les ridules s'atténuent. C'est un excellent soin de jour comme de nuit.



Pour les cosmétiques, je préfère les parfums un peu plus soutenus : il est un peu trop discret pour moi.



Liliane Guelfi



C'est la première fois que j'utilise une crème Maria Galland. J'ai tout de suite été séduite par la légèreté de son parfum et sa texture veloutée. Après un mois d'utilisation, ma peau est visiblement plus ferme, mon teint lumineux, une véritable cure de jeunesse.



RAS



Vanessa Berners



J'ai beaucoup apprécié cette crème anti-âge, car une petite noisette suffit pour bien hydrater la peau, fluidifier et faciliter sa pénétration. Texture riche, mais au parfum discret, j'aime le fait que ma peau soit lissée et unifiée dès la première application. Les traits sont détendus et mon visage tonifié.



RAS



Sarah Braun



J'ai beaucoup aimé sa texture onctueuse très agréable à appliquer et son parfum délicat. Après un mois d'utilisation quotidienne, la peau est visiblement plus lumineuse et plus fraîche.



Rien, si ce n'est qu'elle me rappelle que je suis, hélas, tombée dans la catégorie des plus de 35 ans !



Julie Mallinger



J'ai toujours aimé les produits Maria Galland et la crème Lift'expert n'est pas une exception ! Cette crème anti-âge est une véritable source de nutrition pour ma peau et lui permet d'être plus tonique et plus lisse. Sa texture est agréable et son odeur est légère, parfait pour une utilisation quotidienne !



RAS !



Julie Bènière



J'ai apprécié la texture légère et veloutée qui fusionne avec la peau : une réelle qualité pour un soin lift, souvent trop riche. J'aime beaucoup l'odeur fraîche et délicate, j'utilise cette crème matin et soir. Ma peau a été rapidement plus rebondie et plus ferme.



RAS, pour moi cette crème est un produit à intégrer à son rituel beauté.

Ferber Goes Green

Nous nous engageons à planter un arbre avec l'association

Graine de vie pour chaque coloration réalisée.



F
FERBER
hair & style
est. 1928

Botanēa

COLORATION PROFESSIONNELLE À BASE DE
PLANTES QUI NOURRIT ET GAINÉ LE CHEVEU

100%
végétale & végan



Disponible dans nos salons à Dudelange, Bascharage Centre, Redange, Foetz, Walferdange et Belle Étoile, à partir de 64€.

 ferber_hair

www.ferber.lu

 ferberlux



Baume de jeunesse

Avec sa texture onctueuse, la crème riche nuit nourrit intensément la peau sèche, l'hydrate et la régénère, procurant une agréable sensation cutanée. Pour réduire efficacement les signes du temps, cette crème peut compter sur un dosage intensif d'ingrédients à l'efficacité prouvée : des bio stimulateurs, de l'acide hyaluronique, des céramides, des peptides, du panthénol et de la vitamine E.

→ **Crème contour des yeux. Louis Widmer.**



Anti-âge

Collistar a isolé l'élastine pour la recréer sous la forme d'un distillat. La texture soyeuse et rapidement absorbée est très agréable d'utilisation et convient à tous les types de peaux.

Le résultat est déjà visible après quelques jours : les contours du visage sont plus fermes et la peau est plus tonique. L'efficacité est uniquement potentialisée en cas d'application régulière. Le visage est moins marqué et les contours sont redéfinis.

→ **Elastin Drops anti-âge recompacting. Collistar.**



Incontournable

Rouge Allure liquid power incarne une nouvelle génération de rouges à lèvres liquides mats. Sa formule offre une sensation poudrée d'une douceur exceptionnelle, pour un résultat unique : une matité longue tenue qui galbe les lèvres.

À l'application, son fini seconde peau crémeux et sensoriel, se fait étonnamment fondant et lissant, promesse d'une texture confortable et imperceptible.

→ **Rouge Allure. Chanel.**



Efficace

Avec La Cure Anti-Âge Absolu, Premium accompagne plus que jamais les femmes dans tous les moments forts de leur vie, avec cette même haute exigence d'efficacité et de plaisir sensoriel, et leur offre un shoot de jeunesse qui régénère, répare et revitalise la peau en vingt-huit jours seulement.

→ **Premium la cure anti-âge absolu. Lierac.**



Délice

Joy de Dior est là, comme une évidence sensorielle, une étreinte à laquelle on s'abandonne, une ivresse des sens que rien ne vient questionner. Car au final, on ne peut dire s'il est frais, capiteux, floral ou lacté. Qu'importe, car il est tout à la fois, en un seul coup. Juste comme ça. Ce parfum nous a traversés.

Et ce seul mot nous vient enfin : la joie.

→ **Joy. Dior.**



Teint sur mesure

Inspiré des dernières innovations dans les textiles du sport, la formule est enrichie en micro-perles stretch hautement élastiques. Souple et confortable, ce fond de teint compact fusionne avec la peau et suit chacun de ses mouvements. Infusé de silice poreuse, il forme un voile matifiant longue tenue sur la peau.

→ **Lingerie de peau. Guerlain.**



Effet immédiat

Les peptides ont un rôle considérable dans la modification de l'activité cellulaire, ce sont des molécules capables d'envoyer des signaux aux cellules de la peau. Quand le collagène de la peau se brise, il forme des peptides spécifiques qui signalent à la peau qu'elle a été endommagée et qu'elle doit produire du nouveau collagène. Ainsi, Lifactiv a un effet de rajeunissement et de renouvellement de la peau.

→ **Lifactiv. Collagen Specialist. Vichy.**



Purifiant

Cette nouvelle gamme, Clarity+ est un système novateur en trois phases qui offre une solution complète de soin de la peau, efficace contre les boutons et douce avec la peau. Ce savon moussant pour le visage aide à éliminer les impuretés et l'excès de sébum en surface, laissant une peau rafraîchie et nettoyée.

→ **Sebu-Wash Gel Cleanser. Environ.**



Deux en un

La base de teint type sérum présente un quadruple effet anti-âge, elle est à la fois ultralégère et soignante. Prélevez trois à quatre gouttes de la pipette et appliquez-les sur le visage en partant du milieu à l'aide de l'éponge douce.

Pour un plus grand pouvoir couvrant, il suffit d'appliquer la base de teint en couches ultra fines successives.

→ **Ageid Serum Foundation. Babor.**

MARIA GALLAND

PARIS

LA NOUVELLE
DÉFINITION DU LIFTING

LIFTEZ VOTRE BEAUTÉ



UNE SOLUTION LIFTING GLOBALE ET RÉVOLUTIONNAIRE

Découvrez des résultats instantanément visibles en seulement 75 minutes avec LIFTING ABSOLUE JEUNESSE, notre nouveau soin lifting 100% manuel. Prolongez l'effet lifting chez vous avec les nouveaux produits LIFT'EXPERT et leurs actifs exceptionnels, tels que le complexe innovant AGE CONTROL[®]. Renforcez l'efficacité du soin et des produits en suivant notre programme complémentaire pour un ÉQUILIBRE DE VIE sur-mesure, comprenant le yoga facial, afin de sublimer votre beauté de l'intérieur.

EFFET LIFTING VISIBLE ET CAPITAL JEUNESSE DE LA PEAU PRÉSERVÉ.

96% LIFTING
VISIBLE*
EN SEULEMENT
75 MINUTES

L'ÉNERGIE DE LA BEAUTÉ

www.maria-galland.be

Découvrez-nous sur facebook : Maria Galland Benelux



SOLEUVRE • Institut de Beauté Valérie • 00352 26 17 56 27 • CAPELLEN-LUX • Spa Beauté Marian Migulez • 00352 30 99 85

LUXEMBOURG • Nails & Beauty by NM Sari • 00352 26 20 30 03 • ETTTELBRUCK • Beauty Lounge by Ana • 00352 27 03 33 70

TROISVIERGES • Institut de Beauté Alia-Eischen Pia • 00352 99 81 82 • WILTZ • Beauty Lounge by Ana • 00352 95 91 71

* Testé par un panel de 30 femmes âgées de 35 à 55 ans, sous l'effet du soin LIFTING ABSOLUE JEUNESSE, les résultats ont été les suivants : 96% de lifting visible et 75 minutes de soin suffisant pour obtenir ces résultats.

Ma peau EN DÉTOX

L'AUTOMNE, ON LE SAIT, EST LA PÉRIODE DE TRANSITION PAR EXCELLENCE. A FORTIORI POUR NOTRE PEAU, QUI RÉCUPÈRE À PEINE DE L'ÉTÉ ET SE PRÉPARE À AFFRONTÉ LES FRIMAS HIVERNAUX. COMMENT L'AIDER À PASSER CE CAP EN DOUCEUR? MODE D'EMPLOI.

SARAH BRAUN



En été, la peau s'épaissit pour se protéger. Quand le hâle s'estompe, sa véritable nature refait surface, et ses imperfections par la même occasion: vieillissement cutané, taches brunes, sécheresse, relâchement, rougeurs ou, au contraire, production accrue de sébum et retour en force des comédons et des points noirs...
Résultat? La peau est fragilisée, déshydratée, elle manque de lumière et d'éclat.

L'automne est donc la meilleure période pour démarrer une cure detox pour votre peau.
Au programme? Des gestes ad hoc, des produits ciblés et boosters d'éclat.

ON FILE EN INSTITUT

Avant tout chose, un soin professionnel, dispensé par une esthéticienne à l'écoute vous permettra de faire la transition en douceur. En effet, rien ne saurait remplacer le savoir-faire et l'expertise d'une

professionnelle de la beauté, qui fera un état des lieux et vous permettra de choisir des produits adaptés.

«La peau évolue, en fonction de notre état psychique, des soins qu'on lui prodigue, des saisons. Ses besoins ne sont jamais les mêmes et on a tort de penser qu'une fois une gamme de produit trouvée, il ne faut plus jamais en changer!», explique Marie Donnez, experte pour la marque Bernard Cassière.

Ainsi, chaque saison, on prend le pli d'aller faire un bilan avec son esthéticienne qui vous prescrira un programme de saison, adapté aux besoins de votre épiderme en temps réel!

ON MET LA GOMME

Si votre peau est encombrée de cellules mortes, elle se libérera plus difficilement de ses toxines et ne profitera pas pleinement des soins. C'est pourquoi toute bonne detox de la peau doit débuter par une exfoliation. Que l'on choisisse un soin gommant enzymatique ou mécanique (à grains), il est recommandé de le faire une à deux fois par semaine.

Les épidermes les moins sensibles, et les peaux mixtes à grasses peuvent également troquer leur soin de nuit habituel par un soin aux acides de fruits, qui jouera le rôle d'un peeling léger.

Notre sélection shopping



→ **Crème gommante pour le visage toutes peaux, Sisley**

INSTITUT

LA MAISON DE LA BEAUTÉ

Laissez-nous
prendre soin de vous !



ON S'OFFRE UN BAIN DE VAPEUR

Voici un petit truc de grand-mère qui continue de faire ses preuves : deux à trois fois par semaine, on s'offre un bain de vapeur pour détoxifier sa peau. **L'intérêt ?** En favorisant la dilatation des capillaires sanguins, il permet de stimuler les échanges cellulaires, et, par la même occasion, de booster l'élimination des déchets ainsi que l'apport d'oxygène et de nutriments. En outre, il ouvre les pores de la peau pour une meilleure élimination du sébum et des éventuelles impuretés du type points noirs. En le faisant suivre d'un masque adapté à votre type de peau, le bain de vapeur contribuera à une meilleure pénétration des actifs !

Petit bémol : les peaux sensibles éviteront de prolonger la durée du bain de vapeur (idéalement, dix à quinze minutes) et éviteront la vapeur trop chaude.

L'idéal est d'ajouter quelques gouttes essentielles adaptées à votre type de peau :

- **Peaux grasses :** tea tree, romarin, citron
- **Peaux sèches :** néroli, hélicryste, bois de rose
- **Peaux matures :** rose de damas, santal, ylang-ylang
- **Peaux sensibles :** camomille romaine, néroli, ciste

ON PREND LE TEMPS DE FAIRE UN MASQUE

Parmi les petites recettes secrètes des influenceuses et autres prêtresses beauté, nous avons testé et approuvé la recette du masque à l'avocat et jus de citron.

La recette ?

Écrasez un avocat avec une fourchette. Ajoutez ensuite deux cuillères à soupe de jus de citron et mélangez bien. Sans attendre, massez votre visage avec ce mélange, puis laissez poser 15 minutes. Rincez soigneusement à l'eau claire pour en ôter tous les résidus.

Pour les plus pressées, on succombe aux formules detox toutes prêtes, qui désobstruent les pores et révèlent l'éclat.

Notre sélection shopping



Coco Clear, Detox Mask,
Hello Body.



Hydra Life, Masque Éclat
Gelée Fraîche, Dior

Envie d'un moment pour soi ?

NEW MASSAGES

- Massage Indonésien • Massage Polynésien
- Massage Suédois • Massage Africain
- Stone Massage

LES INCONTOURNABLES

- Pose et remplissage gel • Épilation définitive
- Soins visage • Traitements anti-âge • Amincissement
- LPG® • Pressothérapie • Solarium • Pédicure médicale
- Praticien en médecine chinoise et coréenne

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

www.maisondelabeaute.lu |

ON FORCE SUR LES ANTIOXYDANTS

Vitamine C, vitamine A, vitamine E, resveratrol... ces actifs limitent la production de radicaux libres et aident les cellules à se débarrasser de leurs toxines.

Pour apporter un shoot d'antioxydants à notre épiderme terne et fatigué, on mise sur les cures de sérum qui se glissent sous votre soin de jour et/ou de nuit habituel et chassent la grisaille tout en stimulant le renouvellement cellulaire.

Notre sélection shopping



→ **Concentré de Nuit Detox**
à l'orange sanguine, Bernard Cassière



→ **Booster Detox**, Clarins



ON HYDRATE À GOGO

En période de detox encore plus qu'à l'ordinaire, votre épiderme aura besoin d'eau pour rayonner.

On l'abreuve encore plus qu'à l'accoutumée

avec des soins blindés en acide hyaluronique qui retiendront l'eau et on n'omet pas de la chouchouter, une à deux fois par semaine avec un masque hyper hydratant.

Notre sélection shopping



→ **Masque Fleur Hydratant**, Kenzoki



→ **Pretty Animalz, Tiger, Masque B.A.R.**



MARIAN MIGUELEZ
Spa Beauté

Cosmétiques **naturels bio-écologiques** certifiés.
Une **ligne de soins complète** unissant la **sagesse**
de l'**ayurveda**, la **naturopathie** et l'**aromathérapie**.



GARSHAN DREN

Cellulite fibreuse et localisée

Traitement drainant,
détoxifiant et amaigrissant intensif.

UDARA

Traitement ventre plat et tonique et douleurs dorsales

Traitement esthétique, intensif et rapide
avec une action localisée sur le ventre et le tour de taille.

**Découvrez la gamme complète de nos soins
et produits Lakshmi dans notre institut**



**1 SOIN ACHETÉ
= 1 XMAS CREAM
LAKSHMI OFFERTE !**

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

*Offre valable à compter dans la limite des stocks disponibles



Nails Estetica



SANTA , ALL I WANT FOR CHRISTMAS

- Bougies parfumées d'hiver
- Soin visage revitalisant
- Bon cadeau Nails & Estetica
- Nouveau vernis séchage rapide
- Extensions de cils
- Boules de bain
- Pédicure médicale



 **la Belle Etoile**
SHOPPING CENTER



Entretien avec Hélène Vanhoudt

HÉLÈNE VANHOUDT, FONDATRICE ET PATRONNE D'HÉLÈNE V., PROPOSE, DEPUIS 20 ANS, UN CONCEPT GLOBAL AFIN D'AVOIR ET DE CONSERVER PEAU SAIN ET DE VIEILLIR EN ÉTANT RAYONNANT ET HEUREUX.

Pourquoi est-il important de faire une détox de la peau à chaque changement de saison ?

Je suis intimement convaincue que détoxifier sa peau est quelque chose que l'on doit faire tous les jours, et non uniquement lors de changement de saisons. La pollution, le maquillage, les SPF et d'autres facteurs extérieurs et intérieurs, comme la transpiration, l'excès de sébum, etc., nécessitent que la peau soit nettoyée en profondeur chaque jour. Pour ce faire, je préconise **Precleanser**, un nettoyant formulé à partir de kaolin ainsi qu'**Hydrating clay** masque également à base de kaolin, tous deux de la marque **Environ**. D'ailleurs, chez Environ, le nettoyage est l'étape fondamentale pour conserver une belle peau, saine et éclatante, et le premier geste d'une routine detox. Le nettoyage est ainsi pensé en deux temps: il commence avec un premier nettoyage avec le **Dual Action Pre-Cleansing Oil**. Oubliez vos idées reçues: nettoyer son visage à l'huile n'est pas une hérésie: au contraire! Le sébum ne se dissout pas dans l'eau, mais dans l'huile! L'huile permet de nettoyer les pores en profondeur et de libérer les impuretés, le maquillage ainsi que les SPF, sans obstruer vos pores ou abîmer la couche de protection naturelle de votre peau. La seconde étape consiste en l'utilisation d'une crème nettoyante adaptée à votre type de peau. **Le résultat?** Une peau 'So fresh & So clean' (rires)! Ce rituel du double nettoyage est à adopter matin et soir, avant d'appliquer votre soin. Idéalement, il doit être enrichi en vitamine A, qui aide la peau à rester en bonne santé, et en antioxydants, qui, seuls, peuvent combattre les radicaux libres créés par la lumière et le soleil (UVA+UVB).

Sur quels actifs doit-on miser pour détoxifier sa peau ?

La vitamine A améliore la microcirculation et augmente l'absorption d'oxygène dans la peau et aide ainsi à mieux éliminer les toxines.

Peut-on le faire chez soi ou doit-on confier son visage à une esthéticienne ?

Il faut combiner les deux pour le meilleur résultat. On obtient déjà de bons résultats avec chez soi en utilisant des produits adaptés, mais les instituts ont les appareils pour travailler en profondeur et encore mieux faire absorber les sérums. Ensemble, on obtient les meilleurs résultats parce qu'ils se complètent l'un l'autre.

L'alimentation joue-t-elle un rôle ? Quels aliments privilégier en hiver ?

L'approche globale pour la santé de la peau exige de consommer une nourriture saine été comme hiver: rien de plus simple, il suffit de manger des aliments de saison. Mais il est également fondamental d'avoir une bonne hygiène de vie: bouger, prendre compléments alimentaires pour combler les éventuelles carences, utiliser des crèmes vitaminées sur la peau et un maquillage minéral qui n'agressera pas l'épiderme.

Les compléments alimentaires, souvent décriés, seraient, selon vous une bonne alternative en cas de carences ?

Tout à fait! Les vitamines en bonne dose sont nécessaires pour une peau en bonne santé. Notre peau est notre plus grand organe, mais paradoxalement, il est le dernier servi. C'est donc à lui que bénéficieront le plus des compléments alimentaires.

Un geste détox à faire au quotidien ?

Bien s'hydrater en buvant suffisamment d'eau et bouger pour s'oxygéner et garder la forme! Il n'y a qu'à observer votre teint au retour d'une ballade au grand air: il n'y a rien de meilleur pour booster d'éclat!

FOCUS ST-LINE

« Une voiture de fonceuse »

GRANDE SPORTIVE, EVA A SUCCOMBÉ AUX CHARMES DE LA NOUVELLE FORD FOCUS ST-LINE. AUSSI DYNAMIQUE QU'ELLE, CE PETIT BIJOU OFFRE UNE EXPÉRIENCE DE CONDUITE INÉGALABLE ET PRÉSENTE UNE ALLURE DES PLUS MODERNES. ÇA VA ROULER!



Retrouvez dès à présent toute la nouvelle gamme Focus dans vos concessions Ford du Grand-Duché.

Eva, qui êtes-vous? Que faites-vous dans la vie?

Jeune trentenaire, je suis une femme pleine d'enthousiasme. Je travaille dans une agence de communication à Luxembourg, un métier qui me permet d'être au contact des gens, de développer des projets créatifs et de travailler régulièrement sous la pression, ce que j'adore! Après des journées de travail bien chargées, j'éprouve le besoin de me dépenser et de prendre soin de moi. Je pratique donc beaucoup de sport, principalement de la course à pied et de la musculation. J'ai toujours été sportive. Déjà enfant, je participais à de nombreuses compétitions d'athlétisme. Aujourd'hui, le sport fait toujours autant partie de ma vie. J'y consacre en moyenne 1h30 par jour. Le week-end, j'aime voyager et découvrir de nouveaux horizons, sortir avec mes amis en ville, faire du shopping ou encore rendre visite à mes parents qui habitent en France.

À quelles occasions utilisez-vous la voiture pour vous déplacer?

Tous les jours. Je me rends à mon travail en transports en commun, car c'est plus facile en ville. Mais une fois rentrée chez moi, j'emprunte ma voiture pour aller à la salle de sport ou pour rejoindre la campagne où je fais mon jogging. Le week-end aussi, comme je bouge beaucoup, j'utilise régulièrement ma voiture.

Pourquoi avoir choisi la nouvelle Ford Focus ST-Line 5 portes?

J'ai dû changer de véhicule, car ma première voiture était devenue vraiment trop vieille! En cherchant un peu un modèle qui me plaisait sur des sites web spécialisés, je me suis arrêtée sur la nouvelle Ford Focus, et tout particulièrement sur la version ST-Line. Je me suis rendue en concession pour la voir et l'essayer. C'est simple, j'ai tout de suite accroché à son design! À la fois sportive et élégante, de taille moyenne pour pouvoir circuler aussi bien en ville qu'en dehors, c'était la voiture qui me correspondait. Je l'ai choisie en version 5 portes, pour une question pratique. Je trouve que cela facilite le chargement et le déchargement d'objets dans la voiture, que ce soit les courses, les bagages ou autre.

Quels sont les éléments que vous appréciez plus particulièrement?

Ce sont plusieurs détails qui font la différence. Par exemple, à l'intérieur, la voiture est équipée de finitions sportives avec un effet fibre de carbone et des surpiqûres rouges, ce qui la rend très sportive. À l'extérieur, la ST-Line arbore un style légèrement plus agressif que les autres versions de la Ford Focus. À l'avant, les ouvertures sont élargies, de manière à améliorer les performances et dévoiler les composants du moteur. Et puis, derrière le volant, la ST-Line est aussi très agréable. Agile et réactive, elle est équipée de ressorts et d'amortisseurs abaissés pour dynamiser la conduite. C'est un petit bolide qui correspond bien à mon caractère de fonceuse.

FordStores

Paul Wengler
24-40 Avenue des Alliés
L-9001 Ettelbrück
FordWengler.lu

Collé

Route de Bascharage
L-4513 Niederkorn
FordColle.lu

Concessionnaires

Luxmotor
3 rue de l'Avenir
L-3895 Foetz
LuxMotor.lu

Luxmotor
5 rue Henri Tudor
L-5366 Munsbach
LuxMotor.lu

Garage Pirsch
164 route d'Esch
L-1471 Luxembourg
Ford.Pirsch.lu

FORD.LU



Diabète de type 1 : devenez l'acteur des progrès !

AFIN DE MIEUX CERNER SES CAUSES ET PRÉDIRE L'ÉVOLUTION DE CETTE PATHOLOGIE, UNE VASTE ENQUÊTE EUROPÉENNE EST ACTUELLEMENT EN COURS AU LUXEMBOURG. EN ATTENDANT SES RÉSULTATS PROMETTEURS, LES APPROCHES ET DISPOSITIFS MÉDICAUX NE CESSENT DE PROGRESSER. LE POINT SUR LES IDÉES REÇUES...

MICHÈLE RAGER



LE DIABÈTE, CELA CONCERNE LES SENIORS ET LES OBÈSES

→ **Faux.**

Il en existe deux types. Le plus fréquent est le diabète non insulino-dépendant, que l'on appelle aussi diabète de type 2 (anciennement intitulé diabète gras ou encore de maturité). Il représente 80% des cas et touche principalement des personnes obèses, en surpoids, sédentaires et âgées de plus de 40 ans, même si de plus en plus de jeunes commencent à en souffrir. Des injections d'insuline ne sont pas indispensables: le pancréas en sécrète encore, mais en quantité insuffisante pour faire baisser la glycémie (taux de sucre dans le sang). Parfois, la prise de médicaments, un régime et l'activité sportive suffisent à améliorer la situation. Quant au diabète de

type 1, il est provoqué par la destruction des cellules du pancréas chargées de fabriquer l'insuline (soit, celles des îlots de Langerhans). Il apparaît durant l'enfance, l'adolescence ou chez les adultes jeunes: traité par insulinothérapie, ses causes restent encore méconnues.

LA SOIF IRRÉPRESSIBLE EST UN SIGNE SÛR

→ **Faux.**

Cela ne vaut que pour le diabète de type 1: c'est en effet un symptôme quasiment toujours retrouvé, avec les envies fréquentes d'uriner (polyurie) et la perte de poids. Le diagnostic est confirmé par une mesure de la glycémie à jeun. Les normes sont de 0,8 à 1,1 gramme par litre de sang. Un taux supérieur

à 1g/l signe déjà une glycémie anormale. Un taux supérieur à 1,25 g/l, diagnostique, selon l'OMS, un diabète. En revanche, on ne retrouve pas ce symptôme chez les diabétiques de type 2, chez qui les manifestations sont généralement discrètes et peu spécifiques.

L'OBJECTIF DU TRAITEMENT N'EST PAS DE GUÉRIR DU DIABÈTE DE TYPE 1

→ **Vrai.**

Ce n'est, malheureusement, pas encore possible et donc frustrant pour tous. Si l'affection fait grimacer les médecins, c'est parce qu'elle peut provoquer de lourdes complications au fil des ans. Lesquelles peuvent être évitées en l'équilibrant correctement, afin de prévenir les conséquences des hyperglycémies sur les yeux, nerfs, pieds, cœur, reins... Et ce, quel que soit le type de diabète (1 ou 2) et l'âge du patient. Outre l'insulinothérapie, le respect d'une alimentation saine et une activité physique régulière sont tout aussi importants... Que peuvent provoquer des années d'hyperglycémie mal contrôlée?

- **sur le système nerveux:** altération des nerfs entraînant une diminution de la sensibilité et de la douleur.
- **sur le système oculaire:** apparition de micro-occlusions vasculaires abîmant la rétine, et ce, jusqu'à la cécité.
- **sur le cœur:** possibilité de présenter un infarctus plus élevée.
- **sur les reins:** insuffisance rénale.
- **Au niveau des membres inférieurs:** risques de blessures aux pieds, de perforations plantaires et de gangrène dues à l'atteinte des artères et la perte de sensibilité à la douleur.

« ENVIE DE PARTICIPER À LA RECHERCHE ? QUELQUE 3000 ENFANTS ET ADULTES SOUFFRANT DE DIABÈTE 1 SONT DEMANDÉS ! »

À CAUSE DE L'ÉPIDÉMIE D'OBÉSITÉ, SEUL LE DIABÈTE DE TYPE 2 EST EN AUGMENTATION

❗ Faux.

Le diabète de type 1 concerne de plus en plus de personnes, dont les enfants. Chez eux, une thérapie bien menée est (encore plus) essentielle afin de retarder l'évolution de la maladie. Mais aussi de leur offrir un développement psychosocial et physique ainsi qu'une qualité de vie identique à ceux de leurs copains d'école. À l'heure actuelle, seule l'insulinothérapie quotidienne a prouvé son efficacité. Même si, la recherche dans ce domaine demeure l'une des priorités du monde scientifique.

LES MÉDECINS NE DORMENT JAMAIS SUR LEURS LAURIERS

❗ Vrai.

Comme le prouve cette grande étude actuellement en cours. Intitulée « Innodia », son objectif est de mieux comprendre la progression et le développement du diabète de type 1. Pour, au final, lutter plus efficacement contre cette pathologie encore irréversible. Elle recrute dès lors un maximum de personnes chez qui cette affection a été récemment diagnostiquée, mais demande également la participation de proches concernés (parents, fratrie, enfants...). En effet, sa famille pourrait présenter des mêmes gènes, avec un risque un peu plus important de souffrir de cette forme-là de diabète. Mis à part l'analyse génétique, les médecins mesurent les auto-anticorps présents dans le sang. Il s'agit d'un certain type de protéines produites par le système immunitaire: comme elles perçoivent, à tort, les cellules saines comme des cellules étrangères, elles les agressent afin de défendre l'organisme. Or, plus important est le nombre d'auto-anticorps (il en existe cinq types actuellement), plus la possibilité de développer un diabète de type 1 augmente dans le futur.

Enfin, et pour vérifier si les cellules bêta du pancréas (celles qui fabriquent l'insuline) sont déjà endommagées, le peptide-C est également dosé. Pour obtenir toutes ces informations, seule une prise de sang est nécessaire afin d'évaluer la présence d'un risque plus important.

❗ Qui peut participer ?

Pour les besoins de l'étude, sont recherchés non moins de 3000 enfants et adultes, âgés entre 1 et 45 ans, vivant partout en Europe, souffrant de diabète 1 ou ayant un proche présentant l'affection.

❗ À quoi faut-il s'astreindre ?

Outre la mesure des paramètres (poids/taille des enfants, par exemple), des prélèvements de sang, d'urine et de selles sont prévus à chaque visite d'étude. Une épreuve d'hyperglycémie provoquée est aussi régulièrement programmée: elle consiste à absorber, à jeun, une solution très sucrée avant de mesurer l'évolution au fil des heures du peptide-C, du glucose et d'insuline dans le sang.

❗ Ça va me rapporter de l'argent ?

Hormis les frais de déplacement et de parking, aucun paiement n'est versé aux participants. En revanche, chacun d'entre eux bénéficie d'une surveillance régulière et accrue. Et gagne la fierté de participer aux progrès scientifiques!

❗ D'autres informations ?

Précisons encore qu'on peut quitter l'étude quand on le souhaite sans argumenter sa décision, que les données personnelles restent confidentielles...

L'étude est sponsorisée par Cambridge University Hospitals NHS Foundation Trust et l'Université de Cambridge UK.

Info: www.innodia.eu.

Au Grand Duché de Luxembourg, le médecin coordinateur est Dr Carine de Beaufort – Équipe de recherche DECCP: tél.: 691 917 084 – 441 182 71.

Bijoux de technologie

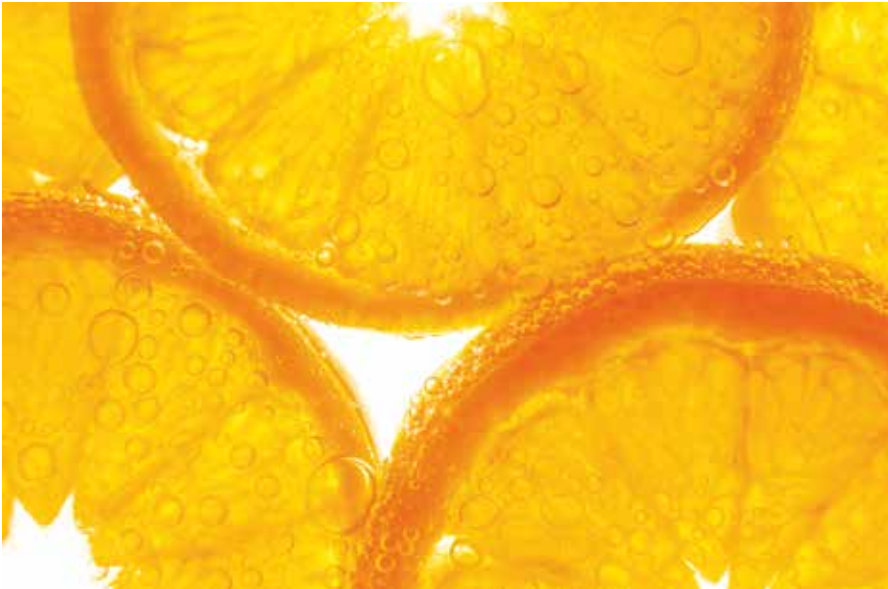
Depuis une quarantaine d'années, les pompes à insuline sont privilégiées. Ces appareils délivrent des quantités d'insuline de manière variable et continue tout au long de la journée. Aisées à utiliser, elles représentent donc un choix apprécié chez, entre autres, les enfants en âge préscolaire. De plus en plus sophistiquées, certaines disposent de capteurs affichant constamment la glycémie. En revanche, bien qu'elles offrent un sentiment de liberté (fini, les piqûres plusieurs fois par jour!), elles réclameront toujours l'apport de l'intelligence humaine et des médecins, afin d'ajuster les doses. Chez les adolescents, la confrontation perpétuelle avec la pompe, même si celle-ci ressemble à un Smartphone et se miniaturise constamment, constitue parfois un écueil compliqué à supporter. Prochain progrès ? Des pompes offrant des dosages encore plus précis d'insuline, en l'ajustant toutes les 5 à 15 minutes, sans attendre que les taux de sucre soient trop bas et trop élevés dans le sang. On les attend avec impatience!

Article réalisé avec la collaboration du Pr Carine De Beaufort, pédiatre endocrinologue-diabétologue, CHL Luxembourg.

Mon alimentation anti-fatigue

LA RENTRÉE, LE DÉBUT DE L'HIVER, LA BAISSSE DE LUMINOSITÉ... TOUS CES ÉLÉMENTS JOUENT SUR NOTRE MORAL ET NOTRE DYNAMISME. QUE FAIRE EN CAS DE MANQUE D'ÉNERGIE ? VOICI QUELQUES CONSEILS FACILES À SUIVRE POUR BOOSTER SES DÉFENSES IMMUNITAIRES, ET PRÉSERVER SON TONUS EN PÉRIODE HIVERNALE !

LISA BEYS



« MANGER ÉQUILIBRÉ EST LA PREMIÈRE RÈGLE POUR LUTTER CONTRE LA FATIGUE »

SE SENTIR FATIGUÉ...

Dormir au minimum huit heures par jour et pratiquer une activité physique de faible intensité vous permettra d'évacuer les tensions et le stress, sans aggraver votre état de fatigue.

Attention toutefois ! Ces symptômes ne sont pas à prendre à la légère. Une fatigue persistante doit vous inciter à consulter votre médecin afin d'en rechercher la cause.

ET SI TOUT SE JOUAIT DANS L'ALIMENTATION ?

On sait aujourd'hui que l'alimentation joue un rôle primordial dans la vitalité. Manger équilibré est la première règle à suivre pour lutter contre la fatigue, et apporter à votre organisme tous les nutriments et l'énergie dont il a besoin. Inutile de vous tourner immédiatement

vers les vitamines et les compléments alimentaires : ces derniers sont inutiles si, en parallèle, on mange mal, trop ou insuffisamment ! Chaque repas est important. Il faut les prendre à heure régulière, dans le calme et surtout en prenant son temps.

MISEZ SUR L'ORANGE !

Optez pour un petit-déjeuner substantiel, indispensable pour commencer la journée du bon pied après le jeûne de la nuit. La vitamine C est le premier réflexe en cas de baisse de tonus : l'aliment anti-fatigue par excellence est certainement l'orange. Grâce à sa forte teneur en vitamine C (39,7mg/100g), ce fruit vous redonnera de la vitalité rapidement.

UN PETIT-DÉJEUNER COMPLET

Complétez avec du pain ou des céréales complètes, riches en glucides à diffusion lente, permettant d'éviter les coups de fatigue de fin de matinée. Vous avez aussi besoin d'énergie, ajoutez un peu de beurre et de miel et un produit laitier qui vous apporteront calcium et protéines.

N'oubliez pas une tasse de café ou de thé, pour leur effet stimulant et leurs propriétés anti-oxydantes. Ce petit déjeuner équilibré et complet vous procurera un sentiment de satiété plus durable qu'une viennoiserie trop grasse engloutie à la va-vite.

BOIRE BEAUCOUP D'EAU !

L'eau est essentielle si vous voulez être en pleine forme, vous devez donc toujours vous assurer d'en boire suffisamment, au moins deux litres par jour ! En outre, l'eau a un effet drainant, qui vous aidera à vous sentir plus léger.

TRAVERSER SEREINEMENT L'HIVER

Pour le déjeuner et le dîner, l'équilibre est encore la règle. Vous pouvez associer quelques crudités, des légumes cuits ou du potage qui vous apporteront vitamines, minéraux et fibres, à de la viande, du poisson ou des œufs constituant un apport en protéines.

Une tranche de pain complet ou des féculents (céréales complètes, quinoa, ou légumes secs) vous apporteront les minéraux nécessaires, un produit laitier du calcium et un fruit frais de la vitamine C. Un peu d'huile permettra de couvrir vos apports en acides gras essentiels oméga 3 (huiles de noix et colza et poissons gras : saumon, thon, sardine, etc.) et oméga 6 (huiles de noix, tournesol, soja, pépins de raisins).

LIMITER LE GRAS ET LE SUCRE

Les repas trop copieux et riches en graisses fatiguent l'organisme, le forçant à constituer des réserves. En effet, l'organisme a besoin de sucre, mais pas trop. Les aliments à index glycémique élevé (sodas, sucreries, chocolats, biscuits) font monter brusquement le taux de glucose dans le sang. En retour, l'organisme répond immédiatement en produisant de l'insuline. À force, le pancréas (organe producteur de l'insuline) se fatigue, et un sentiment permanent d'épuisement peut s'installer. Il est donc nécessaire de limiter les aliments très sucrés, surtout entre les repas. Privilégiez les céréales complètes non raffinées.

Comment parler de sexe avec son ado ?

CHRIS MICK

IL EST LOIN LE TEMPS BÉNI OÙ VOUS FAISIEZ DES PAPOUILLES À VOTRE ENFANT CONFORTABLEMENT INSTALLÉ SUR VOS GENOUX. VOICI VENU CELUI OÙ SES HORMONES SONT AU PLAFOND ET QUE COMME TOUS SES AMIS ADOS, IL A SON PORTABLE GREFFÉ À SA MAIN ET PEUT DONC ACCÉDER AU MEILLEUR (ET AU PIRE) DE CE QU'OFFRE LA TOILE. ON SE DIT DONC QU'IL SERAIT BIEN D'ABORDER CERTAINS SUJETS AVEC LUI, POUR PRÉVENIR, ACCOMPAGNER ET PROTÉGER. OUI, MAIS COMMENT ? VOICI QUELQUES PISTES.



« ACCEPTER DE NE PAS ÊTRE ARMÉ POUR EN PARLER NE CONSTITUE EN AUCUN CAS UNE FATALITÉ, PAR CONTRE, LE LAISSER SANS RÉPONSES POURRAIT AVOIR DE LOURDES CONSÉQUENCES SUR SA VIE D'ADULTE »

C'est en entendant une émission à la radio que Clémence a pris conscience que ses enfants avaient pu être confrontés à des images pornos. On y apprenait entre autres, que, selon une étude menée par le programme européen Saferinternet, ¼ des 9-16 ans auraient été exposés à des images pornographiques au cours des 12 derniers mois. Cette information délivrée par l'un des chroniqueurs suscita chez elle une première réaction consistant à penser « Pas les miens » avant d'en amener instantanément une autre « Et pourquoi pas les miens ? ». En effet, en quoi les enfants de Clémence bénéficieraient-ils d'une immunité face à ce constat ?

Sans imaginer qu'ils puissent croire aux cigognes, aux roses ou aux choux dans une époque ultra connectée, elle ne croyait pas devoir aborder ces sujets tout de suite avec ces deux ados âgés respectivement de 11 et 13 ans.

La question de la sexualité intervient finalement assez tôt dans la vie de nos enfants, puisqu'ils prennent conscience de la différence des sexes vers l'âge de 3 ans. Sauf que la question « pourquoi j'ai pas de zizi maman » ne nécessite peut-être pas autant de discussions que celles à venir. Et si vous testiez d'abord son niveau de connaissances en la matière ? Il sait à présent comment naissent les enfants, mais s'inquiète des changements de son corps. C'est peut-être l'occasion d'entamer le dialogue ? Il y a ceux qui préfèrent attendre les questions quand d'autres préfèrent les devancer. Peu importe, l'essentiel consiste à se sentir sûr de soi en tant que parent à propos d'un sujet qui peut sembler délicat voire gênant pour certains. Accepter de ne pas être armé pour en parler ne constitue en aucun cas

une fatalité, en revanche, le laisser sans réponses pourrait avoir de lourdes conséquences sur sa vie future. Si vous n'estimez pas être capable de faire face à ces interrogations, pourquoi ne pas le diriger vers un proche ou des ouvrages ou sites dédiés ? Le laisser avec ses doutes reviendrait à autoriser l'accès à des sources dont la fiabilité pourrait se révéler douteuse, voire carrément nocive. Abordons à présent le thème qui terrorise tous les parents d'ados, à savoir l'accès à la pornographie via le web. En ces temps digitaux, la tendance s'est inversée depuis l'époque vécue les adultes d'aujourd'hui. En effet, la plupart d'entre nous ont peut-être vécu une expérience sexuelle avant de découvrir des ouvrages spécialisés ou à caractère pornographique, dont les sources étaient tout de même limitées. À présent, c'est le contraire, si l'on en croit les professionnels, de nombreux jeunes visionnent des images parfois complètement inadaptées avant de connaître leur premier rapport. Si les filles semblent plus détachées et moins conditionnées par ces contenus, les garçons quant à eux auraient tendance à reproduire ce qu'ils y voient. Faut-il s'inquiéter de cet accès ultra facilité à la pornographie ? Et nous commençons par établir une différence entre visionnages volontaire ou non. Combien d'images apparaissent sur les sites de streaming ou des plateformes pourtant pas labellisées X ? Nous connaissons le poids de cette industrie en matière de recettes publicitaires, il n'est donc pas surprenant de voir s'afficher ces images de façon fortuite sur les écrans des ados. Le rôle des parents consiste à expliquer que le porno n'est qu'une représentation de la sexualité et que, bien souvent, il est totalement détaché de la réalité (nous

vous laisserons le soin de trouver les exemples adaptés !). Amélia a vécu l'expérience avec sa fille âgée de 14 ans qui un jour a fondu en larmes « parce qu'elle devait absolument lui avouer quelque chose de pas bien ». Elle lui a tendu son téléphone mobile et lui a montré cette vidéo qu'elle visionnait avec une amie. Soudain un message leur signifiant que la police viendrait les arrêter s'est affiché. La violence et la dureté des images avaient déjà fortement bouleversé la jeune adolescente qui s'était sentie démunie et perdue face à cette représentation de la sexualité dans laquelle l'amour et le respect de la personne n'occupaient aucune place. Mais l'idée de voir débarquer la police chez ses parents la terrorisait peut-être encore plus ! « Je n'aurais jamais imaginé parler porno avec ma fille devant un thé et des gâteaux au chocolat, pourtant, avec le recul, ce fut un moment décisif dans notre relation. Je lui dis toujours que je l'aimais fort, elle connaissait ma capacité d'écoute et soulignait souvent ma grande ouverture d'esprit. Pourtant, ce jour-là, je l'ai sentie désemparée devant mes questions. Bien sûr, je lui ai demandé ce qu'elle avait vu exactement, mais, surtout, si elle-même n'avait jamais eu de contacts avec des personnes douteuses évoluant dans le milieu ! Non, elle n'avait rien fait de tout cela, mais alors pourquoi la police ? En vérifiant, il se trouve que tout cela n'était qu'un spam ! Aucune raison d'avoir à faire à la police. » Ce que l'adolescente a compris lors de cette triste expérience, c'est qu'elle pouvait compter sur ses parents. Le climat de confiance avec ses proches, l'estime de soi et la capacité à exprimer ses émotions sont des éléments primordiaux pour un enfant qui l'aideront à se construire tout au long de



sa vie, et notamment lors de cette période charnière que représente l'adolescence. Poils, boutons, quête de style (parfois improbables) compliquent le rapport à l'intimité et ne simplifient pas toujours le dialogue. Encore une fois, le rôle des parents consiste à renvoyer une image positive du corps et à lui faire saisir l'être qu'il est au-delà des apparences. L'important réside dans le fait de se forger une personnalité aimable, ce qui favorisera aussi ses rapports aux autres. L'amour fait partie intégrante de ce discours, il ne se résume en aucun cas à la pénétration! Il doit comprendre la signification de l'acte sexuel, savoir que l'on ne fait pas n'importe quoi avec n'importe qui, qu'on ne joue pas avec les sentiments des autres. Les images pornographiques doivent être replacées dans leur contexte, c'est-à-dire éloignées de la réalité. Le stéréotype de la domination masculine, les sexes énormes et du plaisir instantané bouleversent les rapports filles-garçons, nos ados ont aussi envie de croire en une véritable histoire d'amour où les sentiments prévaudront sur les pulsions. L'éducation sexuelle a pour but de répondre à toutes leurs questions, même celles qui semblent farfelues. C'est l'occasion aussi d'aborder

le fonctionnement de l'autre sexe, des différentes orientations sexuelles, des notions de désir et de plaisir, mais en insistant souvent sur le respect de soi et de l'autre. Même à l'adolescence, il est utile de répéter que le corps est un «espace privé», et que l'on ne doit jamais accepter un geste ou un acte contre sa volonté. Lequel des parents répond le plus souvent aux questions? Il n'existe pas de règle, même si dans la plupart des cas, les filles s'adressent à leur mère et les garçons à leur père. Tout dépend le degré d'intimité, certaines mamans se sentent tout à fait à l'aise avec leur fils sur le sujet. Toutefois, on garde à l'esprit que la place des parents se trouve dans la prévention et non dans le partage des expériences. Discuter de ce sujet n'implique en aucun cas la révélation de détails personnels. Savoir s'il a déjà eu un rapport sexuel, quand et avec qui ne vous regarde pas. Vous êtes un «fournisseur d'explications» face aux questions, votre rôle s'arrête là. Carole a dû faire face à une situation pour laquelle elle ne s'était pas préparée quand son fils lui a demandé s'il pouvait amener sa copine pour dormir à la maison. En d'autres termes, cela signifiait «puis-je le laisser faire l'amour sous mon toit?» Si certains parents

acceptent que ces ébats se déroulent dans un espace protégé plutôt que dans un lieu inconnu, d'autres refusent catégoriquement d'être témoins indirects de cette expérience. C'est le cas de la maman qui nous affirme très clairement que «cela n'est pas une affaire de famille! Si je ne suis pas là, ils font ce qu'ils veulent, mais j' imagine mal être séparée par un simple mur du lit dans lequel se déroulent leurs bats! Après tout, nous avons tous testé des lieux insolites.» C'est pour elle une question de respect de l'intimité de chacun, mais aussi un pas vers l'autonomie. Pour certains psychologues, autoriser les enfants à faire l'amour dans leur lit d'enfant n'est pas un service à leur rendre. Ils y voient au contraire une manière pour les parents de conserver une main mise sur eux sous couvert d'une protection. En réalité, même à 18 ans, un adolescent n'en a pas peut-être pas complètement fini avec son Édipe et faire l'amour chez ses parents ne contribuera pas à sa construction. La communication et la prévention demeurent les fondamentaux, bien avant l'idée de savoir si oui non vous accepterez d'autoriser votre ado à dormir chez vous avec son amoureux. C'est la relation de confiance que l'on aura bâtie qui fera qu'on pourra les laisser vivre leur vie... Loin de nous.

À lire

→ *L'encyclo des filles.*

Sonia Feertchak (textes), Catel (dessins).

C'est tout simplement le livre de référence qui accompagne les adolescentes depuis 15 ans en répondant à leurs questions de façon juste et sans drame.

Le contenu? 300 entrées classées par ordre alphabétique pour balayer tout ce qui les touche: amour, famille, école, santé, société...

Toutes les infos sont cautionnées par des professionnels (médecins, pédopsychiatres, juristes, nutritionnistes...

→ *Sexe sans complexe.*

Bérangère Portulier et Frédéric Rébéné - Éditions Actes Sud.

Il ne s'agit pas d'un manuel, mais d'une véritable réflexion pour débiter sa sexualité.

Il aborde les sujets de la masturbation, du désir, des préliminaires...

Les conseils pertinents sont adaptés aux jeunes d'aujourd'hui. Plutôt destiné aux lycéens.

FOR KIDS

Labo TipTipTaps - Écouter et imiter



Les Rotondes invitent les duos enfant-parent à expérimenter le monde musical avec des claves, des clochettes et d'autres instruments facilement maniables. Le but de ce Labo est d'apprendre aux tout-petits à appréhender la musique avec leurs sens (tactile, visuel, auditif) et de leur faire découvrir toutes sortes de rythmiques, de mélodies et de tempos. Le travail musical a été pensé pour permettre le renforcement des liens entre parent et enfant. L'artiste et pédagogue Catherine Hengesch base son approche sur une théorie d'Edwin Gordon

(Rhythm Pattern) et les compilations de musique Djingalla.

Informations et réservations :

- ➡ **Âge : de 6 mois à 2 ans et adultes**
– en langues luxembourgeoise et française
- ➡ **Cinq lundis matin entre le 05.11. et le 03.12.18**
 - > groupe 1 >09:30-10:15
 - > groupe 2 >10:30-11:15
- ➡ **Tarif : 50 €**
(par duo pour l'intégralité des séances)
- ➡ **www.rotondes.lu**

NEW

Dans le cadre de Design City LX Festival / Beyond the New, le Mudam organise des workshops pour les Mudaminis, de 6 à 12 ans (deux groupes). Guidés par Steve Gerges, ils pourront réaliser différentes expérimentations autour des objets du Centre Formida, centre de recyclage créatif.

➡ Informations et réservations :

- > **15.11.2018, 14h30, 9-12 ans**
- > **22.11.2018, 14h30, 6-8 ans**
- Aucune expérience requise,**
- pas de matériel à apporter**
- Min. 3, max. 12 participants - 8€ / session**
- Sur inscription : mudamini@mudam.lu**



LE MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE DU LUXEMBOURG ABONNE TOUS SES ÉTABLISSEMENTS DU SECONDAIRE À EDUC'ARTE



Le ministère de l'Éducation nationale du Grand-Duché de Luxembourg et ARTE ont le plaisir d'annoncer que l'ensemble des établissements luxembourgeois du secondaire sont désormais abonnés à **Educ'ARTE**, le service éducatif de la chaîne culturelle européenne. Tous les enseignants et élèves pourront utiliser cette ressource numérique pluridisciplinaire dès aujourd'hui et pendant trois ans.

Ils ont ainsi accès à un **catalogue de plus de 1000 programmes d'ARTE**, dont la valeur éducative est reconnue depuis longtemps (Le Dessous des Cartes, Karambolage, etc.). Ces contenus sont disponibles **en français, en allemand et en anglais** pour favoriser l'apprentissage des langues et développer le multilinguisme. Des outils simples et pratiques permettent également aux enseignants et aux élèves de travailler sur les vidéos pour se les approprier en classe ou à la maison. Des formations seront organisées tout au long de l'année, en coordination avec le ministère de l'Éducation nationale, pour aider les enseignants à utiliser le service.

Le ministre de l'Éducation nationale luxembourgeois, Claude Meisch, se réjouit de cette formidable ressource pédagogique dont bénéficient désormais les élèves et les enseignants du secondaire. D'une part **Educ'ARTE contribue à promouvoir des méthodes d'enseignement et d'apprentissage innovantes**, fondées sur des contenus de qualité.

D'autre part, l'accès à des ressources en plusieurs langues répond parfaitement au contexte plurilingue et multiculturel des classes de l'école luxembourgeoise. Avec ce nouveau partenariat, **Educ'ARTE** accélère son développement européen : ce sont ainsi plus de 500 établissements qui ont aujourd'hui accès au service en France, en Allemagne et au Luxembourg. À la fin de leur scolarité, ces élèves disposeront de connaissances à dominante culturelle, imprégnées des valeurs européennes d'ouverture et de tolérance. ARTE souhaite ainsi rendre la culture accessible à tous les jeunes, quelles que soient leurs origines sociales ou géographiques.



PALLCENTER

NATURELLEMENT DIFFÉRENT

L'UNIVERS ENFANTS

SUR 1500 M²



Naître



S'ouvrir



Apprendre



Découvrir



S'émerveiller



Grandir



S'amuser



Voyager



S'émanciper

NOUS VOUS CONSEILLONS ET VOUS ACCOMPAGNONS PAS À PAS,
DE LA NAISSANCE À L'ADOLESCENCE

OBERPALLEN • ouvert 7/7

© pallcenter.lu

f facebook.com/pallcenter

© instagram.com/pallcenter



L'Hypnose et l'auto-hypnose pour soulager la douleur, ça marche !

Philippe Pencalet - Albin Michel

Douleur chronique (mal de dos, fibromyalgie, migraine, arthrose, névralgies...) ou aiguë (soin dentaire ou médical, accouchement, règles douloureuses...) : saviez-vous qu'il est possible d'en venir à bout à l'aide de techniques naturelles ? Le Dr Philippe Pencalet, neurochirurgien, nous explique comment, par l'hypnose et l'auto-hypnose, nous pouvons modifier la perception d'un message douloureux et réduire l'intensité de la douleur jusqu'à la supprimer. Le plus souvent, quelques séances suffisent et les résultats sont durables.

Complémentaire des antidouleurs, l'hypnose permet très souvent d'en réduire les doses et de diminuer leurs effets indésirables. Grâce à des exercices d'auto-hypnose et à des conseils adaptés à chaque type de douleur, le Dr Pencalet nous aide à puiser en nous les ressources nécessaires à la maîtrise de notre propre douleur.



On aime comme on a été aimé ?

Didier Pleux - La Musardine

Psychanalystes et grand public ont tendance à adhérer pleinement à l'adage selon lequel « tout vient de l'enfance ». Cette croyance conduirait à l'idée qu'on aime forcément comme on a été aimé, que si l'on n'a pas connu le plein amour parental ou que l'on a au contraire été excessivement choyé, on aura du mal à vivre une relation de couple harmonieuse.

L'auteur, tout en reconnaissant la force des empreintes laissées par le passé affectif, s'élève contre ce déterminisme et montre que rien n'est inéluctable. S'appuyant sur de très nombreuses paroles de patients qui prouvent, mieux qu'un long discours, qu'on peut surmonter ses problèmes d'enfance et construire un amour adulte, en dépassant les exigences infantiles, ce livre offre une vision novatrice des relations de couple et redonne espoir en la construction d'une relation pérenne.



La Révolution féministe

B.J. Morris & D.M. Withers

À l'ère du #MeToo et de la libération de la parole des femmes, c'est toute la société qui semble se remettre en question : célébrités, militantes ou inconnues s'expriment. L'occasion, 50 ans après, de rendre hommage au grand mouvement féministe. La Révolution féministe revient sur l'histoire de ces combats, celui pour les droits civiques et pour la contraception, bien sûr. Mais la richesse de ce livre est de mettre en lumière les différents mouvements à travers le monde, et d'évoquer toutes les luttes, comme celle des Afro-Américaines et plus généralement des femmes noires, aussi bien que l'enjeu que constitue la place des femmes dans les arts. Au delà des luttes pour les droits des femmes, on revient aussi sur leurs prises de position dans des moments importants de l'Histoire avec par exemple les « peacemakers » pendant la guerre du Vietnam. Un très beau livre qui tombe à point nommé pour nous rappeler que nous pouvons faire bouger les choses !



L'Anti-mythe alimentaire

F. De Le Rue & E. Tissier - Albin Michel

Gourmande et un peu rebelle, j'en ai ras le bol des régimes, des « il faut », « je tu dois » et de toutes les recommandations dictées puis contredites par je ne sais plus qui. Tout le monde donne son avis ! Équilibre alimentaire, sucre, légumes, gras, féculents, protéines, régimes, hydratation, produits laitiers... j'en ai avalé des croyances !

Aujourd'hui, et je n'ai pas envie de les transmettre à mon entourage. J'ai décidé de décortiquer tout ça et de faire la part des choses. Pas facile ? Mais qui a décrété que manger ne pouvait pas être un jeu ? Avec moi, expérimentement, prends les chemins de traverse, découvre mes recettes #simplesetfunky, mes astuces et mes inspirations pour trouver ta propre voie vers l'équilibre alimentaire. Halte aux complexes ! Cap sur le 100% plaisir !



Je suis un flexi-terrestre

Thierry Delperdange - Image publique Éditions

Délicieusement bienveillant et optimiste, à l'image de son auteur, ce livre a tout pour plaire. Léger dans la forme et puissant dans le fond, il invite le lecteur curieux de lui-même et du monde qui l'entoure à un questionnement aussi subtil qu'efficace. Chapitre après chapitre, l'auteur interroge nos croyances, nos valeurs, nos manières de communiquer, nos objectifs, mais également notre spiritualité. Au fil d'explications théoriques, de jolis textes plus poétiques, de récits de vie et d'invitations à la réflexion, notre vision de nous-mêmes se clarifie, notre compréhension des autres et du monde s'assouplit. Thierry Delperdange nous apprend qu'à l'aide d'outils qui ont fait leurs preuves, mais aussi en explorant nos ressources intérieures, qu'il nous invite à découvrir, nous pouvons devenir notre propre coach, agrandir notre champ des possibles. Être ou devenir un flexi-terrestre ne tombe pas du ciel. Les pieds ancrés au sol, il s'agit de s'autoriser un regard bienveillant sur soi-même, un regard résolument confiant sur l'avenir.

Wanted

— POMME DE REINETTE ET POMME D'API —

ON UPGRADE LE VESTIAIRE DE NOS KIDS EN AJOUTANT
UNE TOUCHE DE VERMILLON À TOUS LES LOOKS.

BÉRET, DOUDOUNE, ROBE OU PULL DOUDOU,
NOS CHÈRES TÊTES BLONDES VONT VOIR LA VIE EN ROUGE!



→ Bonton



→ Du Pareil au Même



→ Givenchy



→ Givenchy



→ Deuf NYC



→ Pepe Jeans



→ Hello Simone



→ Scotch & Soda

Les blocages de l'écrit

L'ART DE COMPOSER UN TEXTE N'EST PAS UNE MINCE AFFAIRE SI L'ON CONSIDÈRE TOUTES LES CONTRAINTES IMPOSÉES LORS DES SUJETS DE RÉDACTION. SE METTRE À ÉCRIRE, MÊME POUR UN ADULTE INTELLECTUELLEMENT DOTÉ DES OUTILS ADÉQUATS, EST TOUJOURS ENVISAGÉ AVEC UNE CERTAINE APPRÉHENSION. MAIS POURQUOI EST-CE SI DIFFICILE D'ÉCRIRE ?

VALÉRIE THÉVENIAUT



Écrire, c'est un peu comme se lancer dans le vide. Il faut à la fois livrer ses idées, les organiser, suivre un plan, formuler des phrases correctes, avoir du style, utiliser des procédés précis et rester vigilant sur l'orthographe. Entre la peur de l'échec, celle de la page blanche, l'autocensure et le perfectionnisme, les freins sont nombreux et les blocages fréquents en milieu scolaire. Bien maîtriser l'écrit s'apprend et suppose la conscience des actions à enchaîner, de l'organisation et un peu de lâcher-

prise. « Aux grands mots, les grands remèdes », il est donc temps de dégager quelques stratégies pour dépasser ces blocages sans jeux de mots.

01 ÉCOUTER SA PETITE VOIX INTÉRIEURE

Les pensées qui vous habitent avant d'écrire ou pendant l'écriture conditionnent votre motivation, votre concentration et votre persévérance. « Je ne suis pas écrivain, moi ! », « Je suis

nul, j'ai trop peur qu'elle le lise devant tout le monde » ne vous conduiront qu'à vous persuader qu'écrire ne sert à rien et à entretenir votre stress et votre blocage. Si vous décidez de passer à l'action, parlez-vous comme le ferait un entraîneur sportif ou votre meilleur ami. Lâcher prise avec vos démons intérieurs vous fera le plus grand bien ! C'est vous et vous-même qui vous vous autoriserez à démarrer ce travail d'écriture. Soyez gentil avec vous-même, encouragez-vous ! Qui, mieux que vous, saurait le faire ?

« LE BLOCAGE EST CONFORTABLE, IL VOUS ÉVITE DE VOUS CONFRONTER À LA CRITIQUE, À L'ÉCHEC, MAIS AUSSI AU SUCCÈS »

02 IDENTIFIER LES MOMENTS DE « NON-BLOCAGE », CE QUI FONCTIONNE POUR VOUS

Quels sont les moments où le blocage ne se manifeste pas ? Dans d'autres disciplines, à d'autres endroits, d'autres moments ? Où vous sentez-vous en réussite ? Identifiez ce qui a été efficace lors de ces moments de productivité et notez toutes les conditions qui ont rendu possible cette réussite : le lieu, l'ambiance, les émotions, l'envie... Pour ressentir de la satisfaction face à un travail, vous pouvez reproduire ces conditions qui vous ont fait avancer et faire taire votre petite voix intérieure destructrice et inutile. Seule la conscience de ces moments d'efficacité vous rendra service. Pour les plus jeunes, il sera utile de leur rappeler leurs premiers parcours à vélo ou une performance sportive, artistique. La réponse fusera aussitôt : « Mais ce n'est pas pareil ! » À vous, parents de leur permettre de se souvenir combien c'était a priori difficile, qu'ils y sont parvenus et par quels moyens. Nous avons des ressources partout autour de nous, mais surtout en nous, dans nos souvenirs. Les blocages n'auront plus leur place si vous prenez l'habitude de mobiliser vos souvenirs moteurs.

03 CRÉER DES HABITUDES D'ÉCRITURE, UNE RÉGULARITÉ INSCRITE À L'EMPLOI DU TEMPS, MAIS PAS N'IMPORTE COMMENT

« Un truc pas drôle, je dois le faire tout le temps ? ». Bloqué tu es, bloqué tu resteras ! Il est certain que, vu sous cet angle, l'exercice semble contre-productif. Alors, comment créer des habitudes qui donneront envie de se mettre à écrire ?

➡ **D'abord le sujet :** pas de sujet. L'inspiration n'est même pas requise. Sentez-vous libre d'écrire ce qui vous passe par la tête sans contraintes orthographiques ou syntaxiques. Même si cela vous semble confus au départ, les idées deviendront plus claires et plus organisées au fil du temps.

➡ **Ensuite la durée :** ce que vous pouvez supporter, pas plus. Faites des pauses et continuez si vous le pouvez. Par contre, notez-la et augmentez-la progressivement, comme pour un entraînement sportif.

➡ **Enfin, la relecture :** sans jugement. Pas d'autocensure ni de critiques à votre égard. Souvenez-vous, soyez gentil avec vous-même. Il ne s'agit pas de décrocher le Prix Goncourt, mais de débloquer une redoutable paralysie.

Les idées viennent en écrivant. Acceptez-les, même pêle-mêle, vous les trierez et les organiserez dans une deuxième phase.

04 SE FIXER DES OBJECTIFS RÉALISTES

Un vocabulaire simple, des phrases courtes sont à privilégier dans un premier temps. Le réalisme consiste à se donner les moyens d'une rééducation : pas à pas, mais régulièrement. Si, chaque jour, vous décidez de consigner vos pensées sur un carnet ou tout autre support, c'est gagné ! Vous serez en train de prendre l'habitude d'écrire. Donc premier objectif réaliste : prendre l'habitude d'écrire. Le deuxième découle du premier : écrire sans cadre, sans jugements, sans perfectionnisme. Le mieux est souvent l'ennemi du bien. Puis, se fixer soi-même des thèmes : mes vacances, mes rêves, mes envies, mes amis, mes parents, ce que je n'arrive pas à dire... Cette phase atteinte, vous sentirez le plaisir de la plume et l'envie de prospecter des sujets plus vastes ou plus intimes. Le voyage ne fait que commencer, c'est garanti !

05 NE PLUS AVOIR PEUR ET ESSAYER FACE À UN THÈME OU UN SUJET IMPOSÉ

Arrivé à cette étape, voici ce que vous savez faire :

- ➡ Écrire librement et régulièrement
- ➡ Trier et organiser vos idées par thèmes
- ➡ Formuler vos idées en phrases complètes et structurées
- ➡ Relire et corriger

Il vous reste à améliorer certaines tournures, placer quelques transitions ou liaisons entre vos phrases, vérifier l'orthographe et vous assurer de répondre à la consigne donnée. Facile, non ?

« Ne plus avoir peur » peut donc se traduire par « avoir envie d'améliorer ce que l'on sait faire », une vision moins réductrice de vos capacités, constructive même.

Le sujet imposé n'est qu'un cadre donné par quelqu'un d'autre, mais vous savez ce qu'est un cadre maintenant. En fait, l'acte d'écriture peut être vécu comme un jeu de piste dont vous seriez le héros.

Le blocage est confortable, il vous évite de vous confronter à la critique, à l'échec, mais aussi au succès. Le meilleur moyen de surmonter votre peur est de commencer. Et si vous osiez ?

À découvrir

➡ Deux sites pour jouer avec les contraintes d'écriture : oulipo.net et a-cartable-ouvert.eklblog.fr

➡ « L'atelier de la bande dessinée » avec Hergé, Tome 2 *J'apprends à raconter une histoire, un livre plein d'astuces pour découvrir les règles de la narration*

➡ « La fabrique à histoires » de Bernard Friot, un livre-coffret ingénieux et ludique pour se lancer dans l'écriture.

UN DRESSING *parfait*



© JRea

VÉRITABLE INCONTOURNABLE DU RANGEMENT, ON PENSE TROP SOUVENT QUE LE DRESSING EST UN LUXE: DÉPENSES INUTILES, ESPACES GÂCHÉS ET DÉBAUCHE D'ÉNERGIE POUR L'AMÉNAGER.

NOUS TENTONS, CE MOIS-CI, DE VOUS PROUVER LE CONTRAIRE!

AMÉNAGEMENT D'UN SIMPLE PLACARD, TRANSFORMATION DE PETITS ET GRANDS ESPACES, MAIS AUSSI COUPS DE CŒUR DÉCO ET MOBILIER, VOICI NOS CONSEILS ADAPTÉS À TOUS LES BUDGETS POUR UN DRESSING PARFAIT!

AURÉLIE GUYOT

UNE BONNE DOSE D'ORGANISATION

Par définition modulable, un dressing répond à toutes les envies et tous les espaces. À chaque besoin répond une solution: d'une implantation classique à un aménagement sous les combles, d'une petite niche à une pièce entière...

Sur-mesure, d'angle, ouvert, encastré... bref, impossible de ne pas trouver son bonheur. Mais attention, car il ne suffit pas de poser une tringle et d'y caser quelques étagères! Un dressing parfait doit se fondre dans le décor, chaque centimètre doit être réfléchi et optimisé, et si cette pièce doit savoir se faire oublier, elle doit aussi rester un élément de déco à part entière.

Commençons par tordre le cou aux idées reçues: nul besoin d'avoir à disposition une pièce dédiée pour créer un dressing digne de ce nom! Trois mètres carrés suffisent pour envisager sa conception, tandis que l'aménagement d'un placard exige une profondeur et une largeur de seulement un mètre.

Pas de contrainte côté hauteur, des tringles ou des systèmes de rangements malins offrent autant d'astuces pour répondre à toutes les problématiques.

Vous l'aurez compris... Plus que l'espace, c'est l'organisation qui prime! Un dressing, aussi petit soit-il, doit être pratique et bien pensé. On vous conseille de le diviser en plusieurs zones:

→ Un espace-penderie:

comptez un mètre linéaire pour dix vêtements. Choisissez la tringle adéquate (simple ou double, télescopique ou encore sur mesure. Petit bonus, on a repéré les très jolis cintres métalliques Madame Stoltz, pour suspendre vos chemisiers de façon stylée.

→ Un espace dédié au rangement des accessoires:

lingerie, mais aussi foulards, ceintures voire cravates, doivent eux aussi être soigneusement rangés. Rien de plus simple, les professionnels ont pensé à tout: tiroirs coulissants et compartimentés, mini-tringle pour écharpes, porte-cravates... Et on aime aussi beaucoup cette petite astuce gain de place et déco, qui consiste à rouler ses foulards puis les disposer dans des jolies corbeilles imprimées!

→ Un espace réservé aux étagères:

on n'a pas encore trouvé mieux pour y ranger nos piles de tee-shirts et petits pulls.

La meilleure solution reste de demander des planches sur mesure, qui se glissent parfaitement dans votre dressing, du sol au plafond. Prenez garde à ne pas trop espacer vos rayonnages (15 cm suffiront).

→ Et enfin, un espace réservé aux chaussures:

si l'espace vous semble trop juste, rapatriez votre collection dans un meuble adapté, plutôt situé dans votre entrée. Sinon, installez des caissons de rangement ou des tringles si vous souhaitez exposer vos plus beaux stilettos.

« 3M² SUFFISENT POUR ENVISAGER LA CONCEPTION D'UN DRESSING PARFAIT »





UNE POINTE DE DÉCO

Un dressing malin et bien rangé, c'est bien. Un dressing malin, bien rangé et bien décoré, c'est mieux! L'objectif est d'éviter le côté 'pas fini' et impersonnel des étagères blanches et des équerres métalliques. Motifs et couleurs vous permettront facilement d'apporter de la personnalité, et le papier peint est notre solution 'easy-déco' idéale. Choisissez un modèle assez chargé, fort en caractère, qui saura se deviner derrière les piles de vêtements. Nous vous recommandons les très belles collections Cole and Son, originales et trendy à souhait. Outre habiller votre dressing, la pose de quelques lés de papier peint permet aussi de délimiter visuellement l'espace. Le rose poudré reste la couleur star de la saison, notamment associée à des éléments de laiton doré, à décliner en triangles, cintres et patères. Si cette version vous semble trop féminine, optez pour un joli bleu nuit... Vous ne vous en lasserez jamais! Côté motifs, on adore l'esprit boudoir des losanges et des plumeaux art déco, parfait dosage entre style, élégance et discrétion. Vous pouvez même opter pour un total look et tapisser vos étagères et portes de placards, pour renouveler les modèles au grès de vos humeurs et envies. Pour les matières, préférez le bois pour son côté chaleureux et authentique, et complétez avec des touches de textiles soyeux et sensuels: rideaux effet soie, gros coussins en velours sur le sol... Poursuivez cette accessoirisation, et achevez votre décor en sélectionnant quelques petits objets et petits mobiliers. Un tapis berbère confortable et douillet pour choisir vos tenues en douceur, un petit tabouret vintage pour y déposer votre sac à main, un grand miroir pour admirer vos looks, un nouveau paravent pour préserver le mystère... Joignez l'utile à l'agréable, l'essentiel reste de se faire plaisir!

Pratique, adaptable et esthétique, voici les maîtres-mots du dressing réussi. N'hésitez plus... Vous pourrez très bientôt vous vanter de posséder un dressing parfait!



→ *Penderie,
Rien à cirer*

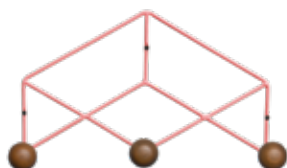


→ *Garde-robe,
Madam Stoltz*

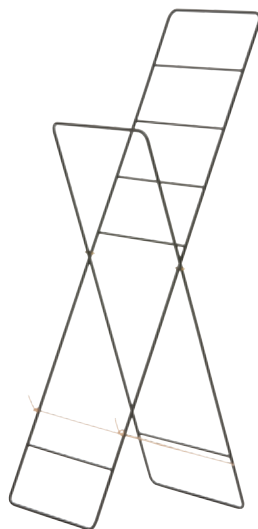
Actu

→ L'ADAM (Musée du Design de Bruxelles) propose une expo comme on les aime, imaginée pour éveiller nos enfants et les aider à se forger leur propre goût et sensibilité. *Play The Game* raconte l'histoire des objets de Kartell, à travers une sélection d'articles importants par leur aspect innovant : plusieurs objets domestiques des années 1950, les premiers produits en plastique à faire leur apparition dans les foyers, la première chaise au monde en polyéthylène conçue par Marco Zanuso, la version miniature de la chaise Louis Ghost de Philippe Starck et le cheval à bascule transparent créé par le designer japonais Nendo seront notamment exposés. L'espace d'exposition propose deux itinéraires différents, un pour les adultes et un autre pour les enfants, qui forment des routes parallèles et complémentaires. Tout le monde y trouvera son compte ! ***Play The Game*, en collaboration avec le Kartell Museo (Milan, Italie). Jusqu'au 27 janvier. Plus de détails sur www.adamuseum.be.**

En Images



Patère © Kann Design



Valet © Ferm Living



Casiers de rangement © Tólix



Boîte de rangement © Ostaria



MIWWELTREND



CREATION DE MOBILIER

7. Zone industrielle Riesenhaaff, 8821 KOETSCHETTE

Tel : 26.67.05.88 - info@miwweltrend.lu

WWW.MIWWELTREND.LU

Luxe, calme et volupté



AM.PM

L'HIVER SERA COSY OU NE SERA PAS!
RETOUR EN FORCE DU VELOURS CETTE SAISON,
QUI INSUFFLE DOUCEUR ET PROFONDEUR À VOTRE VESTIAIRE
COMME À NOS INTÉRIEURS. ON L'AIME POUR SES NUANCES
MOIRÉES, SON TOUCHER TOUT DOUX
ET ENCORE PLUS POUR SON ÉLÉGANCE RACÉE!

SARAH BRAUN



La Redoute Intérieurs



Inspiration rococo pour ce buffet
aux allures festives.

IBRIDE



Coup de cœur pour l'imprimé décalé !
→ **IKEA**



Le fauteuil œuf rehaussé
de velours grenat.
→ **BLOOMINGVILLE**



Le velours sait aussi se faire graphique.
→ **GABRIELLE PARIS**



La Redoute Intérieurs



Le velours et le laiton doré :
le mix gagnant de la saison.
→ **MAISON SARAH LAVOINE**



Une peau de bête très arty.
→ **POLS POTTEN**



L'or est résolument le meilleur ami du velours.
→ **GUBI**



Un tapis moelleux à souhait,
parfait pour cocooner !
→ **SCAPA**



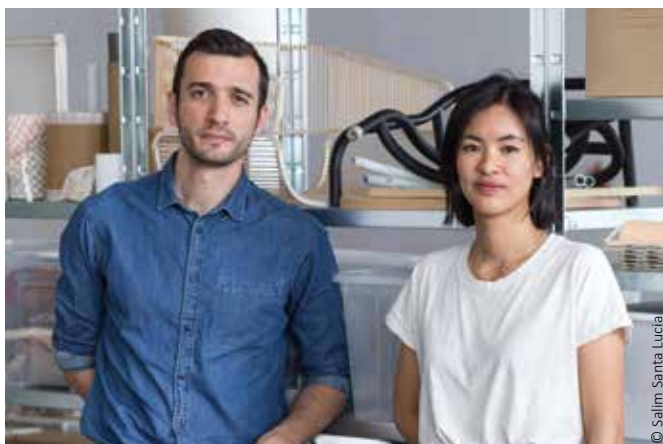
Un fauteuil aux courbes féminines et douces.
→ **ENOSTUDIO**

DUO DE TALENTS

AMANDINE CHHOR ET AÏSSA LOGEROT

COMME IL NOUS TARDAIT DE VOUS PRÉSENTER NOTRE DERNIER COUP DE CŒUR! VOICI AMANDINE CHHOR ET AÏSSA LOGEROT, DUO TOUCHE À TOUT ET TALENTUEUX, QUI A SU S'IMPOSER DANS L'UNIVERS DU DESIGN FRANÇAIS CONTEMPORAIN. À TRAVERS DIVERSES COLLABORATIONS ENTRE ARTISANAT ET INDUSTRIE, AMANDINE ET AÏSSA CRÉENT DES OBJETS ET PIÈCES DE MOBILIER QUI TENDENT À UNE JUSTESSE ENTRE FONCTION ET FORME, DURABILITÉ ET USAGE QUOTIDIEN. UN COCKTAIL GAGNANT!

AURÉLIE GUYOT



Fauteuil Orchid Edition

Chaise Dojo



Une de vos sources d'inspiration

Amandine : l'architecture, l'art et la sculpture en particulier, et les machines- outils.



Votre objet culte

Aïssa : la chaise Thonet 209.

Suivez toute l'actualité d'Amandine et Aïssa sur www.ac-al.com

« Nous nous sommes rencontrés à Olivier de Serres et sommes tous deux diplômés de l'ENSCI-Les Ateliers » commence Amandine. « Puis j'ai travaillé dans quelques studios, avant d'intégrer la Maison Hermès au département Innovation et à la direction artistique. » « J'ai pour ma part collaboré avec différentes agences de design et d'architecture, poursuit Aïssa. Et, en parallèle, nous avons développé des projets en collaboration avec des artisans au Cameroun, Cambodge et Maroc, et édité plusieurs pièces ensemble, avant de finalement lancer notre studio de création ! » Ce duo, qui se décrit comme « enthousiaste, passionné et exigeant » affirme sa volonté de dessiner des objets simples et fonctionnels, qui se distinguent par leurs détails et leur élégance, tout en étant capables de s'inscrire dans le temps. À l'image de leur fauteuil *Orchid*, à la silhouette simple, mais efficace, ultra désirable: ou encore leur chaise *Dojo*, éditée chez Petite Friture, furieusement dans l'air du temps. Bien qu'attachés aux tendances, Amandine et Aïssa s'intéressent davantage

aux contextes de production et aux possibilités des matériaux, afin de nous proposer des projets qui subliment la fonction d'usage à travers une esthétique minimaliste. Bref, pas de détail superflu ou de poudre aux yeux, juste l'essentiel ! Ils envisagent chaque projet et chaque collaboration comme un nouveau challenge. « Nous n'avons pas de projet favori, mais nous gardons un souvenir particulier de nos expériences à l'étranger avec les artisans », nous confie Amandine. Elle enchaîne avec ses sources d'inspiration, dont l'art, l'architecture et la sculpture, mais avoue faire assez peu de shopping déco... « On aime bien les brocantes, les puces, des marques comme Hay et Muji, sans oublier, bien sûr, les univers de nos collaborateurs. » Et que leur réservent les mois à venir ? Une collection d'accessoires de bureau, des objets pour Hermès, des recherches en céramique avec un artisan japonais, une collection de mobilier outdoor... la liste est longue... Et à la mesure de leur talent !

Votre produit fétiche dans votre salle de bains

Amandine : ma crème hydratante.



Votre pièce favorite dans votre dressing

Aïssa : mon manteau Hermès, souvenir de mes années dans cette Maison.

ARTO

La diversité parfaitement mise en scène.



GASPERICH

39, rue Jacques Stas
L-2549 Gasperich
Tél. 401 40 701
Ouvert du lundi au vendredi
de 8h à 17h

BERTRANGE

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

ESCH-SUR-ALZETTE

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

Nouveau
showroom

BÁNH MÌ AU TOFU CROQUANT

Ingrédients : 1 carotte moyenne (120 g) coupée en allumettes + 1 petit concombre libanais (100 g) coupé en deux, épépiné et coupé en bâtonnets + 3 radis rouges (45 g) pelés et finement tranchés + 125 ml de vinaigre de riz + 1 c. à s. de sucre de coco + ½ c. à c. de sel + 100 g de mayo vegan + 1 petite poignée de feuilles de coriandre fraîche + 1 piment vert long et frais finement tranché + 50 g de fécule de maïs + 300 g de tofu ferme coupé en 8 longues tranches + 2 c. à s. d'huile d'olive + 4 petits pains complets au levain longs (200 g) coupés en deux + 120 g de chou rouge râpé + sauce chili piquante selon votre goût + 1 poignée de feuilles de coriandre fraîche en plus + 1 poignée de feuilles de menthe fraîche.



- 01 Mettez la carotte, le concombre et le radis dans un saladier moyen. Versez le vinaigre sur les légumes. Saupoudrez avec le sucre de coco et le sel. Mélangez bien le tout.
- 02 Mixez, dans un robot ou un blender, la mayonnaise, la coriandre et la moitié du piment frais, jusqu'à obtention d'un mélange onctueux.
- 03 Versez la fécule dans une assiette. Passez le tofu dans la fécule et retournez-le pour bien le recouvrir. Faites chauffer l'huile dans une grande poêle à frire, à feu moyen-vif. Faites cuire le tofu, en le retournant, jusqu'à ce qu'il soit doré et bien chaud.
- 04 Égouttez les légumes et réservez le liquide extrait pour un autre usage (voir « astuces »).
- 05 Répartissez entre les pains le chou, les légumes aigres-doux, le tofu, la préparation à base de mayonnaise, la sauce chili, la coriandre supplémentaire, la menthe et le restant de piment frais.

ASTUCES Vérifiez que les pains sont bien sans produit laitier. Le liquide extrait des légumes aigres-doux peut être utilisé à la place du vinaigre pour les vinaigrettes. Vous pouvez le conserver dans un pot en verre, pendant plusieurs mois.



BELLE ET VEGAN, COLLECTION « BEAUX LIVRES » 130 RECETTES VEGAN

À base d'ingrédients non-transformés pour une nouvelle alimentation green.

Des recettes de petits déjeuners ultra healthy, salades et sandwiches à emporter nourrissants, des dîners savoureux et enfin des desserts ultra gourmands.

Un livre coloré, lumineux qui renouvelle l'approche du Vegan.

Belle et Vegan, + de 130 Recettes healthy pour se faire du bien, aux Éditions Marabout.

*Wine
lovers*



**Mélissa, sommelière
& Stéphane, responsable liquides,
vins et spiritueux chez cora concorde**



**GEWURZTRAMINER 2015,
CAVE DES VIGNERONS
DE PFAFFENHEIM,
CUVÉE ANCESTRUM**

Joyau de la Cave, cette cuvée magique ne voit le jour que les années exceptionnelles. Terroir, cépage et climatologie, à l'unisson de l'excellence, donnent alors un vin puissant, concentré et au fruit incomparable. Ces qualités lui ont valu de nombreuses distinctions dans les concours de dégustation.

**CÔTES DE PROVENCE ROSÉ 2017,
BERNE, « GRANDE RÉCOLTE »**

Ce rosé d'une robe très claire et brillante, dispose de jolies reflets tirant vers un ton abricot. Le nez est élégant, racé, avec des notes fleuries (freesia, pêche, abricot). La bouche est ample, fruitée à souhait avec beaucoup d'élégance. C'est une vraie gourmandise, idéale à l'apéritif.



Où le trouver ?

Cora concorde,
Centre commercial City Concorde
80 route de Longwy L-8060 Bertrange
www.cora.lu | [coracityconcorde](https://www.facebook.com/coracityconcorde)

cora
concorde



BOL DE MISO À LA CACAHUÈTE ET EFFILOCHÉ DE LÉGUMES D'HIVER

Ingédients : 1 jeune bulbe de fenouil (130 g) + 80 g de chou rouge, finement effiloché + 80 g de chou vert, finement effiloché + 1 betterave moyenne (150 g), pelée et coupée en allumettes + 400 g de jeunes carottes, épluchées et pelées en rubans + 45 g de cacahuètes non salées, torréfiées + 1 poignée de feuilles de menthe fraîche + 1 citron vert moyen (90 g), coupé en quartiers.

Vinaigrette miso cacahuète : 140 g de beurre de cacahuète « crunchy » + 70 g de miso blanc (shiro) + 2 c. à s. de sucre de coco + ½ c. à c. de zeste de citron vert finement râpé + 1 petit piment rouge frais, finement haché + 80 ml de jus de citron vert + 125 ml d'eau.

- 01 Préparez la vinaigrette miso cacahuète.
- 02 Tranchez finement le bulbe et les tiges du fenouil.
- 03 Répartissez le fenouil ainsi que les ingrédients restants dans les bols. Recouvrez de cacahuètes et de menthe. Servez accompagné de vinaigrette et de quartiers de citron vert.
- 04 Pour la vinaigrette miso cacahuète: Mixez tous les ingrédients, dans un robot ou un blender, jusqu'à obtention d'une texture homogène.

ASTUCES Utilisez une mandoline, à lame droite ou en V, pour un meilleur résultat lors de la découpe des légumes. Remuez le fenouil dans le jus de citron vert afin d'éviter qu'il ne noircisse si vous ne le servez pas immédiatement. Épepinez le piment si vous voulez qu'il soit moins fort.

IDÉES POUR SERVIR Pour un repas plus consistant, vous pouvez ajouter des tranches de tofu nature ou goût teriyaki.

À EMPORTER Lorsque vous voyagez, rangez la vinaigrette et les ingrédients de la salade séparément. Accommodez le tout au moment de servir.

CHRISTOPHE QUENTIN

LES JARDINS D'ANAÏS

CE MOIS-CI, DIRECTION LA VIEILLE VILLE DE LUXEMBOURG, OÙ LES JARDINS D'ANAÏS NOUS ONT OUVERT LEUR PORTE AFIN DE NOUS PRÉSENTER LEUR CHEF, CHRISTOPHE QUENTIN. NOUS AVONS BIEN SÛR PARLÉ GASTRONOMIE, ET IL NOUS A CONFIE UNE JOLIE RECETTE À TESTER SANS ATTENDRE.

MAGALI EYLENBOSCH



Christophe Quentin a grandi dans l'une de ces grandes familles où la grand-mère cuisine pour toute la tablée. C'est elle qui tout naturellement lui a mis le pied à l'étrille et dès l'âge de 11 ans, il savait déjà que c'était dans le métier de cuisinier qu'il allait s'épanouir. Pour faire ses armes, il passe par quelques maisons prestigieuses, notamment Taillevent, le Georges V et le Jules Verne, à Paris, Les Crayères à Reims ou Le Domaine Château du Faucon à Donchery. Enfin, il a fini par poser ses couteaux à Luxembourg et officie derrière les fourneaux aux Jardins d'Anaïs. Lorsqu'on lui demande de définir sa cuisine, il parle immédiatement de classicisme. Dans le bon sens du terme! Pas question de dénaturer le produit, même si, dans la présentation, il faut faire preuve de modernité. Le goût pour le goût, voilà son credo. Lorsqu'il fait une sauce champagne, c'est avec du vrai champagne, et, quand il sert un magnifique turbot, inutile d'en masquer la saveur en utilisant mille et une épices. Il respecte aussi les saisons. Pourquoi vouloir absolument manger des fraises en décembre, alors qu'elles ne sont pas savoureuses? Au menu, Christophe Quentin propose les meilleurs produits, à pleine maturité. La course aux étoiles, bien sûr, le fait rêver. En tout cas, il espère que, très prochainement, le célèbre petit guide rouge passera par Les Jardins d'Anaïs et lui permettra d'en décrocher une. Mais pour lui, l'essentiel reste le sourire du client qui a passé un bon moment à sa table.

De quel produit allez-vous nous parler?

La langoustine fait partie des grands classiques de la maison.

Comment les choisir?

J'ai la chance de travailler avec un excellent fournisseur, qui sait exactement ce que je veux. Je conseille aux lectrices de se rendre chez un bon poissonnier et de demander des langoustines 16/20, une taille parfaite puisqu'on va les cuisiner de deux façons. Nous allons d'abord faire des Ravioli pochés dans un consommé de crustacés au gingembre et nous allons également les présenter croustillantes et parfumées à la feuille de basilic.

Comment procède-t-on?

Procurez-vous de la pâte à ravioli dans une bonne épicerie italienne. Fourrez-les de langoustine bien assaisonnée, avec un peu de basilic. Repliez-les en forme de chaussons et faites-les pocher dans un bouillon de langoustine, préparé préalablement avec les têtes, des légumes (oignon, échalotte, carotte, etc.), du gingembre et un bâton de citronnelle. À côté, réalisez une petite duxelles de champignons, que vous servirez au-dessus des raviolis (comptez trois pièces par personne). Préparez également une brunoise de céleri, céleri boule et carotte jaune que vous faites légèrement suer à l'huile d'olive et qui servira de lit aux raviolis. Versez ensuite votre bouillon de langoustine au-dessus. Servez à côté des petits frittis. Roulez les langoustines avec un peu de basilic dans de la feuille de brick. Il suffit de les fixer avec un petit cure-dent et de les plonger quelques instants dans un bain d'huile de friture, afin d'obtenir quelque chose de délicieusement croustillant. Un peu de sel et poivre, et le tour est joué.

Que conseillez-vous de boire avec cette entrée?

Nous avons la chance d'avoir notre propre maison de champagne. Je dirais donc un champagne Soutiran. La Cuvée Signature est composée de 60% de pinot noir et 40% de chardonnay dont 15% de vin de réserve. L'accord avec ce plat sera parfait.

PEUGEOT

UNE PERLE SUR LE BITUME

AVEC SA NOUVELLE 508, EN MATIÈRE DE DESIGN, LA MARQUE AU LION FAIT PREUVE D'AMBITION ET PLACE LA BARRE TRÈS HAUT. CELA DIT, EXCEPTÉ LE BADGE, L'INTÉGRALITÉ DE LA VOITURE EST INÉDITE. COUP DE PROJECTEUR SUR UNE BERLINE FAMILIALE QUI DÉCOIFFE.

MAGALI EYLENBOSCH



- La stabilité de la direction.
- La qualité et le confort de la suspension
- Le soin apporté aux finitions

- L'habitacle un brin écrasant
- La taille réduite du coffre
- La rétrovision trop limitée



- Le prix : à partir de 30 023,55€ TVA AC

Il y a ceux qui aiment les berlines familiales. Et il y a les autres ! Et bien ce n'est pas tout à fait vrai. Moi qui ne suis pas fan de ce type de voitures, il arrive que je me laisse séduire. Et tout dernièrement, j'avoue que mon cœur s'emballe lorsque je parle de la nouvelle 508. On a bien compris que Peugeot caresse le souhait de monter en gamme (cf. la 308, la 3008 et la 5008). On constate aussi que l'ère des berlines à papy est définitivement éculée. Pour s'imposer sur un marché qui déroule le tapis rouge aux SUV, y compris dans le tout haut de gamme, une voiture basse doit faire preuve d'un sacré tempérament. Si la marque a pris le parti de ne pas quitter ce segment, elle se donne les moyens de ses ambitions en revoquant totalement sa copie et nous gâte avec une voiture qui se la joue coupé cinq portes. Ses belles lignes ne sont pas ses seuls atouts.

CHANGEMENT DE MORPHOLOGIE

Pour revenir dans la course, en passant d'une silhouette classique quatre portes à un profil de berline-coupé cinq portes fastback, la marque prouve qu'elle a de la suite dans les idées. Dès le premier regard, les lignes fluides et aérodynamiques de la 508 font mouche. Les proportions ont été solidement revues. Avec 1,40m de haut (- 6cm par rapport à la génération précédente) et 4,75m de long (- 8cm), la 508 fait partie des berlines les plus compactes du marché. L'empattement, à 2,79m, n'a été raccourci que de 2,4cm afin de préserver, autant que possible, une habitabilité adaptée aux usages des clients du segment... à savoir, des familles. On aime la calandre fine en damiers, frappée du lion en son centre, qui s'impose entre les projecteurs Full LED directement inspirés du dernier concept car de la marque : Peugeot Instinct.

Le capot plat a aussi été abaissé au maximum afin de dynamiser l'ensemble. Vue de profil, la nouvelle Peugeot 508 dévoile des proportions parfaitement équilibrées. La ligne de pavillon est basse, tendue et fluide.

L'I-COCKPIT® SOUS LA LOUPE

Force est de constater que pour entrer dans la voiture, on a intérêt à baisser la tête. Les changements de stature de la voiture entraînent naturellement une réduction de l'espace disponible à l'intérieur et une vision vers l'arrière limitée par la taille de la lunette. Le coffre souffre aussi des changements de morphologie même s'il bénéficie désormais d'un hayon électrique, sa contenance est diminuée d'environ 30dm³. Il faut cependant reconnaître que la dernière interprétation du PEUGEOT i-Cockpit® est particulièrement réussie. Depuis son apparition en 2012 sur la Peugeot 208 il a bien évolué, mais nous retrouvons les composantes essentielles : un volant compact, un grand écran tactile HD capacitif de 10 pouces de large, au format 8/3 et un combiné tête haute à dalle numérique haute résolution de 12,3 pouces entièrement paramétrable et personnalisable. La voiture est également équipée d'un arsenal d'aides à la conduite de dernière génération.

ON THE ROAD AGAIN

Sur la route, cette petite perle va satisfaire son public. Elle bénéficie de la qualité de la plateforme EMP2, l'une des meilleures actuellement, assurant de grandes qualités dynamiques et participant à l'allègement des masses (-70kg en moyenne par rapport à la génération précédente). Sur la route, on est immédiatement bluffé par la précision de la direction et par le confort d'une suspension à amortissement variable et piloté (Active Suspension Control, de série sur GT et sur toutes les motorisations essence, en option sur les 2.0 BlueHDI). Enfin, la boîte automatique à huit vitesses marie souplesse et rapidité.

La Guadeloupe côté nature

AU CENTRE DE L'ARC ANTILLAIS, LA GUADELOUPE OFFRE UN DOUBLE VISAGE. D'UN CÔTÉ DES PLAGES DE CARTE POSTALE; DE L'AUTRE, DE HAUTES MONTAGNES NOYÉES DANS UNE JUNGLE IMPÉNÉTRABLE, PONCTUÉE DE DIZAINES DE CASCADES. LE TERRAIN RÉVÉ POUR UNE ESCAPADE NATURE.

KÉVIN STORME



Du Jardin botanique de Deshaies, on embrasse un fabuleux panorama sur la côte Caraïbe.

Guadeloupe rime souvent avec sable fin, cocotiers et farniente. Mais derrière les images de carte postale, l'archipel français des Caraïbes regorge de richesses naturelles à découvrir en randonnée, en vélo ou en kayak : des jungles luxuriantes, des chutes d'eau rugissantes, des mangroves impénétrables, des falaises déchiquetées se jetant dans une mer démontée...

La Guadeloupe se décompose en deux îles principales, séparées par la rivière salée. À l'est, Grande Terre est peu élevée et constitue le domaine de la canne à sucre. À l'ouest, Basse Terre est surmontée de volcans recouverts de jungle. Un véritable «enfer vert» qui offre des paysages parmi les plus beaux des Antilles. Un enfer relatif, car, même si par endroits on pourrait se croire

dans quelque jungle guatémaltèque ou de Bornéo, il n'y a aucune grosses bêtes qui font peur. Pas de serpents, de jaguars ou de scorpions... Tout juste faut-il se méfier de la scolopendre, une espèce de mille pattes dont la morsure est aussi douloureuse qu'une piqûre de guêpe.

INTERMINABLE CANOPÉE

La route de la traversée est le chemin le plus accessible pour accéder à la forêt tropicale. D'une longueur de 17km, elle traverse le massif montagneux de Basse Terre. De nombreux chemins sont balisés à travers la forêt tropicale. L'un d'eux mène, en quelques minutes, à la jolie cascade aux écrevisses où il est agréable de faire un plongeon bienfaiteur pour se soulager quelques minutes de la

moiteur tropicale. Seul bémol, la cascade est facilement accessible et donc hyper fréquentée. Le sentier de la forêt, au départ de la maison éponyme, offre lui un parcours explicatif au cœur de la jungle. D'une durée de 20mn, la balade est hyper populaire. Trop. Pour être sûr d'être tranquille, mieux vaut faire une randonnée sur l'une des deux mamelles (deux montagnes arrondies qui se font face), qui dominent le nord de l'île. Par temps clair, la vue porte sur l'interminable canopée, complètement vierge, qui recouvre Basse Terre. Non loin de là, le zoo de la Guadeloupe permet de rencontrer des racoons. Les seuls mammifères sauvages, avec les mangoustes et les écureuils, qui peuplent encore l'archipel. Pour se donner un petit air de jungle sauvage, le zoo présente de nombreux animaux présents sous ces latitudes, mais sur le continent: jaguars, tamarins, singes araignées...

AU SOMMET DU VOLCAN

Au sud de Basse Terre, la trace de la Soufrière est LA randonnée à ne pas manquer.

Tout Guadeloupéen qui se respecte se doit de gravir la montagne la plus haute (1 467 mètres) des Petites Antilles.

L'ascension part des bains jaunes, des vasques à l'eau sulfurée et chaude où il est agréable de se baigner... après la randonnée. Ce trek de quelques heures nécessite un minimum d'entraînement.

Au fur et à mesure de la montée en altitude, la végétation change. Au sommet, ne subsistent que quelques herbes et fleurs d'altitude. Par beau temps, la vue est exceptionnelle et porte sur tout l'archipel guadeloupéen, les Saintes, Marie Galante, mais aussi les îles voisines de Montserrat et de la Dominique. Le plus souvent, les conditions sont dantesques: un vent à décorner un bœuf, de la pluie, une température de 15 degrés... Bien loin de la douceur tropicale. D'autant plus que le volcan est toujours actif. Près du cratère, l'odeur de soufre est presque suffocante. La fumée des émanations volcaniques se confond avec le brouillard, fréquent à cette altitude. L'ensemble offre une ambiance infernale, mais immanquable.



À l'extrême nord de Grande Terre, la pointe de la Grande vigie fait figure de Finistère tropical.

CASCADES DANS LA JUNGLE

Plus riants, les chutes de la Guadeloupe sont très courues des randonneurs. Parmi les plus impressionnantes, celles du Carbet. La troisième chute est facilement accessible, malgré certains passages délicats pour les moins aguerris. Au bout du compte, une explosion de fraîcheur, au bout de la jungle, idéale pour se baigner avant de repartir dans l'enfer vert. La deuxième chute est, elle inaccessible, depuis l'ouragan Maria qui a déferlé sur l'archipel en septembre 2017. C'est également le cas pour les chutes Moreau, parmi les plus belles de l'île. Du parking des chutes (accessible en 4x4 uniquement), il ne faut cependant pas manquer une somptueuse balade explicative sur des pilotis posés à quelques mètres de la canopée. Les chutes d'eau, la Guadeloupe n'en manque pas. Beaucoup sont restées confidentielles et permettent de sortir des sentiers battus.

Comme le saut des Trois cornes, sur les hauteurs de Sainte-Rose, ou encore le saut du Bras de fort près de Goyave...

DANS CET AUTRE FINISTÈRE

Mais la Guadeloupe côté nature, ce n'est pas que la montagne et la jungle, ce sont aussi les côtes. À Basse Terre, les anses creusées dans la montagne, à Grande Terre, les immensités de sable fin

bordées de cocotiers. Malheureusement, depuis quelques années, le réchauffement climatique a dramatiquement augmenté la quantité d'algues sargasses venues de l'Amazonie. Cette année, toutes les plages du sud de l'archipel sont touchées de manière sporadique par ces algues en décomposition dont les vapeurs sont toxiques et nauséabondes.

Heureusement, la partie nord reste le plus souvent épargnée. Sur Grande Terre, les pointes des Châteaux et de la Grande vigie font office de Finistère antillais. Entre les cotes déchiquetées, des lagons aux eaux turquoises permettent de faire trempette au milieu des coraux et des poissons tropicaux.

BALADE DANS LA MANGROVE

Entre Grande Terre et Basse Terre, le Grand cul-de-sac marin offre tout un tas de possibilités de randonnées au milieu de la mangrove.

À Vieux bourg, des pilotis ont été installés pour découvrir cet écosystème unique et grouillant de vie. C'est également dans ce secteur que se situent les plus belles plages de l'île. Peu fréquentée, abritée des alizés, l'anse du Souffleur, entre mer et mangroves, cocotiers et récifs coralliens, est la plus belle de Guadeloupe. Au coucher du soleil, elle offre un paysage inoubliable sur Basse Terre, juste en face.

Infos pratiques

On dort où ?

Pas cher : Airbnb à partir de 30 euros la nuit en logement seul, dans toutes les parties de l'île.

Plus cher : Club Med la Caravelle à Sainte-Anne. Un club mythique bordé d'une des plus belles plages des Antilles (avec ramassage quotidien des sargasses). À partir de 1 100 euros la semaine.

On mange quoi ?

Pas cher : Dans les marchés, tout un tas de spécialités créoles, accras, boudins, colombo de poulet...

Plus cher : Orchidea à Saint-François. Cuisine gastronomique à base de produits locaux, dans un écrin de verdure. Menus à partir de 49 euros.

Où sortir ?

Dans les bars : Presque toutes les plages ont des bars où déguster de somptueux punchs sous des airs de zouk ou de reggae. Mention spéciale Chez Loulouse, plage de Malendure.

En discothèque : Le Zoo rock café, à Gosier. Un des lieux branchés de l'île. Le club, à l'étage, offre une musique joyeuse et une ambiance chaleureuse.

« LA FUMÉE DES ÉMANATIONS VOLCANIQUES SE CONFOND AVEC LE BROUILLARD »

ÉCLOSION DES TORTUES

À Basse Terre, s'il n'y avait qu'une seule plage à faire, ce serait celle de Malendure, près de Bouillante. Des dizaines de tortues luth ou tortues imbriquées sont observables avec un simple masque et tuba.

À quelques encablures, les îlets pigeons ont pris le nom de réserve Cousteau, tant le commandant a été charmé par ses paysages sous-marins, accessibles en une vingtaine de minutes en kayak. Et pour celles qui veulent un moment magique, cap sur la plage de Petite anse, à Pointe Noire. Au coucher du soleil, il n'est pas rare d'assister à l'éclosion des tortues. Des milliers de petits bébés sortent alors du sable pour rejoindre, contre vents et marées, contre pélicans et cormorans, les flots. Là, gare aux barracudas et autres prédateurs. Sur mille bébés tortues, un seul atteindra l'âge adulte...

Le signe du mois

SAGITTAIRE

DU 22 NOVEMBRE
AU 21 DÉCEMBRE

Amour : Votre vie conjugale sera riche en péripéties, certaines d'entre vous seront au bord de la rupture, mais des événements imprévus, et heureux, pourront venir tout faire basculer. **Travail :** Avec Jupiter et Mercure exaltés dans votre signe, vous bénéficierez d'une vivacité d'esprit et d'une justesse de réflexes assez exceptionnelles. Profitez-en pour vous attaquer à des affaires difficiles. **Vitalité :** Jupiter exalté vous pousse à l'action, vous serez portée aux excès, surveillez votre foie.

BÉLIER

DU 21 MARS AU 20 AVRIL

Amour : Votre planète Mars revient chez vous pour régler définitivement vos conflits personnels, adopter une attitude d'ouverture et d'engagement et semer la paix. **Travail :** Mercure amical soutiendra à fond vos projets professionnels. Vous saurez agir avec tact, vous attacher à des relations utiles, traiter des affaires avec discrétion. **Vitalité :** Uranus revient chez vous, méfiez-vous du surmenage qui guettera toutes celles qui veulent en faire trop.

TAUREAU

DU 21 AVRIL AU 20 MAI

Amour : Le soleil opposé, vos rapports amoureux dépendront exclusivement de votre comportement personnel. À vous de prendre des initiatives pour créer une belle harmonie. **Travail :** Le Soleil, Mars et Vénus seront vos coaches professionnels, ce qui présage un rythme de travail soutenu, vous devriez franchir une étape importante. **Vitalité :** Supporter l'effervescence d'une vie de famille vous met les nerfs à rude épreuve.

GÉMEAUX

DU 21 MAI AU 21 JUIN

Amour : Vous ne supportez absolument pas la jalousie, que vous baptisez possessivité, et vous ne sacrifiez pas un seul brin

de votre indépendance pour ne plus la provoquer.

Travail : Attention aux excès d'ambition qui peuvent fausser votre jugement, aux excès d'impatience qui peuvent vous faire sauter des étapes indispensables au succès.

Vitalité : Une douce activité sportive constante pourrait améliorer votre sommeil et votre système nerveux.

CANCER

DU 23 JUIN AU 22 JUILLET

Amour : Avec l'opposition de Saturne en Capricorne vous façonnez votre comportement en associant harmonieusement la prudence dans vos mots et une relative audace. **Travail :** Mettez les bouchées doubles ! Ce mois s'annonce formidable, tant sur le plan financier que dans vos projets de travail. **Vitalité :** Cherchez avant tout un équilibre émotionnel : le Qi-Gong ou le Yoga pourrait vous aider.

LION

DU 23 JUILLET AU 22 AOÛT

Amour : Un petit break au milieu d'une flopée d'obligations professionnelles... N'oubliez pas la maison et les autres ! Le Soleil sera votre allié toute la période. **Travail :** Mercure en Sagittaire vous redonne du courage ; afin de vous permettre d'avancer, restez sur ce qui est positif dans le courant de cette période et visez l'avenir avec un regard neuf. **Vitalité :** Mars opposé en Verseau, une tendance à des accès d'humeur, de colère mal contrôlée.

VIERGE

DU 23 AOÛT AU 22 SEPTEMBRE

Amour : Bonne influence de Vénus, excellente entente sensuelle avec l'être aimé. Pour d'autres, c'est au niveau psychique, spirituel ou artistique que se réalisera une entente remarquable. **Travail :** Il vous est plus simple d'évaluer avec minutie vos possibilités, de développer vos acquis et de réussir, il n'est pas

interdit non plus de songer à vous réorganiser. **Vitalité :** Booster votre système immunitaire avant l'arrivée du mauvais temps.

BALANCE

DU 23 SEPTEMBRE
AU 22 OCTOBRE

Amour : Vénus sillonne encore votre signe, vous serez sujet à des hésitations, partagées entre l'envie de préserver le statu quo amoureux et celle de faire bouger les choses. **Travail :** Avec la présence de Mars en Verseau, vous n'aurez aucune raison de ne pas triompher des quelques difficultés qui vous attendent. Vous n'aurez aucun mal à transformer les irréductibles à votre cause. **Vitalité :** Votre point sensible étant les reins, une hydratation parfaite serait souhaitable.

SCORPION

DU 23 OCTOBRE
AU 21 NOVEMBRE

Amour : Ne cessez pas totalement de rêver, car les rêves, bien captés, ont leur utilité en entretenant vos espoirs et votre enthousiasme. **Travail :** Des messages jalonneront ce mois-ci, des opportunités d'expansion se présentent et vous avez les moyens d'y répondre. Il est question d'évaluer objectivement vos possibilités, sans verser dans un optimisme béat. **Vitalité :** Préservez votre équilibre un peu menacé, apprenez à relativiser vos ennuis sans trop stresser.

CAPRICORNE

DU 22 DÉCEMBRE
AU 20 JANVIER

Amour : Avec Saturne chez vous, ne vous laissez pas désarçonner par un refus, une rebuffade ou par un malencontreux retournement du sort ! À cœur aimant rien d'impossible. **Travail :** Soyez très prudente dans vos entreprises, car il y a de fortes probabilités pour que la conjoncture provoque des retournements brutaux dans votre situation professionnelle.

Vitalité : Une nervosité accrue, qui demandera une vigilance renforcée dans les mouvements.

VERSEAU

DU 21 JANVIER AU 19 FÉVRIER

Amour : Vous aborderez la période avec de bonnes résolutions : remettre de l'ordre dans vos amours, lâcher les doutes de l'ennui, et dissiper les derniers malentendus. **Travail :** Uranus vous assurera la stabilité dans votre travail, laquelle pourra même s'assortir d'un engagement très officiel. Agissez avec optimisme et bienveillance. **Vitalité :** Mars dans votre camp vous permettra de puiser dans votre réserve d'énergie.

POISSON

DU 20 FÉVRIER AU 21 MARS

Amour : Les protections célestes sont infinies. Si vous voulez connaître un peu plus de bonheur, communiquez davantage avec les autres et surtout avec votre conjoint et essayez de dépasser vos soucis quotidiens. **Travail :** Vous pourrez obtenir des soutiens associatifs si vous voulez monter un dossier financier, le plus important étant de rester moralement positif. **Vitalité :** Ce que vous créez en vous se reflète toujours à l'extérieur de vous. « C'est une loi de l'univers. »



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



iPhone X ^S

À partir de **0€** avec **SCOUBIDO** *

www.post.lu • 8002 8004

* Voir conditions sur www.post.lu



KARLIE KLOSS



#BrillianceForAll*

COLLECTION NOËL

Ligne Louison à partir de 129€


SWAROVSKI

SWAROVSKI.COM

*De la brillance pour tous. © 2018 Swarovski. Tous droits réservés. Photo: [unreadable]