Femmes

MAGAZINE
MAI 2019
N°203

BEAUTÉ

FAIRE LA PAIX AVEC SON CORPS

DÉCRYPTAGE MODE

MUM,
I LOVE YOU

L'INTERVIEW DU MOIS

TAINA BOFFERDING,
ÉDUQUER À L'ÉGALITÉ

Vivez des moments extraordinaires dans un environnement parfait. Avec des formes simples et précises.

Nous suivons des convictions, et non des tendances éphèmères.

Architectures Nouvelles et Cuisines Sàrl
32 Route d'Arlon, L-8008 Strassen
Tel. +352 454504 | luxemburg.bulthaup.com

ARCHITECTURES
NOUVELLES
CUISINES

PARTENAIRE
BULTHAUP AGRÉÉ

bulthaup

ÉDITO

ÉMOTIONS

Le Luxembourg est en deuil, un grand homme nous a quittés.

Le Grand-Duc Jean avait régné 36 années avant d'abdiquer pour son fils le Grand-Duc Henri. Les marques de sympathie ont afflué de toutes parts, saluant unanimement un homme proche de son peuple, discret et attachant, Européen convaincu. C'est une immense perte mais, au delà ce qu'il représentait pour tous les Luxembourgeois et les résidents, le Grand-Duc Jean était un papa, un grand-père, et un arrière-grand-père, Femmes Magazine adresse ses plus sincères condoléances à la famille.

Le toit de Notre-Dame s'effondre et quelques-unes des grandes fortunes françaises s'empressent de proposer des dons pour sa réfection. Elles surenchérissent, les millions s'additionnent au point d'atteindre le milliard. Et là, cela devient indécent, tous ces millions aussi rapidement récoltés alors que tant de gens meurent de faim…

Tout le monde se met à polémiquer et en fonction des propos tenus, l'individu est catégorisé dans un parti politique ou dans un autre…

La pauvreté, c'est avoir faim. La pauvreté, c'est être sans-abri. Ils seraient 14 % de personnes vivant en dessous du seuil de pauvreté monétaire en France. Et malgré ce chiffre alarmant, cela ne semble pas être une priorité du gouvernement. Est-ce réellement le rôle des grandes fortunes de pallier là où le législateur fait défaut ?

Qu'au XXI^{ème} siècle, il y ait, à côté de nous, des personnes qui ne mangent pas à leur faim est un problème de société qui devrait tous nous préoccuper. Et si nous commencions à nous sentir concernés ? Et vous, avec les moyens qui sont les vôtres, que faites-vous afin que votre prochain mange à sa faim ?

MARIA PIETRANGELI, RÉDACTRICE EN CHEF

SOMMAIRE

MAI 2019
N°203

01. MODE

LAST MINUTE ! / 08

CATWALK
DIOR **/ 10**

MODE
BAYWATCH **/ 12**

DRESS CODE
STREET MINIMALISME **/ 28**

INTERVIEW MODE
TRANSMETTRE UN BIJOU
EST LA PLUS JOLIE DES CHOSES
/ 30

DÉCRYPTAGE MODE / 34

NEWS MODE / 38

02. MAGAZINE

L'INTERVIEW DU MOIS
TAINA BOFFERDING :
ÉDUQUER À L'ÉGALITÉ **/ 40**

DOSSIER LES ANTIBIOTIQUES
C'EST PAS MAGIQUE ! **/ 42**

DOSSIER L'ART DANS
LES ENTREPRISES : LE BEAU EST
DANS LE BUREAU **/ 46**

FINANCE
GÉRER SES FINANCES :
ET SI VOUS VOUS FAISIEZ
COACHER ? **/ 50**

BUSINESS CES BOÎTES
QUI FACILITENT LE QUOTIDIEN
DE LEURS EMPLOYÉS **/ 54**

SOCIÉTÉ / 57

EXPERTS EN DROIT / 58

NEWS SOCIÉTÉ / 60

04. WELLNESS

L'AVIS DE LA RÉDAC / 62

NEWS HEALTHY / 64

BEAUTÉ
LED : LA LUMIÈRE SUPERSTAR **/ 66**

BEAUTÉ FAIRE LA PAIX
AVEC SON CORPS **/ 68**

BEAUTY CASE / 76

BEAUTÉ
P.68

03. CULTURE

ONLINE / 78

INTERVIEW CULTURE
SUSAN NOESEN **/ 80**

BOOK / 82

SAVE THE DATE / 84

NEWS CULTURE / 90

DANS LA CUISINE DE
P.112

05. TRIBU

WE ARE FAMILY
MON ENFANT EST HYPERACTIF,
COMMENT L'AIDER ? **/ 92**

MODE ENFANT
MIX & MATCH **/ 96**

FOR KIDS / 104

MOODBOARD KIDS / 106

06. ART DE VIVRE

INTÉRIEUR
BACK TO BASICS **/ 108**

DANS LA CUISINE DE
FERNANDO ANDREU **/ 112**

RECETTES / 116

MOODBOARD / 118

48H COPENHAGUE,
LA BELLE SCANDINAVE
SORTIE DES EAUX **/ 120**

HOROSCOPE / 122

OURS

DIRECTION
Maria Pietrangeli

RÉDACTRICE EN CHEF
Maria Pietrangeli

PHOTOGRAPHE
Julian Benini

CONSEILS EN COMMUNICATION
Julie Bénière, Vanessa Berners, Virginie Caron,
Alexandrine Florian, Aymeric Grosjean & Kevin Martin

MISE EN PAGE
WAT Éditions Sàrl
Julie Mallinger
Dorothée Dillenschneider

RÉDACTEURS
Julie Bénière / Lisa Beys / Sarah Braun / Magali Eylenbosch / Frédéric Frabetti / Godefroy Gordet / Aurélie Guyot / Aurélie Hantzberg / Christine Mick / Maria Pietrangeli / Jeanne Renauld / Carmen Rimondini / Agathe Ruga / Mathieu Rosan / Karine Sitarz / Kévin Storme

SOCIÉTÉ ÉDITRICE
WAT Éditions Sàrl
74, rue Ermesinde L-1469 Luxembourg
Tél.: +352 26 45 85 86

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

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

20 200 exemplaires

www.femmesmagazine.lu

COVER
Photographie : Julian Benini
Maquillage : Justine Chery
Modèle : Céline Fischer
Lieu : Villa Pompéi, Amnéville (FR)
Maillot de bain : Eres
Production : Maria Pietrangeli

PARFOIS CE QUI COMPTE LE PLUS, C'EST CE QUI NE SE PRODUIT PAS.

La sécurité est une question d'innovation. Comme la ceinture de sécurité à trois points développée par Volvo dans les années 50.
Ou encore, le siège enfant dos à la route dans les années 70.
La sécurité est aussi liée à la technologie. Pour preuve, notre système de surveillance de l'angle mort depuis plus de 20 ans ou notre voiture à freinage automatique en 2008.
La technologie et l'innovation ont fait de nous ce que nous sommes aujourd'hui. Sans avoir été un but en soi. C'est l'être humain qui est au centre de tout ce que nous imaginons.
Lorsque nous pensons sécurité, nous pensons d'abord à chaque personne, à l'intérieur et à l'extérieur de nos véhicules. Nous ne nous concentrons pas uniquement sur les moments où peut survenir un accident. Nous veillons à vous faire éviter l'accident pour vous permettre d'envisager sereinement l'avenir. Nous construisons des voitures pour les personnes qui se préoccupent des autres personnes.

LA VOLVO XC60. LE FUTURE DE LA SÉCURITÉ.

DÉCOUVREZ-LA CHEZ AUTOPOLIS.

autopolis

Autopolis Bertrange
Zone d'activités Bourmicht
L-8070 Bertrange
(+352) 43 96 96 2500

Autopolis Nord
8 Zone artisanale et commerciale
L-9085 Ettelbruck
(+352) 81 24 99

www.autopolis.lu

VOLVO
4,9 - 7,8 L/100 KM I 42 - 181 G CO_2/KM (NEDC 2.0)

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 !

SARAH BRAUN

©YVES SAINT LAURENT

TRAÎNÉE DE POUDRE

On s'enflamme pour cette réinterprétation couture de la candide et fraîche violette qui, associée à la sauge, à la coriandre et au poivre noir, s'encanaille pour devenir sulfureuse à souhait. Un parfum de peau charnel et intrépide.
Grain de Poudre, Collection Le Vestiaire Yves Saint Laurent

©JACQUEMUS

THE IT-BAG

Oubliez les cabas et autres shopping-bags oversized, les mini-sacs tiennent encore le haut du pavé cette saison. Le modèle que tout le monde s'arrache ? L'ultra riquiqui « Chiquito » signé Simon Porte Jacquemus. On l'aime pour ses lignes strictes en parfait décalage avec son mini format et sa palette, infinie, de coloris ! Un must have annoncé !

« COMMENT TU FAIS L'AROBASE SUR UN MAC ? »

Entendu à la rédac

©BOBBI BROWN

OBJECTIF BOUCHE PARFAITE

On craque pour cette formule hybride et ultra confort, à mi-chemin entre le baume onctueux et la laque glossy. Formulé à partir d'un mélange d'extraits de superfruits, notamment de cranberries et de myrtilles, il repulpe et hydrate les lèvres.
Le plus dur sera encore de choisir entre les 14 teintes, des plus naturelles aux plus audacieuses.
Crushed Liquid, Lipstick de Bobbi Brown

swarovski.com
SWAROVSKI
#FollowYourSun*
Collection Fête des Mères à partir de 79€
Photographie retouchée. Prix public conseillé, le prix actuel peut varier. Plus de renseignements dans votre boutique de verre Swarovski. *Suivez votre soleil.

DIOR

**DANS CES EXERCICES D'ACROBATIE,
IL FAUT FAIRE CONFIANCE,
TA VIE EST DANS LES MAINS D'UN AUTRE.
C'EST UNE BELLE MÉTAPHORE**

Source : Maria Grazia Chiuri

La féérie du cirque, qu'aimait profondément Christian Dior, a inspiré Maria Grazia Chiuri pour sa ligne haute couture printemps-été 2019. De cet univers merveilleux, brut et éminemment poétique, elle a surtout retenu les frontières brouillées entre les genres, qui, une nouvelle fois, lui permettent de revendiquer son féminisme. Les silhouettes ultra féminines sont contrebalancées par des chevelures retenues par des coiffes brillantes créées par le chapelier Stephen Jones, leur donnant des airs de Pierrot des temps modernes. Un show époustouflant, rythmé par les prouesses de la compagnie féminine Mimbre. The show must go on….

PHOTOGRAPHIE MARIPOL

BAYWATCH

Les nineties font leur grand retour sur la plage. L'iconique maillot une pièce s'impose comme le nouveau symbole du beach glamour et se décline à l'envi.

SARAH BRAUN

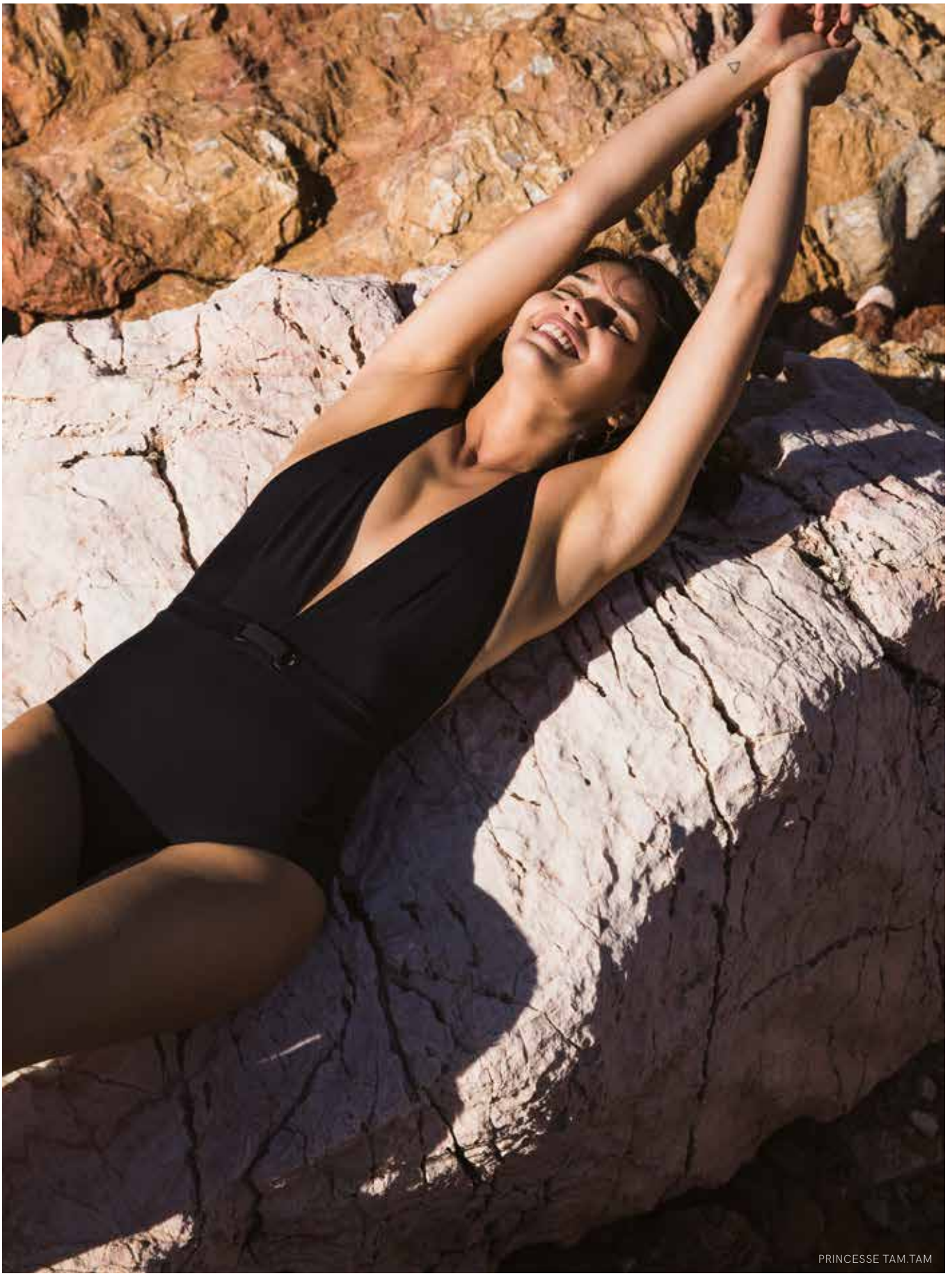
PHOTOGRAPHE : JULIAN BÉNINI
MODÈLE : CÉLINE FISCHER
MAILLOT DE BAIN : PETIT BATEAU

PRIMARK

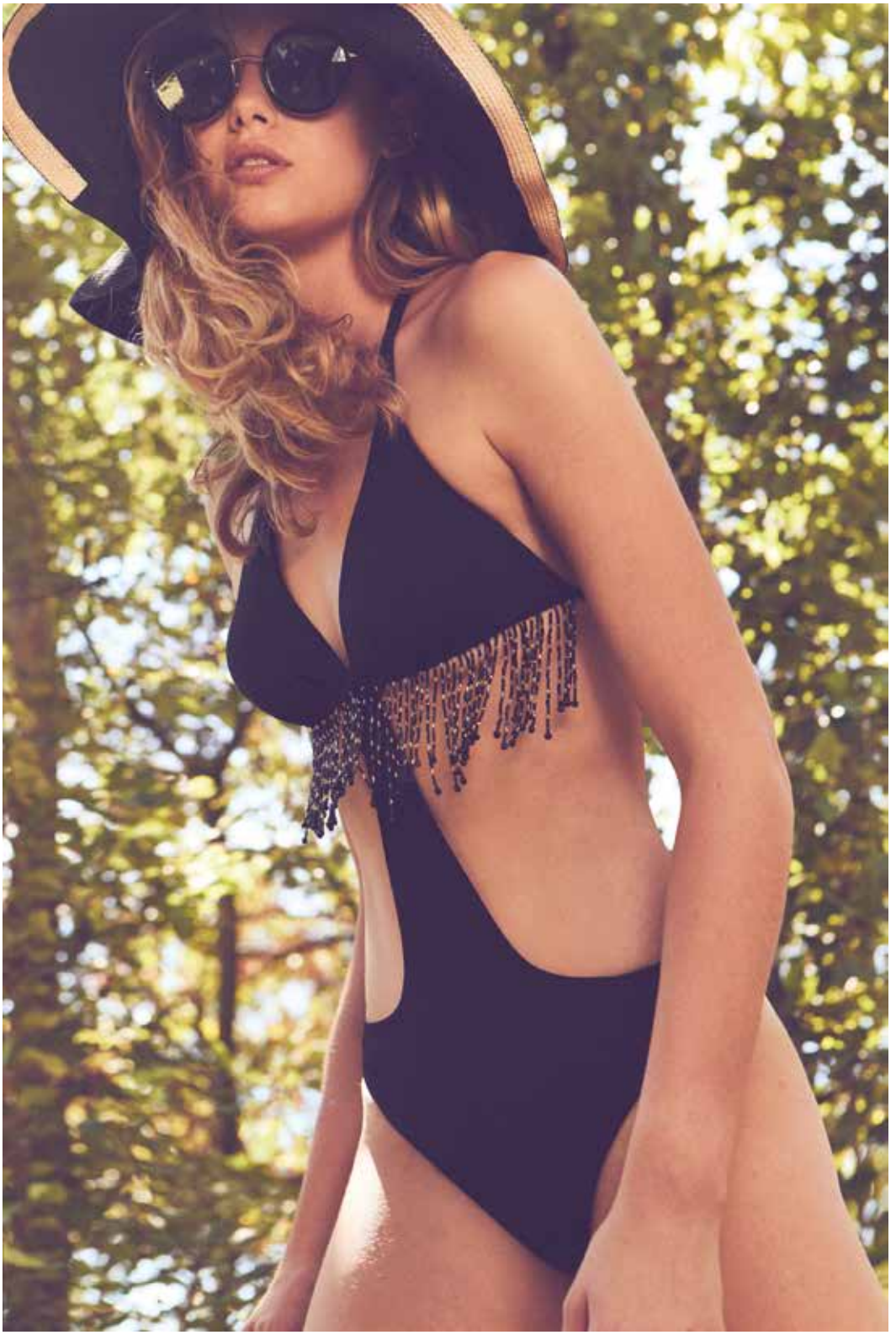
ALBERTINE

SEAFOLLY

*Offre valable dans les magasins en Belgique et au Grand-Duché de Luxembourg à partir du 02/05/2019 et jusqu'à épuisement du stock. L'offre et la disponibilité des articles peuvent varier selon le magasin. E.R. : Johan Spenens, Jean Monnetlaan 7, B-1804 Vilvoorde.



PRINCESSE TAM.TAM



TWINSET

H&M

ETAM PRÉSENTE

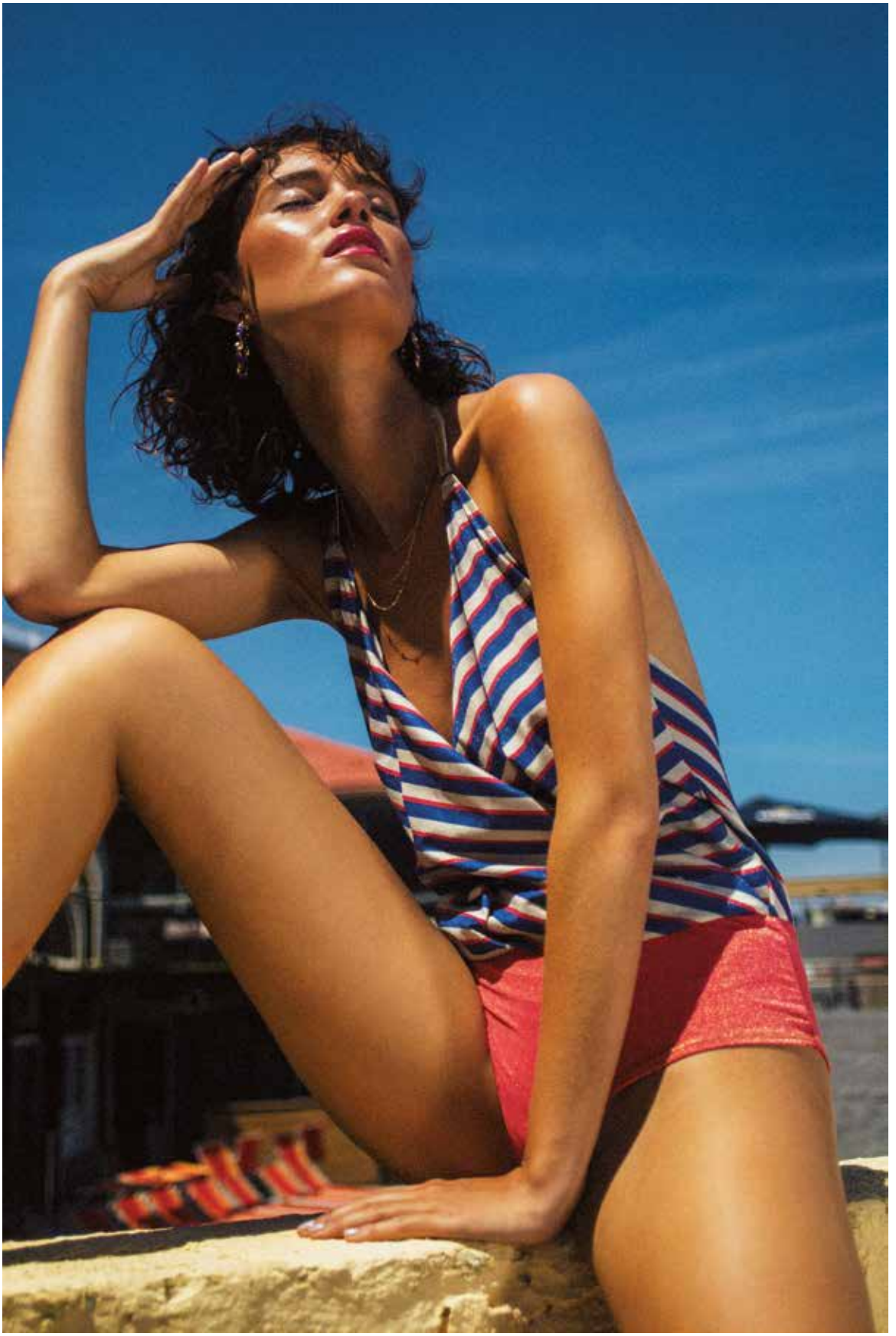
THE FRENCH LIBERTÉ

Etam
PARIS

ETAM.COM
NEW! ETAM C.C CLOCHE D'OR - 7 RUE ROBERT STUMPER - LUXEMBOURG

YSÉ

STROOSSEMAART
18 MAI
CENTRE + GARE
Street market - Braderie de printemps
cityshopping
VILLE DE LUXEMBOURG
BGL BNP PARIBAS



LINGERIE LA NOUVELLE

BLUE LAGOON

**Des vacances au soleil, une plage de sable chaud, un cocktail au bord de l'eau…
toutes les occasions sont bonnes pour enfiler votre maillot de bain.
Plongez dans l'univers de la nouvelle marque Sunflair
et trouvez la tenue idéale qui sublimera votre silhouette pour l'été !**

NOUVEAU
CHEZ HOFFMANN THILL

BLUE CHARM

LADY IN BLUE

PURE OCÉAN

PRECIOUS DARK

SUNFLAIR BEACHFASHION

HoffmannThill
MODE AU FÉMININ

Hoffmann Thill Beggen
233-241 rue de Beggen L-1221 Luxembourg.
Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 19h
et le samedi de 9h à 18h. Tél. : 43 95 65.

Hoffmann Thill Ettelbrück
91-93, Grand-Rue L-9051 Ettelbrück.
Ouvert du lundi au samedi de 9h à 18h.
Tél. : 81 22 28.

INFO@MHT.LU
HOFFMANN-THILL.LU

BANANA MOON

PENNEYS

STREET MINIMALISME

L'épure tient le haut du pavé
et le très chic blanc flirte avec les codes
de la rue pour un look trendy et funky.

SANDRO

La base

UNIQLO

MICHAEL KORS

BALENCIAGA

AMERICAN VINTAGE

NIKE

À PORTER AVEC

ZARA

GUCCI

CLIO GOLDBRENNER

Beauty Corner

THE OUAI

DIOR

HEMA - B.A.E

ice watch

CHANGE. YOU CAN.

Bijouteries :
Arno Bijoux
Bigor
Daniel Martins
Eden
Cadoline
Cadran Montres
Catwalk
Hoffman
La Forge d'Or
Les Tentations
Martin Serra
Passion'Elle
Windeshausen

www.ice-watch.com

CRYSTALS FROM SWAROVSKI SINCE 1895

10 ATM

STAINLESS STEEL

JESSICA MULLIEZ, POINÇON 22

« TRANSMETTRE UN BIJOU EST LA PLUS JOLIE DES CHOSES »

La mode est une éternelle ritournelle, nous le savons. Lorsqu'elle crée Poinçon 22, Jessica Mulliez souhaite métamorphoser les ô combien classiques médailles en bijoux edgy et ultra désirables. Un pari osé, relevé avec brio. Entre les mains de cette jeune créatrice, à la fois sensible et d'une force inouïe, ces gris-gris précieux aux allures d'amulettes deviennent de petits trésors chargés d'histoires et d'amour. Car Jessica Mulliez, plus que nul autre, sait combien la vie est précieuse et combien il faut la chérir.

SARAH BRAUN | PHOTOGRAPHIES POINÇON 22

Quel est votre parcours ?
Après avoir fait une école de commerce et une longue expérience en horlogerie, j'ai découvert le monde de la joaillerie dans une belle maison de la Place Vendôme. J'y suis restée cinq ans, avant de me décider à lancer ma propre marque en 2018.

Le cancer du sein a marqué un tournant dans votre vie. Quelle leçon tirez-vous de ce drame que vous avez vécu ?
Cette épreuve m'a poussée à me poser les bonnes questions et à sortir de ma zone de confort. En même temps, j'ai appris à me concentrer sur ce qui était vraiment essentiel pour me construire et avancer.

Cela vous a-t-il poussée à vous lancer ?
Pour être sincère, je n'ai jamais eu ni l'envie profonde de devenir entrepreneur ni même de créer une marque. Lorsque mon arrêt maladie s'est achevé, j'ai commencé à réfléchir à une idée. Très vite, celle-ci s'est transformée en un business plan… Il y avait un côté challenge qui me plaisait. J'ai poussé le concept assez loin et, à mon retour en entreprise, j'ai compris qu'il était temps d'en faire une réalité.

Les bijoux, plus que n'importe quel autre accessoire de mode, ont une valeur sentimentale. Est-ce, pour vous, une façon de tisser un lien ? De passer à la postérité ?
Tout à fait, les bijoux sont souvent liés à des moments heureux et procurent du plaisir. On a forcément cette envie de les garder le plus longtemps possible et, en quelque sorte, de se rappeler éternellement de ce moment lié au bijou.

> LE SAVOIR-FAIRE
> ET LA BEAUTÉ DES MATIÈRES
> M'ONT TOUJOURS CAPTIVÉE

Pouvoir le transmettre est la plus jolie des choses que l'on puisse faire, c'est un héritage sentimental.

D'où vient le nom de Poinçon 22 ?
Ce chiffre est à la fois mon porte-bonheur, mais également mon jour de naissance. Tout comme le poinçon du joaillier qui permettait de signer ses créations. Nos médailles sont poinçonnées du logo « P 22 ».

Pourquoi avoir fait le choix de la haute joaillerie plutôt que la fantaisie ?
Faire des bijoux en or 18 carats et pierres précieuses s'explique, d'une part, parce que j'ai toujours travaillé dans la joaillerie : le savoir-faire et la beauté des matières m'ont toujours captivée. D'autre part, ce sont des pièces que l'on garde toute sa vie, que l'on peut transmettre de génération en génération. Elles créent des histoires, des souvenirs, et émotions.

Racontez-nous la genèse de votre toute première création.
Tout a commencé avec les médailles de baptême : je voulais moderniser et apporter un côté plus travaillé à ces médailles ancestrales. La première que j'ai dessinée était l'Ange Raphaël. J'avais envie qu'une femme puisse également la porter, qu'elle ne soit pas seulement réservée aux petits enfants. Très vite, j'ai éprouvé le besoin d'étendre la gamme au-delà du baptême.

Qu'est-ce qui vous inspire ?
Mes clientes, j'adore papoter avec elles. Nos échanges me sont très précieux. Les voyages, les bijoux anciens, l'art déco me donnent également matière à créer.

De nombreuses médailles affichent des icônes religieuses. Est-ce une conviction personnelle ?
Non, cela n'a pas de lien avec mes convictions religieuses. L'idée est partie du constat qu'il y avait une demande pour des médailles de baptême plus modernes. Et ce sont aussi des médailles qui sont de plus en plus sollicitées par les femmes, notamment l'Ange Raphaël, la Colombe et la Madone.

> « NOUS SOMMES TOUS DE PLUS EN PLUS DANS LA RECHERCHE DE L'UNIQUE ET DE L'EXPÉRIENCE »

De plus en plus de marques se lancent à l'assaut du bijou personnalisable. Comment expliquez-vous cet engouement ? Quelle est votre valeur ajoutée ?
C'est vraiment un souhait qui se généralise dans tous les secteurs. Nous sommes tous de plus en plus dans la recherche de l'unique et de l'expérience. Nous souhaitons participer à la création de notre propre bijou, nous l'attribuer : la personnalisation joute une dimension émotionnelle considérable. C'est pourquoi cela est au cœur de notre ADN.

Quelle est la requête la plus jolie que l'on vous ait faite ? La plus saugrenue ?
Dernièrement, j'ai confectionné un bracelet avec une médaille. Je l'ai ajouté à la collection, car j'ai eu de nombreuses demandes à la suite de cette commande spéciale. Le plus souvent, je suis émerveillée de voir l'amour qui peut émaner de mots ou de gravures. C'est très agréable de travailler pour rendre des gens heureux et de contribuer à ces moments de joie.

Comment parvenez-vous à jongler entre les casquettes de chef d'entreprise, de créatrice, et votre vie de femme ?
Dernièrement, j'ai réussi à déléguer certaines tâches afin de pouvoir me concentrer sur la création et la stratégie. Je me suis aussi remise au sport. C'est un moment pour moi durant lequel je ne pense pas au travail. L'équilibre entre les trois a été facile à trouver, même si on n'a pas vraiment d'horaires quand c'est son entreprise.

Qui est la cliente Poinçon 22 ?
Je n'ai pas de cliente type et c'est ce que j'aime. Certains achètent pour un bébé, un anniversaire spécial comme les 18 ans, une jeune maman, une jeune femme, une femme plus mûre… Je ne m'y attendais pas, mais j'ai une clientèle très large.

Quels bijoux ne quittez-vous jamais ?
Mon alliance, ma bague de fiançailles, ma médaille Amore et un bracelet sur mesure Poinçon 22.

Quel bijou auriez-vous adoré créer ?
Un collier de haute joaillerie. Il est unique, créatif et regorge souvent de techniques et savoir-faire.

Qui aimeriez-vous voir porter l'un de vos bijoux ?
Toutes les femmes !
Parmi les personnalités, je dirais une femme naturelle qui incarne l'élégance et la modernité comme Charlotte Casiraghi.

Quels sont vos projets ?
Depuis peu je propose de créer des bagues de fiançailles sur mesure. Je voudrais davantage développer cette offre : c'est une partie de mon ancien métier qui me plaisait beaucoup.

Constellation
Manhattan

ALESSANDRA AMBROSIO'S CHOICE

OMEGA

DINH VAN

GUCCI

SWAROVSKI

MUM, I LOVE YOU

DIOR

FOSCARINI

ICE WATCH

POMELLATO

CHLOÉ

QUAND LE MOMENT EST VENU DE GÂTER LES MAMANS, UNE BRASSÉE DE ROSES FERA TOUJOURS SON PETIT EFFET! PETITE SÉLECTION DE JOLIS PRÉSENTS.

SARAH BRAUN

SAMSUNG

SANDRO

GUERLAIN

POURQUOI ON AIME LE ROSE ?

Parce que cette couleur, ultra féminine, se décline en une multitude de nuances qui matchent avec toutes les carnations. Gaie et douce, la teinte rose donne bonne mine et remonte le moral.

Cette saison, on adorera la porter en mix&match, en associant, par exemple du rose pastel à du rouge ou en mélangeant fuchsia et mandarine !

MUSK
EMOTION

ÉVEILLEZ VOS SENS

Pour la braderie du 18 mai, bénéficiez d'une remise de -10%
sur les parfums d'ambiance et diffuseurs
en plus des objets d'art
de la Manufacture des Emaux de Longwy 1798

NEW
IN LUXEMBOURG

• Boutique Musk Emotion •
22 Rue Louvigny L-1946 Luxembourg
Tél. : +352 26 26 20 18
www.musk.lu

ZARA

MARC JACOBS

DESIGN LETTERS

GINETTE NY

POLÈNE

BAOBAB

JIMMY CHOO

LANCÔME

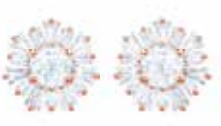
MOTHER'S DAY

BY SWAROVSKI

Un motif de soleil brillant occupe la place centrale de ce long collier glamour. Confectionné avec un cristal blanc central «dansant» étincelant, il est parfait pour illuminer tous les looks, de l'aube au crépuscule.
179 €

Célébrant le lien puissant entre une mère et sa fille, la collection Sunshine utilise le soleil comme symbole d'amour. Cette bague est le cadeau parfait pour le jour de la Fête des Mères !
99 €

Inspiré par la chaleur de l'amour entre une mère et son enfant, ce bracelet est un cadeau particulier pour la Fête des Mères. Le design arbore un motif de soleil qui illuminera vos journées et réchauffera votre coeur.
89 €



Confectionnée avec un cristal blanc central étincelant, cette paire symbolique de boucles d'oreilles est une manière brillante de dire «Je t'aime»!
89 €

Ce collier utilise des motifs étincelants de rayons de soleil pour représenter l'amour et la douceur. Vous pouvez compter sur son élégance tranquille et son éclat intemporel pour illuminer tous les looks, quelle que soit l'occasion.
79 €

SWAROVSKI

Swarovski Store Kirchberg
5, Rue Alphonse Weicker
L-2721 Luxembourg
Tél.: 24 52 76 83

Swarovski Store Grand Rue
49 Grand Rue
L-1661 Luxembourg
Tél.: 26 20 30 97

WWW.SWAROVSKI.COM

NEWS MODE

AURÉLIE GUYOT

© GUCCI

CHOUETTES BARRETTES

Voici l'accessoire du printemps ! La barrette se fait trendy et se porte ostensiblement : version XXL fixée sur un côté pour retenir nos mèches rebelles, strassée, perlée, colorée, à écailles ou à effets métalliques… Cet accessoire capillaire encore boudé la saison dernière complète parfaitement nos tenues estivales !

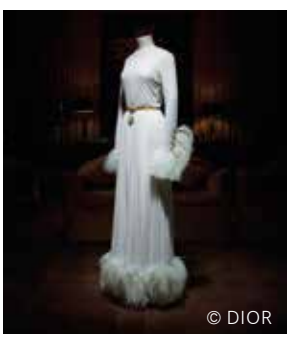
LE CHIFFRE

220 000 euros

C'est l'estimation d'un sac Birkin Hermès en crocodile noir, dont le fermoir est incrusté de… diamants. De quoi fantasmer ! Si votre budget est plus serré, n'hésitez pas à regarder d'autres modèles comme ceux en croco rose ou chocolat, estimés quant à eux à plus de 162 000 euros. Oui, tout de même.

À admirer sur **www.vestiairecollective.com**

EXPO ROYAL


© DIOR

Grace Kelly, puis Princesse de Monaco, fut une icône de mode dont le style et l'élégance inspirent encore et toujours les créateurs contemporains. Christian Dior, comme le fera plus tard Marc Bohan, dessina pour elle de somptueuses créations, qui accompagnèrent les grands moments de sa vie: sublimes robes du soir bien sûr, mais aussi manteaux, modèles haute-couture et même un parfum… Ces pièces uniques sont à découvrir au musée Christian Dior de Granville.

Grace de Monaco, Princesse en Dior. Jusqu'au 17 novembre. Plus de renseignements sur www.musee-dior-granville.com

© SNEAKERS EVENT

SAVE THE DATE

Alerte aux sneakers addicts !
Cette année, le Sneakers Event prend ses quartiers à Paris. 250 collectionneurs dévoileront une sélection de 30 000 baskets, exposée sur plus de 5300m² : exclusivités, modèles rares (et chers…) mais aussi marques mainstream, vous aurez l'embarras du choix. Un rendez-vous à ne pas manquer, au carrefour de la mode et de la culture street.

Le 12 mai, Porte de Versailles à Paris.

20 TONNES

C'est le poids qu'a éliminé la maison britannique Burberry en stoppant la plastification de ses shopping bags. La marque ne compte pas s'arrêter là et annonce bannir les emballages plastiques qu'elle utilisait pour le stockage de ses vêtements, soit une économie de matières plastiques de 9 tonnes supplémentaires. Une démarche aujourd'hui indispensable, qu'on souhaite bien sûr soutenir!

PODCAST

La Fédération de la Haute Couture et de la Mode lance une toute nouvelle série de podcasts. Chaque semaine, retrouvez un des inscrits au calendrier de la fashion week parisienne dans Catwalk Calling, une interview-portrait inspirante. Marine Serre a lancé ce nouveau contenu, puis suivront d'autres designers, comme Anaïs Jourden, Boramy Viguier, Louis Gabriel Nouchi ou encoe CMMN SWDN. **À retrouver sur Soundcloud et vos plateformes habituelles.**

ÉDITION LIMITÉE

© LOEWE

Dumbo, l'adorable petit éléphant de Disney, inspire les créateurs ! Le pachyderme aux grandes oreilles se retrouve tout le printemps chez Undiz et chez Loewe, pour des collections capsule qui nous invitent à retomber en enfance. Difficile d'y résister…

TAINA BOFFERDING

ÉDUQUER À L'ÉGALITÉ

Engagée depuis quinze ans en politique, la nouvelle et jeune ministre Taina Bofferding jongle avec deux portefeuilles, bien décidée à faire bouger les lignes en matière d'égalité entre les femmes et les hommes. Dans son bureau des « Terres Rouges » au cœur de la capitale, la ministre partage en toute convivialité un peu d'hier et d'aujourd'hui.

KARINE SITARZ | PHOTOGRAPHIE JULIAN BENINI

Après vos études en sciences sociales, vous n'avez pas pris ce chemin mais bifurqué vers la politique. Quel a été le déclic ?
Après un diplôme d'éducatrice et des études en sociologie, j'ai tout de suite travaillé pour l'OGBL. J'ai commencé assez jeune à lire les journaux, à m'intéresser au monde et, élève, je prenais déjà part à des manifestations. En 2003, lors d'un rassemblement contre la guerre en Irak, j'ai fait la connaissance de jeunes socialistes dont Yves Cruchten que j'ai souvent revu dans le café où, étudiante, je travaillais. Il me disait : « Comme beaucoup, tu n'es pas contente de la politique mais tu n'as pas le courage de t'engager ! ». Ça a été un déclic et comme j'allais voter pour la première fois… j'ai lu les programmes et choisi le LSAP.

Avez-vous eu un(e) mentor ?
Oui, Lydia Mutsch, bourgmestre à Esch-sur-Alzette quand en 2011 je suis entrée au conseil communal et Vera Spautz qui allait lui succéder. Ce sont deux femmes fortes, deux personnalités qui ont déterminé mon engagement.

Militante LSAP, conseillère communale, députée et aujourd'hui ministre, à quels obstacles avez-vous dû faire face en tant que jeune femme ?
Pour s'engager, il faut beaucoup de temps et un entourage qui vous soutienne. Ce n'est pas tant une question femme-homme qu'une question de génération. Beaucoup estiment qu'il est important que les jeunes s'engagent mais n'ont pas trop envie de travailler avec eux ! Il s'agit donc de trouver des alliés. En ce sens, les Jeunesses socialistes sont une plateforme où on discute et on essaye ensemble de convaincre les aîné(e)s.

Où est l'urgence en matière de parité femmes-hommes ? Par où commencer ?
Je vois deux grandes missions : combattre les inégalités, au niveau des salaires, de la représentation des femmes à des postes à responsabilité… et promouvoir l'égalité. Une de mes priorités est l'éducation. Je suis en train de recruter une personne pour élaborer un programme à développer avec le MEN pour davantage intégrer les questions d'égalité dans l'enseignement fondamental, voire secondaire. Par ailleurs, nous menons avec l'UNI une étude auprès des ados sur la perception des stéréotypes.

Il y a encore des projets avec les éducateurs et éducatrices dans les maisons relais, les crèches car c'est important de travailler avec tous les acteurs du terrain…

… Il y a donc encore beaucoup de stéréotypes ?
Dans les livres scolaires, il y a des exemples peu exemplaires (rires) Analyser les programmes pour les améliorer est un défi. Et pour lutter contre les préjugés, il faut travailler avec les jeunes et les éduquer à l'égalité. Une autre priorité est de thématiser la relation vie privée-vie professionnelle.

Après les réformes du congé parental et du congé familial qui ont des effets positifs, il faut déterminer quels autres instruments peuvent aider les familles. Dans le programme gouvernemental, il y a le droit au travail partiel qui s'adresse aux pères comme aux mères.

Est-ce difficile de concilier le portefeuille de l'égalité entre les femmes et les hommes avec celui très lourd de l'Intérieur ?
Ma vie a totalement changé ! Mais je suis optimiste et dans les deux ministères j'ai des équipes formidables. Je veux trouver des synergies car les communes sont des acteurs importants dans la politique d'égalité. Il faudrait une structure fixe pour les aider à élaborer des projets. Pour cela, je recrute encore une personne au MEGA.

Comment appréhendez-vous les élections européennes ?
Il est important que toutes les forces de gauche se mettent ensemble pour contrecarrer la montée de l'extrême droite et défendre les valeurs de l'Union européenne. Au niveau des droits des femmes, les populistes mettent les acquis en question, il ne faut pas l'accepter !

> **Il faut sensibiliser les pères comme les mères au travail partiel car idéalement ils devraient se partager l'éducation des enfants**

QUESTIONS À LA VOLÉE

UN COUP DE CŒUR ARTISTIQUE
Frida Kahlo, une personnalité féministe, militante, sensible et forte en même temps.

UN LIEU
Esch-sur-Alzette, ville sidérurgique devenue universitaire et bientôt capitale culturelle, pour son histoire, son caractère progressiste, son visage multiculturel et sa mixité.

UN RÊVE
Un monde sans violence, sans haine, où chacun(e) peut développer sa personnalité, vivre libre et être libre de ses choix.

LES ANTIBIOTIQUES c'est pas magique !

Si les antibiotiques sont considérés comme l'une des grandes innovations thérapeutiques du XXe siècle et demeurent essentiels à tous les systèmes de santé, leur consommation sur le plan européen ne cesse de croître. L'augmentation des bactéries résistantes en liaison avec un mauvais usage représente un problème de santé majeur. Éclairage sur leur bonne utilisation.

CHRIS MICK

Lors de la Semaine Mondiale pour un bon usage des antibiotiques qui a eu lieu du 12 au 18 novembre dernier, le Comité National antibiotiques (mis en place dans le cadre du Plan National Antibiotiques 2018-2022) a lancé une vaste campagne de communication visant à sensibiliser tous les secteurs et acteurs concernés sur la promotion d'une utilisation raisonnée. L'enjeu ? Tirer la sonnette d'alarme. C'était d'ailleurs le nom de la campagne. Ainsi, l'appel lancé au corps médical, aux personnels de santé, aux vétérinaires et agriculteurs, mais aussi à l'ensemble des citoyens, incitait à une consommation prudente et éclairée afin de pouvoir continuer à bénéficier de ces armes efficaces contre les infections sévères. Les scientifiques sont formels sur le sujet : ils recommandent la prescription d'antibiotiques qu'en cas d'absolue nécessité et surtout de scrupuleusement respecter les règles d'hygiène surtout dans le cadre hospitalier. Devons-nous en conclure que leur utilisation est devenue abusive ? Au Luxembourg, en 2017, leur consommation a été estimée à au moins 5,12 millions de DDD (Defined Daily Doses) ce qui revient à 3,7 tonnes par an. La majeure partie s'administre en milieu ambulatoire (92,25 %) et ce sont principalement les femmes qui y ont recours, quelle que soit la tranche d'âge étudiée. Parmi ceux qui reçoivent le plus de prescriptions, on recense aussi les enfants entre 0 et 9 ans ainsi que les personnes de plus de 80 ans. L'étude souligne tout de même une baisse chez les enfants, mais note une augmentation chez les séniors. Ce sont les médecins généralistes qui sont à l'origine de 60 % du total des prescriptions en ambulatoire. N'avez-vous jamais dit à votre médecin : « Il me faut des antibiotiques, je guérirai plus vite ! ». Pourtant, ils ne possèdent aucune efficacité contre le rhume ou la grippe ! Ils ne font pas baisser la fièvre et n'agiront pas contre l'infection.

On observe un pic des prescriptions durant la période hivernale avec le cortège de toux, angines et diverses affections respiratoires. Pourtant, 80 % de ces maladies saisonnières sont d'origine virale rendant l'action des antibiotiques inefficace puisque ces derniers n'agissent que sur des infections provoquées par des bactéries. Tout cela implique un usage raisonné de la part des patients, mais aussi une prescription raisonnée de la part du corps médical. En effet, à chaque fois que nous consommons des antibiotiques (à bon escient), ils vont lutter et détruire la bactérie, mais ils en croiseront d'autres à l'intérieur de notre tube digestif dont certaines développeront une résistance liée à la répétition du traitement.

> « PARMI CEUX QUI REÇOIVENT LE PLUS DE PRESCRIPTIONS, ON RECENSE LES ENFANTS ENTRE 0 ET 9 ANS AINSI QUE LES PERSONNES DE PLUS DE 80 ANS »

Malheureusement, les données plus récentes confirment que le nombre de patients infectés par des bactéries résistantes augmente au sein des pays de l'Union européenne et constitue une menace importante de santé publique. Aujourd'hui, ce sont 33 000 personnes qui décèdent chaque année pour cette raison (Étude du Centre européen de prévention et de contrôle des maladies (ECDC). Ajoutons que ¾ de ces maladies causées par des germes résistants surviennent en milieu hospitalier ou de soins. Plus on utilise les antibiotiques, plus le risque d'une résistance antimicrobienne augmente. Le Plan National Antibiotiques (PNA) 2018-2022 a pour objectif de réduire l'émergence, le développement et la transmission des résistances avec une approche « One Health ». Plusieurs axes ont été déployés dans le cadre de sa mise en place. Ils s'articulent autour de la prévention, de l'éducation, de la communication en intégrant aussi la surveillance, la recherche, les traitements et les diagnostics. Si l'évolution des consommations au cours des 4 dernières années permet de constater une baisse, il reste encore des efforts à accomplir.

LE CHIFFRE

8

Le Luxembourg occupe la 8e place dans la liste des plus grands consommateurs d'antibiotiques en Europe. (2018)

INTERVIEW

3 questions vrai/faux à Valérie Guérin, coordinatrice du PNA (Ministère de la Santé)

L'angine de l'enfant ne nécessite pas toujours un traitement antibiotique
VRAI, il faut attendre quelques jours, car ce sont souvent des infections d'origine virale, des antidouleurs suffisent.

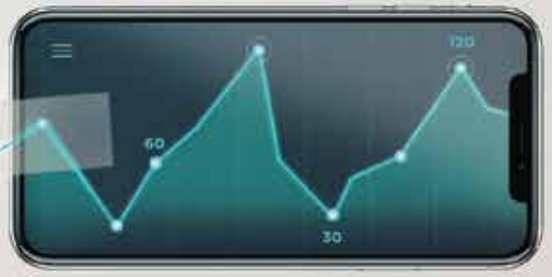
Les antibiotiques permettent de guérir plus vite
FAUX. Ils sont prescrits pour lutter efficacement contre une maladie d'origine bactérienne, ils sont en revanche inefficaces contre les maladies virales courantes. Ils ne réduisent pas non plus la gravité des symptômes.

Je n'ai plus de douleur, je peux arrêter mon traitement.
FAUX. Même si vous avez l'impression d'aller mieux, il faut poursuivre le traitement jusqu'au bout.

MAIS C'EST QUOI AU JUSTE UN ANTIBIOTIQUE ?

Ils sont fabriqués à partir de cultures de micro-organismes ou sont des médicaments entièrement synthétisés qui permettent d'éradiquer des micro-organismes vivants ou d'empêcher leur prolifération. Utilisés dans le traitement de nombreuses maladies infectieuses, leur utilisation abusive ou non adaptée rend les micro-organismes résistants, c'est l'antibiorésistance.
Découverts dans les années 1920, ils ont sauvé des millions de vies en luttant contre des maladies comme la pneumonie, la tuberculose et la méningite.

Ketterthill,
partenaire de votre santé



PASSEZ DU TEST AU RESULTAT

EN UN CLIC SUR
VOTRE TELEPHONE.

Votre suivi en toute transparence
avec l'App Ketterthill

KT Télécharger dans l'App Store DISPONIBLE SUR Google Play

KETTERTHILL

LABORATOIRE D'ANALYSES MÉDICALES

L'ART
DANS LES ENTREPRISES :
LE BEAU EST DANS LE BUREAU

Fernand Léger disait en 1923 que « le beau est partout, dans l'ordre de vos casseroles, sur le mur blanc de votre cuisine, plus peut-être que dans votre salon XVIII^e ou dans les musées officiels. ». Et quand le « beau » s'invite en entreprise, il s'organise autour de très belles collections regroupant toutes les formes d'art. Comment participe-t-il au bien-être au travail ? Quels sont ses effets ? Comment s'effectue le choix des œuvres ? Réponses.

CHRIS MICK

L'art en entreprise revêt de multiples formes. Chaque société opte pour la manière et les moyens les plus adaptés afin de sensibiliser leurs salariés à l'art et à l'intégrer pleinement à leur quotidien. Mais la présence de tableaux, de photos ou de sculptures dans les espaces de travail ne se limite pas à une simple volonté de décorer les lieux. Il s'agit d'humaniser, mais aussi d'évangéliser, d'apaiser tout en stimulant la créativité des salariés. Une collection d'art véhicule des valeurs et des messages de l'entreprise auprès de ses collaborateurs, mais aussi des clients ou des fournisseurs. La collection de photographies contemporaines d'Arendt & Medernach compte aujourd'hui plus de 200 œuvres de tous formats. Elle s'articule autour de deux fils rouges complémentaires : le vivant et l'architecture. Les employés bénéficient d'un rapport quotidien à l'art grâce à la présence des collections dans les espaces d'accueil et de rencontres, mais aussi avec les expositions dans la galerie du rez-de-chaussée qui évoluent constamment. Ils peuvent aussi échanger directement avec les artistes, profiter de visites guidées et commentées des expositions à l'étude et au Mudam qui est partenaire et suivre des formations en histoire de l'art. Certaines sociétés s'associent en effet à des musées ou des galeries pour prolonger les thématiques de certaines expositions d'envergure. Ce fut le cas récemment pour la banque Degroof Petercam avec la rétrospective

> « SI L'ART PARTICIPE AU BIEN-ÊTRE DES COLLABORATEURS ET S'EXPORTE PARFOIS VERS LE GRAND PUBLIC, IL S'IMPOSE AUSSI COMME UN OUTIL DE COMMUNICATION »

consacrée à l'artiste américain Keith Haring. Au travers d'une sélection de 16 photographies inédites et d'un film, la banque a souhaité compléter l'exposition de la galerie, mais surtout de l'ouvrir à un plus large public et notamment aux écoles et aux universités du Luxembourg avec pour objectif de permettre aux étudiants de partir à la rencontre de cet artiste célèbre dans le monde entier. Mais si l'art participe au bien-être des collaborateurs et s'exporte parfois vers le grand public, il s'impose aussi comme un outil de communication pertinent pour valoriser l'entreprise et ses locaux tout en soutenant les artistes. Comment sont sélectionnées les œuvres ?

Chaque société possède sa stratégie. Chez EY, c'est le patrimoine historique et culturel luxembourgeois qui est mis en valeur dans un espace dédié au travers de toute forme d'art (peinture, photos, sculpture). C'est l'occasion pour de jeunes artistes luxembourgeois de montrer leur travail et de gagner en visibilité ou pour des artistes plus confirmés d'exposer leurs dernières créations. Chaque événement débute par un vernissage auquel sont conviés tous les amateurs d'art. L'entreprise se positionne aussi en tant que collectionneur et achète régulièrement des créations des artistes exposés. Cela contribue certes à enrichir les collections, mais aussi à soutenir financièrement la production d'œuvres. L'imposante collection de la BEI offre un panorama de l'art contemporain en Europe avec un accent porté sur les nouveaux talents dont certains ont acquis une renommée internationale. Le message porte, là encore, sur une volonté d'enrichir l'offre culturelle au Luxembourg, mais aussi d'envisager la création contemporaine comme vecteur de développement professionnel et personnel tout en la diffusant le plus largement possible au sein des pays membres.

LE CHIFFRE

600

C'est le nombre d'œuvres contemporaines que possède la BEI.

INFOS

RENDEZ-VOUS

Le salon international d'art contemporain se tiendra à Luxexpo du 26 au 28 avril prochain. Il donne l'occasion au grand public de partir à la rencontre des galeries et des artistes.

NISSAN INTELLIGENT MOBILITY

NISSAN

Innovation that excites

AGILITÉ. TECHNOLOGIE. STYLE.
NOUVELLE NISSAN MICRA N-SPORT

ÀPD 16.390 €(1)

SUPER ÉQUIPÉE :

- Look intérieur et extérieur sport
- Intérieur exclusif avec sellerie Alcantara® et similicuir
- Intelligent Key : ouverture et démarrage sans clé
- New NissanConnect : système de navigation et d'infodivertissement

CONDITIONS EXCEPTIONNELLES

JUSQU'À 20% DE REMISE

CAR AVENUE
DISTRIBUTION AUTOMOBILE DEPUIS 1920

Route de Thionville 535 — L-5887 **Alzingen** — Tél. 00 352 44 45 45
Zone Industrielle Lëtzebuerger Heck — L-3844 **Schifflange (Foetz)** — Tél. 00 352 57 44 22
Rue de Bastogne 170 — L-9011 **Ettelbruck** — Tél. 00 352 81 26 84

Pour plus de renseignements : **contact.lu@caravenue.com**

(1)Toutes primes et remises déduites, calculé sur base d'un prix catalogue recommandé de 20.296 € pour une Nissan MICRA N-Sport IG-T 117 de stock. L'offre (1) est valable du 01/04/2019 au 31/05/2019 chez les concessionnaires Nissan participants, et uniquement sur modèles de stock clairement identifiés. Annonceur : Nissan Belux s.a. (importateur), Bist 12, 2630 Aartselaar, Belgique - TVA BE0838.306.068 - RPM Anvers - beluxfr@nissan-services.eu. Photos non contractuelles.

MICRA 103-121 G/KM 4,1-5,3 L/100 KM (NEDC) NISSAN.LU

GÉRER SES FINANCES : ET SI VOUS VOUS FAISIEZ COACHER ?

Alors que plus d'un ménage luxembourgeois sur quatre déclare éprouver des difficultés pour "finir le mois", un nombre croissant d'outils de gestion de comptes et de solutions de coaching financier voient le jour. Et si c'était la clé pour apprendre à mieux gérer leur argent et enfin arrêter les dépenses futiles ?

JEANNE RENAULD

> **Les coachs bancaires jouent un rôle d'éducateur et de conseiller. Ils vous aident à progresser dans votre gestion financière**

Qualité de vie, revenus confortables, économie en croissance… Le Grand-Duché s'affiche régulièrement dans le top 10 des pays où il fait bon vivre. Pour certains ménages néanmoins, les fins de mois restent difficiles. D'après une étude du STATEC publiée au mois de mars, 26,3 % des foyers luxembourgeois disent éprouver des difficultés à joindre les deux bouts. Pour près de 70 % d'entre eux, cette situation est essentiellement liée à la charge financière du logement. Dans une telle situation, la gestion de son budget au quotidien devient un enjeu essentiel. Pour aider tout un chacun à mieux contrôler ses dépenses et à épargner davantage, mais également dans une perspective d'amélioration de l'éducation financière, les acteurs du secteur bancaire et financier ont récemment imaginé des solutions innovantes. Parmi les nouveaux services offerts : les outils de gestion budgétaire, aussi appelés "Personal Financial Management".

Une appli pour ne plus être dans le rouge

La plupart du temps, ces outils se présentent sous forme d'une application mobile qui permet de visualiser, en un clin d'œil, le solde disponible sur ses comptes. Les opérations effectuées sont catégorisées de manière automatique et des graphiques, à la fois ludiques et analytiques, permettent de mieux comprendre comment vous gérez votre argent. Vous pouvez donc voir, chaque mois, le montant que vous avez dépensé pour votre habitation, votre voiture, vos loisirs ou encore vos séances shopping. Certains acteurs vont plus loin, en intégrant l'intelligence artificielle, la technologie cognitive et l'analyse prédictive à ces solutions. Actifs en France, Linxo et Bankin' font partie des pionniers de ce secteur. Leur application émet par exemple des recommandations pour vous aider à limiter les dépenses inutiles et, de cette manière, à économiser. L'idée est également de prédire, sur base de l'historique des dépenses habituelles, si le compte est suffisamment alimenté pour finir le mois et ainsi éviter de se retrouver à découvert.

Après les coachs sportifs et de vie, place au coach bancaire

À côté de ces outils technologiques, on voit également apparaître des coachs bancaires. En face à face ou par voie digitale, ces professionnels jouent un rôle d'éducateur. Ils vous aident à progresser dans la gestion de vos finances personnelles et à maîtriser votre budget mensuel. Ils peuvent également vous fournir des conseils pour réduire vos impôts, préparer votre retraite, gérer et optimiser votre patrimoine.

Au Luxembourg, de telles initiatives peinent à voir le jour. À l'ère de la digitalisation, face aux acteurs de la FinTech et de la banque en ligne, les institutions bancaires traditionnelles doivent se réinventer.

À côté de la technologie, c'est en investissant sur le facteur humain qu'elles trouveront peut-être le meilleur moyen de répondre aux nouvelles attentes de leurs clients. Dans de telles circonstances, il y a fort à parier que le coaching bancaire devrait continuer à se développer. Et il serait dommage de s'en priver.

LE CHIFFRE

26,3 %

C'est le pourcentage de ménages qui ont du mal à joindre les deux bouts. Les outils de gestion et de coaching bancaires peuvent aider à mieux gérer son budget.

INFOS

SERVICES DE PAIEMENT 2

Entrée en vigueur depuis janvier 2018 dans la plupart des pays européens, la directive sur ***les services de paiement 2*** *(PSD2) va certainement encore faire évoluer les outils de gestion financière et le coaching bancaire. En effet, à partir de septembre 2019, les banques auront l'obligation de donner accès aux comptes de paiement et aux opérations de leurs clients – après avoir obtenu leur accord – à de nouveaux acteurs régulés dans le cadre de cette directive. Concrètement, cela signifie que les outils de gestion budgétaire ne seront par exemple plus attachés à un seul établissement bancaire. Ils pourront intégrer l'ensemble de vos comptes courants, quelle que soit la banque de laquelle ils émanent. Toutes les informations relatives à votre solde et à vos opérations pourront être centralisées, vous offrant une vision globale de votre budget. Pratique, non ?*

INTERVIEW

« Mieux comprendre sa situation financière »

Depuis un an, la Banque et Caisse d'Épargne de l'État (BCEE) propose à ses clients une solution destinée à faciliter la gestion de leurs finances. Roger Krämer, coordinateur Banque Digitale, nous explique son fonctionnement et ses enjeux.

ROGER KRÄMER

En quoi consiste la solution de gestion bancaire développée par la BCEE ?
Baptisé MIA, pour « My Intelligent Assistant », l'outil est intégré à notre Internet Banking et relié aux comptes courants du client. Basé sur une intelligence artificielle, cet assistant remplit trois fonctions. Tout d'abord, en s'appuyant sur les recettes et dépenses récurrentes, il permet d'anticiper le budget disponible jusqu'à une certaine date.

Ensuite, il analyse les rentrées et les sorties financières. Celles-ci sont classées en catégories – immobilier, transports, loisirs, etc. – pour permettre à l'utilisateur de savoir d'où vient son argent et comment il le dépense. Chacun a la possibilité de reclasser des opérations s'il considère que la catégorie déterminée n'est pas correcte, d'exclure des transactions ou des comptes. Enfin, l'outil permet de définir des projets d'épargne et de fixer, pour chacun d'eux, un montant à verser et une échéance.

À quels besoins et enjeux l'outil MIA souhaite-t-il répondre ?
De nombreuses personnes utilisent des tableaux Excel pour gérer leurs finances au quotidien.

Avec MIA, nous souhaitions aller plus loin en offant à nos clients une plate-forme conviviale qui les aide à mieux comprendre leur situation financière et à gérer leur budget facilement. Dans un contexte de transformation digitale, de tels outils nous permettent de rester compétitifs.

D'autres fonctionnalités sont-elles envisagées ?
Nous allons en effet élargir les possibilités offertes par MIA, sur base des retours de nos clients. Pour chaque catégorie, l'utilisateur pourra se fixer un budget à ne pas dépasser. MIA transmettra alors une alerte si ce montant est atteint.

Nous voulons aussi travailler dans une logique plus prédictive, en permettant à MIA d'envoyer un message lorsqu'un ordre permanent va être débité et que le solde sur le compte risque de ne pas être suffisant pour le permettre. L'outil pourra également coacher l'utilisateur dans l'autre sens et l'encourager à épargner si le solde est important.

L'immobilier dans les règles de l'art

Agence immobilière implantée à Bascharage, Christ'Immo vous accompagne dans tous vos projets d'acquisition, vente et location de biens selon une démarche alliant compétence, bienséance et transparence.

Forts d'une expérience acquise au sein d'un réseau immobilier à Luxembourg, Christelle Morhain et Thierry Wolfinger ont fondé voici cinq ans Christ'Immo. « L'idée de créer notre propre agence immobilière était présente dans nos esprits depuis longtemps. Lorsque nous avons eu l'opportunité d'ouvrir notre structure ici, à Bascharage, nous n'avons donc pas hésité », explique Thierry. « Rien n'existait, poursuit Christelle. Nous avons tout créé, de toute pièce. » Un projet qui est né et qui continue de vivre selon une vision bien spécifique de l'immobilier. Christelle et Thierry mettent en effet un point d'honneur à travailler en respectant trois valeurs essentielles à leurs yeux : la compétence, la bienséance et la transparence.

Une démarche professionnelle

Cette approche se traduit de plusieurs façons. Christ'Immo prend le temps de réaliser des estimations poussées, afin de correspondre au mieux aux prix du marché. « Nous exerçons un métier de conseil, souligne Thierry. Sur un marché qui se montre de plus en plus exigeant, notre rôle est d'être honnêtes, bienveillants et à l'écoute des projets de nos clients, quels qu'ils soient, du début à la fin. »

Dans cette optique, Christelle et Thierry prennent également le temps de se former en continu. « L'immobilier est un secteur qui évolue rapidement, les lois changent régulièrement, confie Christelle. C'est important de rester informés pour pouvoir accompagner nos clients de façon optimale. »

Atteindre un de vos rêves

Christ'Immo est en mesure de répondre à tous vos besoins en matière d'immobilier. L'agence possède plusieurs cordes à son arc. Elle propose l'achat, la vente et la location de biens. Elle prend aussi en charge la gestion de projets, la gestion locative et la vente de fonds de commerce en toute discrétion.

> **“C'EST TRÈS APPRÉCIABLE DE PARTICIPER AU BONHEUR DES GENS”**

En cas de vente, l'agence travaille uniquement sous mandat. À cet égard, elle a développé un mandat spécifique, appelé « vision ». Grâce à cet accord, vous confiez votre bien à vendre à une seule agence immobilière, Christ'Immo, qui prend pleinement soin de votre dossier. Ce mandat vous offre également une grande autonomie : vous avez la possibilité de le résilier à tout moment si vous estimez que les engagements pris n'ont pas été respectés. Car pour Christ'Immo, l'immobilier est avant tout une question de rencontre et de satisfaction. « C'est très appréciable de participer au bonheur des gens, de voir que vous pouvez leur permettre d'atteindre un de leurs rêves. C'est l'une des raisons principales pour lesquelles nous exerçons ce métier », concluent les deux agents.

CHRIST'IMMO
AGENCE IMMOBILIÈRE

CHRIST'IMMO
143, Avenue du Luxembourg
L-4940 Bascharage
Tél. : 28 77 05 36 / 691 196 633
info@christimmo.lu
www.christimmo.lu

EY LUXEMBOURG

BERND HENNINGER

“À travers ces services, nous souhaitons permettre à nos employés de trouver un bon équilibre entre vie privée et vie professionnelle”

Ces boîtes qui facilitent le quotidien de leurs employés

Avec plus de 1300 collaborateurs, EY Luxembourg est l'un des plus importants employeurs du pays. Pour attirer et retenir ses talents, l'entreprise a mis en place des services et équipements destinés à simplifier leur quotidien et à améliorer leur qualité de vie. Bernd Henninger, directeur des opérations, nous explique.

JEANNE RENAULD

En 2016, EY Luxembourg a emménagé dans ses nouveaux bureaux au Kirchberg, avec la volonté de construire un « better working world », une stratégie développée à l'échelle du groupe EY. Comment ce projet d'envergure se concrétise-t-il ?

Cette ambition, visant à proposer un meilleur environnement de travail à tous nos collaborateurs, se traduit de plusieurs façons. Pour faciliter l'accès à nos bureaux, nous avons par exemple développé des services de mobilité. Chaque employé bénéficie d'un abonnement gratuit à tous les transports en commun au Luxembourg, qu'il peut utiliser tous les jours, à tout moment, pour se rendre sur son lieu de travail, en clientèle, mais également pour ses déplacements personnels. Se garer au Kirchberg n'étant pas aisé, nous disposons par ailleurs d'emplacements de stationnement au sein des parkings « Coque », situés à un kilomètre du bureau, que chaque collaborateur a la possibilité de louer s'il le souhaite. Enfin, nous disposons d'un parc de vélos que nos employés peuvent emprunter pour par exemple se rendre chez un client, au magasin, au restaurant ou à la salle de sport sur le temps de midi.

LE CHIFFRE

1300

C'est le nombre de collaborateurs qui travaillent pour EY au Luxembourg.

L'ensemble du bâtiment a également été conçu de manière à favoriser le bien-être au travail…

Effectivement, nous veillons à ce que nos collaborateurs se sentent bien. Nous y accordons une grande importance. C'est pourquoi chaque poste de travail est baigné par la lumière naturelle. Des matériaux spécifiques ont été utilisés afin de réduire les nuisances sonores et améliorer l'acoustique. Alors que dans beaucoup de bâtiments l'air n'est renouvelé qu'à travers un système de ventilation, chez EY, les collaborateurs ont la possibilité d'ouvrir les fenêtres pour profiter de l'air extérieur, de régler la température dans les locaux selon leurs préférences. Nous avons également mis en place de nouveaux concepts de travail qui favorisent la flexibilité. Nos collaborateurs disposent tous d'un smartphone et d'un ordinateur portable pour travailler d'où ils veulent. Ils peuvent choisir entre des tables de bureaux traditionnelles ou des tables hautes. Nous disposons de salles de réunion classiques mais également de salles pour collaborer de manière plus informelle. Tous ces éléments peuvent paraître insignifiants ou futiles mais ils contribuent réellement à ce que l'on se sente bien.

Quels sont les services que vous offrez à vos collaborateurs afin de leur faciliter la vie ?

Nous n'avons pas de cantine mais nous proposons des sandwiches, salades composées, fruits, en-cas sucrés, etc. pour les collaborateurs qui n'ont pas emporté leur pique-nique ou qui ont un petit creux. Chaque étage du bâtiment est équipé d'un coin lunch où ils peuvent prendre leurs repas dans une ambiance agréable ainsi que d'un espace où de l'eau et du café sont mis à disposition.

L'immeuble abrite également l'établissement Sucré & Salé, qui n'appartient pas à EY, mais dont l'offre permet à chacun

de trouver de quoi déjeuner : soupes, plat du jour, pâtes, burgers, quiches, etc. S'ils souhaitent minimiser la perte de temps, nos collaborateurs peuvent donc se restaurer sans sortir du bâtiment.

> **Nous accordons une grande importance à ce que nos collaborateurs se sentent bien**

Ils peuvent également profiter de l'importante offre de restaurants présente sur le plateau du Kirchberg. Parallèlement, nous mettons à disposition des vestiaires et des douches. De nombreux salariés profitent par exemple du temps de midi pour effectuer leur jogging.

Nous leur offrons la possibilité de se changer et de se laver après l'effort, directement sur leur lieu de travail. Enfin, nous proposons un service de conciergerie d'entreprise qui les décharge de certaines tâches ménagères (nettoyage à sec, repassage, etc.) et leur permet de bénéficier d'offres sociales, sportives ou culturelles avantageuses.

Les Big 4 ont la réputation d'être des sociétés où la pression est forte et la charge de travail importante. En proposant de tels services à vos employés, n'est-ce pas une façon de les retenir au bureau et de les encourager à travailler davantage ? Ou bien y a-t-il une réelle prise de conscience de votre part et une volonté de favoriser leur bien-être ?

Bien sûr, ces éléments contribuent à renforcer les performances de nos collaborateurs. Notre volonté est de permettre à chacun de s'épanouir au mieux dans le cadre professionnel, afin qu'il puisse donner le meilleur de lui-même. Avec ces services et ces installations, nous souhaitons avant tout prendre soin de nos talents, rendre leur vie plus facile et surtout leur permettre de trouver un équilibre entre vie privée et vie professionnelle. C'est également une façon d'attirer, de garder et de motiver nos collaborateurs. Et dans un contexte de recrutement concurrentiel, il s'agit d'atouts non négligeables, qui renforcent notre marque employeur. Car si la rémunération financière est importante, tout comme la reconnaissance de ses supérieurs et de ses pairs, des conditions et un environnement de travail agréables sont également essentiels pour s'épanouir dans son job.

LE CHIFFRE

20e

C'est la position d'EY dans le classement Best Workplaces® en Europe.

UNE MARQUE EMPLOYEUR ?

Aujourd'hui, tant du côté des candidats et des collaborateurs que des entreprises elles-mêmes, une importance cruciale est accordée à la marque employeur. Celle-ci permet de renforcer l'attractivité d'une société aux yeux de potentielles recrues et de fidéliser les talents déjà en place. Trois grands labels, à l'échelle globale, mettent en avant les « meilleurs employeurs » : Best Workplaces, Top Employers et Universum. Seuls Best Workplaces et Top Employers sont présents au Luxembourg. Cette année, ce sont Avery Dennison, Temenos, Agile Partner, Aviva Investors et Prodware qui ont été désignées Best Workplaces® 2019 respectivement dans les catégories Très grandes, Grandes, Moyennes, Petites et Très petites entreprises. À l'échelle européenne, parmi les multinationales, ce sont Salesforce, Mars et Scandic qui se trouvent sur le podium. EY pointe en 20e position. L'institut Top Employers a quant à lui certifié cette année Accenture, BGL BNP Paribas, Dimension Data, Goodyear, ING et Orange.

DIVERSITÉ AU SEIN DES ENTREPRISES LUXEMBOURGEOISES ET SATISFACTION AU TRAVAIL

Le Docteur Laetitia Hauret du Luxembourg Institue of Socio-Economic Research (LISER) et le Professeur Donald Williams de la Kent State University étudient l'impact de la diversité de nationalités au sein des entreprises luxembourgeoises sur la satisfaction au travail des salariés.

LAETITIA HAURET

Pourquoi étudier la diversité ?
Au cours des dernières décennies, en Europe comme au Luxembourg, la composition de la main-d'œuvre s'est diversifiée. Les femmes, les seniors ou encore les immigrés sont, par exemple, beaucoup plus nombreux à exercer un emploi. Cette plus grande diversité de la main-d'œuvre a suscité de nombreuses questions au sein des entreprises, qui s'interrogent notamment sur les effets de la diversité sur leur compétitivité et le bien-être de leurs salariés. Notre étude se focalise sur l'une de ces interrogations. Elle étudie les effets de la diversité au sein des entreprises sur la satisfaction au travail des salariés.

Que nous apprennent les études précédentes sur les effets de la diversité sur la satisfaction au travail ?
Les études existantes n'ont pas permis de dégager un consensus autour des effets de la diversité sur la satisfaction au travail. D'un côté, la diversité de la main-d'œuvre, en créant un environnement de travail enrichissant via, notamment, la confrontation de différents points de vue et/ou méthodes de travail, peut augmenter la satisfaction des salariés. D'un autre côté, la diversité peut générer des problèmes de communication, voire des conflits pouvant engendrer une insatisfaction au travail. Si certaines études concluent à un effet négatif de la diversité sur la satisfaction au travail des salariés, d'autres concluent à une absence d'effet ou à un effet positif.

> « La question de la cohésion entre salariés de différentes nationalités sur un même lieu de travail revêt une grande importance »

Pourquoi se concentrer sur la diversité en termes de nationalité ?
Le Luxembourg, de par la croissance et l'attractivité de son marché du travail, compte plus de 70 % de travailleurs d'origine étrangère (frontaliers et étrangers résidant au Luxembourg). Dans ce contexte, la question de la cohésion entre salariés de différentes nationalités sur un même lieu de travail revêt une grande importance.

Quels sont les résultats de votre étude ?
Notre étude montre que les salariés qui travaillent dans des entreprises plus diverses en termes de nationalité sont moins satisfaits de leur travail. Ce résultat donne du crédit à l'idée que la diversité peut être source de tensions entre collègues, qu'elle peut générer des problèmes de communication ou de partage de valeurs. Toutefois, notre étude montre que le lien négatif entre diversité et satisfaction au travail s'amoindrit au fur et à mesure que la diversité augmente dans l'entreprise.

Afin de mieux comprendre ces résultats, nous avons divisé les salariés étudiés en deux groupes : ceux qui ont la nationalité majoritaire dans leur entreprise et ceux qui ont une nationalité minoritaire. Pour les salariés qui ont la nationalité majoritaire, la satisfaction diminue à mesure que la diversité augmente. Pour les salariés qui ont une nationalité minoritaire, dans un premier temps, la satisfaction diminue avec la diversité.

Puis, dans un second temps, lorsque le degré de diversité est suffisamment élevé, leur satisfaction augmente avec la diversité. Ce résultat s'explique par l'idée que lorsque le niveau de diversité est suffisamment élevé, les minorités sont moins visibles et les interactions entre les différentes nationalités sont plus fréquentes, ce qui permet à chaque groupe d'apprendre à travailler sereinement ensemble.

Effet papillon et autres incidences

Maîtres Rimondini et Frabetti nous éclairent ce mois-ci sur la responsabilité d'un employeur du fait d'actes répréhensibles commis par son salarié.

FRÉDERIC FRABETTI & CARMEN RIMONDINI

Maîtres, existe-t-il une responsabilité de l'employeur concernant les agissements d'un de ses salariés ?
La loi prévoit une responsabilité de l'employeur pour les faits commis par un salarié. De ce fait, la société qui emploie un salarié peut être tenue responsable des agissements de celui-ci et notamment en matière pénale. À ce titre, l'article 34 du Code pénal prévoit notamment que « lorsqu'un crime ou un délit est commis au nom et dans l'intérêt d'une personne morale par un de ses organes légaux ou par un ou plusieurs de ses dirigeants de droit ou de fait, la personne morale peut être déclarée pénalement responsable et encourir les peines prévues par les articles 35 à 38. La responsabilité pénale des personnes morales n'exclut pas celle des personnes physiques auteurs ou complices des mêmes infractions. »

Quelles sont alors les conditions pour qu'un employeur soit condamné pour les agissements d'un de ses salariés ?
Il faut que les actes commis par le salarié le soient au nom et dans l'intérêt de l'employeur conformément à l'article 34 du Code pénal. Il est utile de préciser que cette responsabilité de l'employeur ne peut être engagée qu'en cas de crime ou de délit du salarié. Il n'y a pas de responsabilité par rapport aux simples contraventions.

Quelles sont les peines pénales prévues pour l'employeur ?
L'employeur, soit la société qui emploie le salarié, peut se voir infliger les peines suivantes :

- En premier lieu, une amende de 500 à 750.000 €. L'amende peut être quintuplée lorsqu'il s'agit de crimes et délits contre la sûreté de l'État, d'actes de terrorisme et de financement de terrorisme, d'infractions aux lois relatives aux armes prohibées en relation avec une association de malfaiteurs ou une organisation criminelle, de traite d'êtres humains ou proxénétisme, de trafic de stupéfiants en relation avec une association de malfaiteurs ou une organisation criminelle, de blanchiment et recel, de concussion, prise illégale d'intérêts, corruption active et passive, corruption privée ou bien d'aide à l'entrée et au séjour irrégulier en relation avec une association de malfaiteurs ou une organisation criminelle.
- La confiscation spéciale des éléments en relation avec la commission de l'infraction peut être décidée.
- Ainsi que l'exclusion de la participation à des marchés publics.
- Enfin, la dissolution de la société peut être ordonnée.

Est-ce que la responsabilité de l'employeur du fait du salarié est limitée uniquement aux peines pénales déjà mentionnées ?
Non. En effet, l'article 136 du Code de la sécurité sociale prévoit une responsabilité pour les entrepreneurs et notamment du fait de leurs salarié, déclarés coupables par un jugement pénal d'avoir provoqué un accident, soit avec intention, soit par négligence et condamnés à une peine d'emprisonnement de huit jours au moins.

> **La responsabilité pénale des personnes morales n'exclut pas celle des personnes physiques auteurs ou complices des mêmes infractions**

Quelles peuvent alors être les conséquences en ce cas ?
L'employeur peut alors être condamné à rembourser à l'Assurance accident, donc à l'État, toutes les dépenses engagées en indemnisation de l'accident ou de l'infraction commise par le salarié.

Vous vous sentez à l'étroit ?
C'est le moment de changer d'espace !

DEPUIS 1986

Léa Kappweiler Bureau Immobilier

39, Boulevard Royal L-2449 Luxembourg - Tél. : 40 00 50 - info@kappweiler.lu
ACHAT - VENTE - LOCATION - PROMOTION

WWW.KAPPWEILER.LU
Cap vers votre futur logement

NEWS SOCIÉTÉ

TOUCH&PLAY : S'ENTRAÎNER ET S'AMUSER

Le 12 mai prochain, Touch&Play ouvrira ses portes à la Cloche d'Or. Se muscler et développer sa vitesse et son agilité sans s'infliger la torture des appareils d'une salle de fitness classique ? Se maintenir en forme sans risquer la monotonie d'une séance de running ? Laurence Clasen et Frédéric Mayer vont révolutionner votre vision de l'effort grâce à leur concept inédit au Luxembourg : Touch&Play. Cette salle de sport visionnaire repose sur des installations qui combinent lumière et musique, pour s'entraîner tout en s'amusant, sous le regard bienveillant de coachs professionnels, spécialement formés à cette technologie destinée aux sportifs de 7 à 77 ans. Un système de personal training est également proposé pour celles et ceux qui cherchent à se dépasser tant sur le plan physique que mental. Enfin, pour achever de faire de sa séance un pur moment de bien-être, Touch&Play proposera également un « Bar Nutritif », qui dispensera conseils et programmes alimentaires pour optimiser les séances d'entraînement.

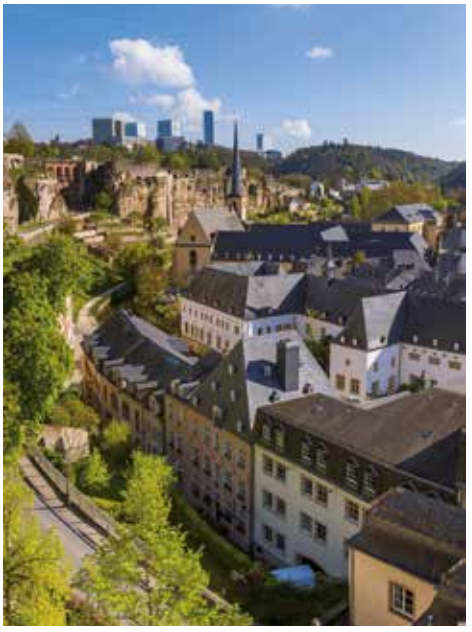
À noter : Touch&Play propose des séances Découvertes gratuites, sur inscription sur leur site : www.touch-and-play.lu.
18 rue du Père Raphaël, L-1349 Luxembourg

CACEIS À LA CONQUÊTE DE L'EUROPE

La société française Caceis (filiale du groupe Crédit Agricole) a acté son rapprochement avec Santander Securities Services (ou S3), filiale de la banque espagnole éponyme. Les deux entreprises font le même métier, à savoir notamment de la conservation et de l'administration de titres. « Caceis a pour objectif une couverture géographique complète de l'Europe. L'alliance avec S3 permet de nous étendre en Espagne, où nous n'étions pas présents. Cela bénéficiera aussi aux activités luxembourgeoises », a expliqué dans un communiqué Éric Derobert, directeur de la communication de Caceis, avant de poursuivre : « Les clients espagnols de S3 auront demain accès à l'offre luxembourgeoise de Caceis, ce qui n'est pas le cas aujourd'hui. Réciproquement, l'accès au marché espagnol sera aussi facilité pour les clients luxembourgeois. »

LE CANNABIS THÉRAPEUTIQUE À L'ESSAI AU GRAND-DUCHÉ

Dans une réponse parlementaire à la députée CSV Martine Hansen qui l'interrogeait sur la loi autorisant l'usage du cannabis à des fins médicales, adoptée par les députés l'été dernier, publiée le mercredi 17 avril, Étienne Schneider, ministre de la Santé luxembourgeois, a révélé les premiers chiffres concernant l'usage du cannabis à des fins thérapeutiques. Ainsi, 250 médecins ont suivi une formation qui leur permet de prescrire du cannabis thérapeutique, dont les deux tiers sont des médecins généralistes. Le ministre a également fait mention de 120 patients participant au protocole.



LUXEMBOURG : INFLATION À LA HAUSSE

Alors que la tendance européenne serait à la baisse, le Luxembourg voit son taux d'inflation légèrement revu à la hausse en ce début d'année 2019, selon Eurostat, l'office statistique de l'Union européenne. Avec un chiffre de 0.3 %, le Luxembourg fait ainsi partie des neuf pays européens où l'inflation annuelle est la plus forte. Le taux d'inflation annuel était en hausse au Grand-Duché entre février et mars 2019 (+0,3 %), alors même que l'inflation était en légère baisse en zone euro sur la même période, passant de 1,5 % à 1,4 %, selon une nouvelle étude Eurostat.
Sur l'année, le taux d'inflation annuel dans l'UE reste quant à lui stable, à 1,6 %. Pour expliquer cette hausse, l'office statistique de l'Union européenne met en avant l'augmentation des prix de l'énergie, des services, de l'alimentation, de l'alcool, du tabac et enfin des biens industriels (hors énergie).

LA 5G ARRIVERA-T-ELLE AU LUXEMBOURG ?

Alors qu'elle a été interdite à Bruxelles, la 5G pose également débat au Grand-Duché. En cause ? Les nombreuses études publiées qui mettent en lumière les risques pour la santé. Une pétition s'opposant à son installation a ainsi récemment vu le jour au Luxembourg.
La 5G, ou cinquième génération de normes pour réseau mobile, est la nouvelle version de l'ensemble des technologies mobiles dont le déploiement doit se poursuivre dans le courant de l'année 2020. La 5G est avant tout une amélioration des capacités techniques offertes par la 4G, tout comme celle-ci a permis d'accélérer les débits par rapport à la 3G. Intitulée « Contre l'installation du réseau 5G au Luxembourg », la pétition mentionne « qu'il n'est pas acceptable que notre santé soit exposée et sacrifiée au nom du progrès technologique {...} sans au préalable en avoir étudié et examiné les conséquences de celle-ci sur son environnement ».

Ainsi, son auteur demande l'interdiction d'installer la 5G au Luxembourg, se fondant notamment sur une étude réalisée par quelque 170 scientifiques qui tous s'accordent sur les effets de cette technologie sur notre santé.
Pour le moment la pétition a recueilli plus de 1200 signatures, tandis que le seuil de 4500 doit être atteint pour qu'une proposition soit débattue à la Chambre.

NOUVEAU BUREAU POUR LÉA KAPPWEILER

Installée au Grand-Duché depuis 1986 et première femme à devenir agent immobilier indépendant au Grand-Duché, Léa Kappweiler a su fidéliser sa clientèle grâce à son professionnalisme et son savoir-faire, et surtout son sens du Service, « avec un S majuscule », comme elle se plaît à le rappeler. Des atouts qui continuent, d'ailleurs, de lui assurer un beau succès. Spécialisée dans le segment des objets immobiliers haut de gamme, Léa Kappweiler poursuit son développement en ouvrant une nouvelle agence Boulevard Royal à Luxembourg-ville. Achat, vente, location, évaluation et promotion/développement, Léa Kappweiler Bureau Immobilier mettra résolument toutes ses compétences et ses expériences à votre disposition.

39, Boulevard Royal L-2449 Luxembourg - Tél. : 40 00 50 - info@kappweiler.lu

CRÈME

VINOBLE COSMETICS

HYDRO-REGENERATING CREAM

Fondée sur le principe de « clean beauty », la marque autrichienne de cosmétiques Vinoble Cosmetics utilise uniquement de précieuses substances actives naturelles extraites du raisin et du sureau, et bannit les ingrédients issus de la pétrochimie. De ses recherches est née toute une gamme formulée à partir d'extraits d'oligo-proanthocyanidine, un précieux antioxydant, idéal pour les peaux stressées qui ont besoin d'aide pour se régénérer. Nous avons testé pour vous !

SARAH BRAUN

MARIA PIETRANGELI

\+ Une texture fine. J'adore l'idée que ce produit soit un cosmétique naturel, sans parabène, ni paraffine, ni colorant synthétique et ni conservateur, ni huile minérale, ni silicone. Je peux l'utiliser en toute sécurité. Composée exclusivement d'ingrédients naturels, cette crème est rapidement absorbée par la peau. Au fil des jours, la peau est plus souple parce que parfaitement hydratée.

– Je n'aime pas la texture, pas assez dense à mon goût.

SARAH BRAUN

\+ La texture gel est aussitôt absorbée et l'odeur est fraîche et fleurie : elle est super agréable à utiliser. D'ordinaire réactive à ce genre de texture, ma peau l'a adorée, et cela est d'autant plus étonnant qu'elle a été essayée la première fois après une séance de piscine. Elle hydrate en profondeur et repulpe instantanément.

– Le pot, franchement pas glam' du tout !

JULIE BÉNIÈRE

\+ J'aime beaucoup l'inspiration Spa du contenant, qui mixe des matières nobles. Je m'attends à tester un crème haute de gamme et je ne suis pas déçue. J'adore la texture fondante, veloutée et fluide qui pénètre rapidement dans la peau et qui apporte une douceur unique. J'apprécie l'idée d'utiliser des produits issus de l'agriculture biologique, sans parabènes et sans conservateurs.

– J'aime l'odeur du raisin, j'aime l'odeur du vin, mais l'odeur du raisin et le vin dans une crème cosmétique, j'aime moins !

JULIE MALLINGER

\+ Quel plaisir de tester une crème uniquement faite de produits Vegan ! Je ne connaissais pas du tout la marque Vinoble Cosmetics, mais j'ai été agréablement surprise par leur packaging, très sobre et épuré (tout ce que j'aime) et surtout leur crème hydratante anti-âge d'une pure efficacité. Ma peau a immédiatement été hydratée et a retrouvé son éclat.

– Je n'ai pas aimé l'odeur.

DESSANGE
PARIS

ORIGINE

Luminosité et éclat sont à l'honneur cette saison. À l'image des **reflets ensoleillés** qui embellissent la chevelure, la **collection maquillage DESSANGE Origine** réchauffe le teint et habille le visage de nuances nacrées. Les textures sont légères, et les teintes, tantôt fraîches, tantôt solaires, se portent au gré des envies et des moments de la journée pour **sublimer la peau hâlée** des premiers aux derniers jours de l'été.

L'HARMONIE D'UN **TEINT** FRAIS ET ÉCLATANT

HAPPY'TOUCH
Poudre compacte lumière

Cette poudre illuminatrice à la texture fine et soyeuse réchauffe le teint d'un subtil voile nacré. Disponible en deux harmonies, elle s'accorde à la couleur naturelle de la peau pour un résultat frais et éclatant !

Deux harmonies : Spring light, Summer light

LA DOUCEUR D'UN **REGARD** NATUREL

SUBTIL'REGARD
Palette six ombres à paupières

Conditionné dans une palette finement brodée, ce camaïeu d'ombres à paupières est idéal pour un regard sur mesure ! Les teintes, du beige froid au brun intense, se combinent à merveille pour un résultat naturel et une tenue parfaite.

FANTASTIC'MASCARA
Mascara waterproof effet volume

Allié idéal pour un maquillage irréprochable, ce mascara waterproof sculpte et galbe les cils grâce à sa brosse généreuse pour un maximum de volume ! Parfait pour affronter les chaleurs estivales.

Retrouvez tous les produits DESSANGE dans vos salons DESSANGE Luxembourg.

© Fotolia - Nat bowomphatmon

NEWS HEALTHY

LISA BEYS

JE FABRIQUE MON BAUME À LÈVRES BIO

Pour un baume à lèvres tout doux : dans un récipient, versez 1 cuillère à café de beurre végétal de karité bio, 1 cuillère à café d'huile d'olive ou de coco et 1 cuillère à café de cire d'abeille ou de riz en paillettes. Chauffez l'ensemble au bain-marie tout en mélangeant régulièrement. Une fois le tout fondu, ajoutez 2 gouttes d'huile de germe de blé. Versez le tout dans un petit pot bien nettoyé et laissez reposer à température ambiante jusqu'à ce que le baume soit parfaitement solidifié.

Pour encore plus de recettes :
***Je crée mes cosmétiques bio*, Corine Smadja, Editions Ecce, 2016.**

LE CHIFFRE

480
millions d'euros

c'est le chiffre d'affaires généré par les cosmétique bios en 2017 en France.

GARE AU GREENWASHING !

Le bio est un secteur lucratif. Nombre d'entreprises utilisent des images, des slogans et des logos qui induisent le consommateur en erreur en lui faisant croire qu'il achète bio. La mention « origine naturelle », par exemple, ne signifie pas que le produit est bio ! Les exigences des labels varient : par exemple, pour bénéficier de la certification, un label peut interdire parfums, colorants de synthèse, silicones, exiger 95 % d'ingrédients naturels… mais permettre que 10 % seulement du total des ingrédients soient issus de l'agriculture biologique ! Il faut toujours bien lire les étiquettes.

HALTE AU PLASTIQUE

Selon l'ONG WWF, chaque année, 8 millions de tonnes de plastique finissent dans nos océans. Seuls 9 % des déchets plastiques sont recyclés dans le monde : bouteilles de shampoing ou gel douche, brosses à dents, pots de crème hydratante… Notre salle de bains en regorge. Audrey et Alexia regroupent sur leur compte Instagram **@beautyshakefr** des dizaines de recettes de cosmétiques DIY : une vraie communauté d'entraide.

On se lance sans hésiter, pour une beauté zéro déchet !

ISO 16 128 : UNE POLÉMIQUE INTERNATIONALE

Les professionnels du secteur ont vivement réagi à cette nouvelle norme, entrée en vigueur en 2017 et qui n'impose pas de pourcentage minimal de bio dans le produit cosmétique fini. Pire, elle tolèrerait même la présence de composants sujets à controverse (silicones, parabènes).

Fiez-vous aux labels indépendants et épluchez leur cahier des charges pour faire votre choix en toute transparence.

QUELLES APPLIS POUR S'Y RETROUVER ?

Certains produits peuvent contenir des irritants, des allergènes ou des perturbateurs endocriniens suspectés ou avérés. Dans ce contexte, plusieurs applications nous aident à y voir plus clair :

- **INCI Beauty** donne la liste des composants du produit analysé à l'aide d'un simple scan du code-barres. Le produit est aussi noté selon sa composition.
- **Yuka**, très connue pour l'aspect alimentaire, intègre désormais l'analyse des produits cosmétiques.

LED : LA LUMIÈRE SUPERSTAR

Certes, si on vous parle LED (Light Emitting Diode), vos associations d'idées vous conduisent spontanément au rayon bricolage et ampoules. Pourtant, ces rayons lumineux sont pourvus de vertus insoupçonnées et méconnues sur la santé et la beauté, dont vous auriez tort de vous priver. Nous avons étudié son mécanisme d'action et ses différents bienfaits pour vous.

SARAH BRAUN

Un peu d'histoire

Les effets de la lumière de la peau ne datent pas d'hier, puisque c'est en 1903 que le médecin danois Niels Finsen a décroché le Nobel de médecine pour sa découverte des effets thérapeutiques de la lumière. Il aura fallu ensuite plus d'un siècle de recherches et de progrès en matière de biologie moléculaire pour comprendre cette obscure découverte. En fait, la lumière a une action sur tous les êtres vivants - faune et flore inclus, et notamment sur « tous les organes selon des mécanismes similaires à ceux qui permettent aux plantes de respirer, car au cœur de toutes les cellules se trouvent des structures microscopiques, les mitochondries - ou poumons des cellules - qui sont activées par l'énergie lumineuse, en permettant à l'oxygène de jouer son rôle essentiel », explique le Dr. Bénichou, auteur de l'ouvrage *Que la lumière soigne*, paru aux Éditions JC Lattès en 2010. Aussi, toutes les cellules profitent du rayonnement de la lumière, dont le spectre se compose de différentes longueurs d'onde, dont chacune se caractérise par une couleur spécifique.

Pourquoi cet engouement ?

Si les diodes électroluminescentes connaissent un tel engouement depuis quelques années, que ce soit dans les secteurs de la santé ou de la beauté, c'est avant tout car celles-ci sont non invasives et indolores. D'autant qu'elles apportent des résultats largement significatifs : les LED se sont ainsi très facilement imposées comme une méthode sans risque, efficace en tant que traitement complémentaire ou en relais d'autres techniques esthétiques.

Comment les LED agissent-elles ?

Les diodes électroluminescentes sont, en règle générale, fixées sur un plateau mobile. De couleurs différentes, en fonction de leur longueur d'onde, elles pénètrent au cœur du derme, de façon plus ou moins importante. La lumière vive émise agit directement sur le métabolisme des cellules

de la peau en stimulant la production d'énergie. C'est la combinaison de la production d'énergie, le type de longueur d'onde et l'absorption de l'énergie par la peau qui est donc à l'origine de l'efficacité d'un tel traitement. Parmi leurs nombreux avantages, les LED ont celui de ne pas dégager de chaleur : aucun risque de brûlure, donc, ni aucun effet indésirable ou contre-indication connus à ce jour. En revanche, la technologie demande d'être pratiquée par un spécialiste équipé d'un matériel de bonne qualité, car si la peau reçoit une trop grande dose de lumière lors d'une même séance, l'efficacité de celle-ci sera nulle.

Quelle couleur pour moi ?
Chaque pathologie nécessite l'utilisation d'une couleur différente.

- **La LED bleue** est indiquée dans les traitements contre l'acné, grâce à son action antiseptique. Elle agit en effet au niveau de l'épiderme afin de dégrader la bactérie responsable des comédons et inflammations cutanées.
- **La LED jaune**, elle, est préconisée afin de lutter contre le vieillissement et le relâchement cutanés, grâce à son action régénératrice. Elle vient en effet stimuler les cellules du derme qui produisent le collagène et l'élastine, que l'on appelle fibroblastes. D'ailleurs, au niveau du corps, ce sera les diodes jaunes que le médecin choisira pour effacer les vergetures (à faire dès que celles-ci apparaissent pour plus d'efficacité, ndlr.)
- **La LED rouge**, quant à elle, est utilisée à des fins de cicatrisations. Parce qu'elle parvient jusqu'au derme, au cœur duquel elle a une action cicatrisante et anti-inflammatoire, la LED rouge permet de soigner des pathologies cutanées à l'instar de l'eczéma, du psoriasis ou après des traitements laser ou peeling.
- **La LED verte** est préconisée pour son action contre les taches pigmentaires, et notamment les taches brunes.
- **La LED orange**, enfin, a quant à elle des propriétés raffermissantes et est souvent indiquée dans des traitements minceur.

À NOTER

On peut combiner plusieurs couleurs de LED différentes au cours d'une seule et même séance, en fonction des besoins. Par exemple, en cas d'acné sévère ou de rosacée, le médecin peut choisir d'utiliser des diodes bleues pour leur effet antibactérien et des diodes rouges pour leur action cicatrisante.

Osez.lu
Kirchberg
by Carine Delvaux

Centre Médico-Esthétique
et de Thérapie Holistique

Le MÉDICAL REJULIGHT SYSTEM® est une technique de photomodulation par LED de dernière génération, innovante, qui permet un effet réparateur sur les affections cutanées, l'acné, les vergetures, le psoriasis et les cicatrices, post traitement médecine esthétique et chirurgie esthétique, mais également l'alopécie (chute des cheveux), le vieillissement cutané, etc.

Cette CHROMOTHÉRAPIE par LED permet également de retrouver le bon fonctionnement du corps (physique, psycho-émotionnel et fonctionnel), stress, sommeil...

POUR LA FÊTE DES MÈRES,
PENSEZ À NOS BONS CADEAUX !

Prix de lancement : 75 €

Consultation et protocole personnalisés
+ une séance de diode LED médicale

CID Esthétique

103 rue des Maraîchers L-2124 Luxembourg
Tél. : 661 375 945 - www.osez.lu
Réservez votre rendez-vous sur www.osez.lu/agenda

FAIRE LA PAIX AVEC SON CORPS

15 ASTUCES POUR ABORDER L'ÉTÉ

L'HIVER S'ÉLOIGNE, MAIS VOTRE CORPS ACCUSE LES STIGMATES D'UN TROP-PLEIN DE FROMAGE ET D'UN DÉFICIT EN SPORT. POUR AUTANT, L'IDÉE DE VOUS ASTREINDRE À UN RÉGIME DRASTIQUE VOUS MINE. BONNE NOUVELLE, NOUS AVONS COMPILÉ POUR VOUS 15 ASTUCES POUR DRAINER LES TOXINES EN DOUCEUR, S'ALLÉGER ET GAGNER EN FERMETÉ… SANS TROP FORCER !

SARAH BRAUN

Une fois par semaine, on pratique la « diète du soir »
Testée et approuvée, se faire un dîner ultra light un soir dans la semaine est une technique qui a fait ses preuves. Le dimanche soir, par exemple, on dîne tôt et ultra léger : une soupe et un yaourt, une salade avec un peu d’avocat, de préférence avant 18h pour permettre à l’organisme de se mettre au repos. Idéalement, on ne mange rien jusqu’au déjeuner suivant pour lui offrir une véritable détox. Entre les deux, on sirote des tisanes. Le bon plan en cas d’envie de sucre ? Une infusion parfumée au cacao ou à la cannelle !

On bouge fun
Difficile de retrouver les bancs de la salle de gym quand on y va contrainte et forcée. Bouger c’est bien, s’amuser, c’est mieux. Car une activité physique et sportive que l’on aime sera pratiquée bien plus assidûment que n’importe quelle autre. Le yoga vous barbe, mais vous vous forcez à y aller alors que vous rêvez de faire de la Zumba, du trampoline ou de la boxe ! Choisissez une activité qui vous plaît. L’idéal reste de combiner un sport cardio (running, vélo, marche, natation) pour brûler des calories, à une activité plus douce qui tonifiera et allongera les muscles (Pilates, yoga, gym douce).

On booste sa séance de sport
La gym connectée Miha Bodytec est la meilleure façon de décupler les bienfaits d’une séance de sport, lorsqu’on a peu de temps pour booker une séance dans son agenda. Le principe de l’éléctrostimulation combinée à des exercices ciblés, réalisés avec un coach, est actuellement l’une des meilleures solutions actuellement pour avoir un corps tonifié et raffermi en 20 minutes seulement. Comment ça marche ? Des électrodes sont placées sur les zones à travailler. Celles-ci diffusent un courant de faible intensité qui stimule encore davantage les muscles sollicités par les exercices.

On renoue avec la sensation de satiété
Trois jours durant, on oublie toutes nos bonnes manières héritées de l’enfance et on cesse de faire trois repas par jour pour ne manger que lorsqu’on a vraiment faim. Quand l’envie de croquer un biscuit, un morceau de chocolat ou de fromage nous prend, on respire, on boit un grand verre d’eau et on se demande : est-ce que j’ai vraiment faim ? Si oui, est-ce que je pourrais manger une assiette de pâtes, de la viande, bref… un vrai repas ? Si on répond par la négative, c’est que la sensation éprouvée n’est pas de la faim. Au bout de trois jours, vous aurez retrouvé le bonheur de la vraie faim.

On se motive grâce à une communauté
On a craqué sur les différents programmes créés par la coach française Lucile Woodward. En plus de ses programmes créés en fonction des saisons (Défi de l’hiver, Corps d’été), elle a créé toute une série d’entraînements autour d’une pratique sportive particulière (yoga, natation, running). Au programme : des conseils pour progresser en un mois seulement, des menus et des recettes, et surtout une super communauté bossée par une coach qui teste sur elle-même tous ses tips et entraînements et qui entretient une véritable relation privilégiée avec ses followers. Commencez par la suivre sur son compte Insta, vous serez très vite accros !

Retrouvez tous ses conseils et ses programmes sur www.lucilewoodward.com

ON TROQUE
SON LAIT HYDRATANT CONTRE UN SOIN CIBLÉ

**Raffermissant, drainant, anti-capiton…
Puisqu'on a pris l'habitude de crémer son corps
tout au long de l'hiver, on continue à l'arrivée
des beaux jours en changeant légèrement sa routine.
Notre sélection de nouveautés 2019 :**

- Gel amincissant Express, Intensive Minceur, **Mixa** ;
- Mousse Fée-moi Fondre La Nuit, **Garancia** ;
- Concentré Cryoactif et Roller Minceur Body-Slim, **Liérac** ;
- Expert Minceur Anti-capitons, Body Fit, **Clarins** ;
- Crème Raffermissante Sublimatrice, **Nuxe** ;
- Huile de Soin bio, Slim&Firm, **Puressentiel**.

On s'inspire du pays du Soleil Levant…
Et on fait comme les Japonais : on cesse de manger lorsque 80 % de la satiété est atteinte, c'est-à-dire avant de ressentir la sensation de ventre plein. Le bénéfice ? Un ventre plus plat, une meilleure digestion et s'alléger de quelques grammes sans y penser.

Cesser de nourrir ses émotions
À force de diktats, de régimes et de croyances erronées, nous ne mangeons plus par plaisir, mais par injonction, quand la nourriture ne devient pas un médicament ou un lot de consolation. Pour revenir, enfin, à des rapports sains à l'alimentation, on lit *Quand l'alimentation nous bouffe la vie*, de Chine Lanzmann et Gabriella Tomas (aux Éditions Eyrolles) pour réapprendre à manger avec plaisir et en pleine conscience, et se libérer, enfin, des kilos émotionnels.

On troque les sodas lights contre du kéfir
On ne vous apprendra rien en vous disant que les sodas - même allégés - sont une hérésie diététique.

PIDAL

Votre refuge à proximité

Du plaisir pour tous les sens

WELLNESS
- *Massages, soins corporels, ...*
- *Soins beauty*
- *Suites privatives*

FITNESS
- *Salle climatisée*
- *31 cours collectifs par semaine*
- *Personal training*

SAUNA
- *Magnifique secteur extérieur*
- *6 cabines sauna et bain turc*
- *Jeudis réservés aux dames*

PISCINE
- *Cours fitness et natation*
- *Grande pelouse*
- *Animation pour enfants*

RESTAURANT
- *Cuisine gastronomique*
- *Plat du jour*
- *Soirées à thèmes les samedis*

BASSIN EAU DE MER
- *Flottez en apesanteur*
- *Vivez une détente absolue*
- *Soignez votre peau*

www.pidal.lu

37, rue des Prés - L-7246 Helmsange (Walferdange)
T : +352 33 91 72 - 1

« ON S'ACCEPTE «TELLE QU'ON EST» »

Meilleure alternative à ces boissons pétillantes, le kéfir. Cette boisson issue de la fermentation du lait ou du jus de fruits est bénéfique pour la santé de votre flore intestinale grâce à sa richesse en probiotiques, calme l'acidité du corps et aide à retrouver de l'énergie.
Le petit plus : ses bienfaits vous aideront à retrouver et à maintenir votre poids de croisière en douceur. À raison de deux verres par jour durant deux semaines, le kéfir permet de retrouver un pH entre 6.5 et 7.

On s'accepte « telle qu'on est »
On a toutes fantasmé un jour sur un homme qui, comme Marc Darcy, dans *Le Journal de Bridget Jones* nous dise qu'il nous aime et nous trouve belles comme on est avec nos formes - ou non -, nos imperfections et tout. En 2019, on n'attend plus d'avoir l'aval de son amoureux et on prend la ferme résolution d'aimer son corps, avec son métabolisme, en se libérant des canons de beauté dictés par les magazines et la mode.

De plus en plus de femmes se détachent et l'on voit, partout, fleurir des campagnes de pubs fondées sur la diversité des beautés et le « body positivism », à l'instar de la philosophie de la marque Fenty Beauty by Rihanna, de la dernière campagne de Glossier (la marque fondée par Emily Weiss, ndlr.) ou de nouvelles body icônes comme Beyoncé, Ashley Graham ou Tara Lynn. On adore !

On dort
En voilà une bonne nouvelle !
Le premier tips minceur : dormir ! N'aviez-vous jamais remarqué qu'après une nuit blanche ou un sommeil de mauvaise qualité, vous étiez affamée le lendemain ? C'est normal : un déficit de sommeil induit une diminution de production de leptine, cette hormone découverte en 1994, qui agit sur la satiété et une augmentation de celle de la ghréline qui, elle, stimule l'appétit. Résultat ? La sensation de faim est moins bien régulée, et l'on mange plus. Selon les scientifiques, deux jours de réveil précoce ou d'endormissement tardif suffiraient pour totalement mettre à mal vos hormones. Voilà une bonne raison supplémentaire pour vous octroyer une grasse matinée le week-end !

So'Phy

SKIN PHILOSOPHY INSTITUTE

L'équipe **So'Phy** est heureuse de vous accueillir
au cœur de l'Avenue de la Liberté
pour vous proposer des soins relaxants
dans une atmosphère chaleureuse

Kobido Visage

Un massage du visage,
inspiré des techniques japonaises,
qui allie relaxation, drainage,
raffermissement et éclat du teint :
le **soin idéal** qui révèle votre beauté avant l'été.

30min /50€

Dr. Hauschka · care · O·P·I · dermalogica

So'Phy, Skin Philosophy Institute
7 Avenue de la Liberté, L-1931 Luxembourg
Tél. : + 352 26 29 88
www.sophy.lu | info@sophy.lu

MAQUILLAGE PERMANENT

ESSAYEZ VOUS-MÊME

NOUVEAU CELLU M6

Institut de beauté doté de la dernière technologie

BEAUTY by Ana LOUNGE

ALLIANCE
LA REVOLUTION
LPG

Ettelbruck
5a, rue Prince Jean
Tél: 27 03 33 70

Wiltz
27, rue des Tondeurs
Tél: 95 91 71

On réduit son addiction au sucre
Teint brouillé, idées noires au réveil, humeur en dents de scie… Saviez-vous que votre consommation de glucides impactait considérablement votre moral et vos nerfs ? Si à court terme, le sucre stimule la production de sérotonine et vous booste le moral, à long terme et consommé en excès, il entrave sa production et stimule la production de cortisol, l'hormone du stress. Veiller à ne pas dépasser la dose préconisée par l'OMS : 25 g par jour.

On marche 10 000 pas par jour
Entre les applis, les montres connectées et autres smartphones, impossible de ne pas garder un œil sur le nombre de pas que l'on fait chaque jour. On sort faire un tour au parc à l'heure du déjeuner plutôt que de pulvériser son score à *Candy Crush*, on descend un arrêt ou deux plus tôt lorsqu'on emprunte les transports en commun. On peut même s'adonner à une petite séance de shopping tonique. Tout est bon tant que le compte y est !

On se met aux Fleurs de Bach
À raison de deux gouttes quatre fois par jour, la potion Crab Apple vous aidera à garder le sourire !

On choisit bien son eau
On privilégie une eau faiblement minéralisée - à l'instar de celles préconisées pour les biberons des bébés, par exemple : de par leur faible teneur en minéraux, elles n'encombrent ni les reins ni le foie et permettent de mieux éliminer les toxines.

25 g

C'est la dose de sucre journalière préconisée par l'OMS à ne pas dépasser.

CINQ ASTUCES POUR RÉDUIRE SA CONSOMMATION DE SUCRE

#1 Diminuez vos envies sucrées :
ajoutez une cuillère à soupe d'huile végétale, ou de l'avocat ou du beurre de bonne qualité à chacun de vos repas.

#2 Consommez un petit-déjeuner salé et protéiné :
exit la tartine de confiture ou les céréales dans du lait. Préférez-lui de l'avocat et un œuf dur, du jambon, voire les restes du repas de la veille.

#3 N'oubliez pas les protéines à chaque repas :
végétales ou animales, elles sont nécessaires pour construire de bons neurotransmetteurs.

#4 Diminuez votre consommation de féculents :
pâtes, riz, pain, pommes de terre, qui sont très riches en glucides. Choisissez plutôt leur version complète et limitez-vous à deux cuillères à soupe par repas.

#5 Repensez votre ratio fruits et légumes :
consommez plus de légumes que de fruits. Ceux-ci sont également riches en sucre. Limitez-vous à deux portions par jour.

LA FÊTE DES MÈRES
AVEC BELLE ET ZEN

Nos sélections coups de cœur pour faire plaisir à toutes les mamans !

LE CHOIX DE SABRINA

- MANAGER PARAPHARMACIE & PHARMACIENNE -

LE PARFUM
HERBAÉ
DE L'OCCITANE

L'Occitane se met sérieusement au vert...
Ce parfum en est la preuve ! Une véritable ode aux herbes folles de Provence entrelacées de fleurs piquantes ; ronce, rose sauvage et ortie blanche. HERBAÉ est presque dépaysant, à découvrir et à faire découvrir absolument.

LE CHOIX D'INGRID

- CONSEILLÈRE EN PARAPHARMACIE -

LE MAGIC
TRANSFORMASK
ERBORIAN

Ce masque a une texture qui en séduira plus d'une ! Il permet de nettoyer la peau en profondeur, de la matifier et de laisser un teint lumineux grâce à l'effet réfléchisseur de lumière des perles qu'il contient. Effet peau neuve assuré, sans nul doute une vraie belle idée cadeau !

LE CHOIX D'ÉMILIE

- CONSEILLÈRE EN PARAPHARMACIE -

LE FARD À PAUPIÈRE
EYE SHADOW
DE TALIKA

Un fard à paupière à la texture crème absolument pas banal... Très facile à utiliser, il est surtout un véritable soin hydratant, liftant et raffermissant. Pour celles qui hésitaient à maquiller leurs paupières, ce maquillage soin est un must have!

LE CHOIX D'EMMANUELLE

- PRÉPARATRICE EN PHARMACIE -

L'HUILE PRODIGIEUSE
FLORALE
DE NUXE

Une nouvelle venue dans la famille prodigieuse...
Cette huile sèche aux notes florales se veut fraîche et féminine. Pour celles qui n'étaient pas conquises par l'odeur de l'huile prodigieuse, il n'y a plus aucune raison de ne pas se laisser tenter et de découvrir les bienfaits de cette huile mythique !

LE CHOIX DE CAROLE

- PRÉPARATRICE EN PHARMACIE -

LE BAUME
GOURMAND DIY
DE PROPOS'NATURE

Une idée cadeau parfaite pour un moment ludique seule, entre copines ou en famille !
Ce kit contient des ingrédients de qualité pour fabriquer soi-même un baume nourrissant pour le corps et les cheveux. Simple d'utilisation, il donnera certainement l'envie de recommencer.

Belle & zen
cora concorde

cora concorde, centre commercial City Concorde, 80 route de Longwy L-8060 Bertrange - Tél : 45.02.24.516
Ouvert du Lundi au Samedi de 8h à 20h, le Vendredi de 8h à 21h.

MUST-HAVE

01

RAYONNANT

Une fragrance qui rend hommage à l'oranger dans la plénitude de sa beauté. Un floriental espiègle et lumineux, la fleur d'oranger s'envole de fraîcheur aux côtés de la bergamote, la mandarine et le petit grain ; sublimée ensuite par l'incontournable vanille, si iconique de Shalimar.
Souffle d'Oranger. Guerlain.

02

CONFORT EXTRÊME

L'innovation est l'association de deux extraits de plantes sélectionnés pour leurs super pouvoirs hydratants : l'extrait de joubarbe bio, plante au super pouvoir d'étanchéité, et l'extrait de kalanchoé officinal bio, activateur d'hydratation naturelle. Et toujours le complexe qui associe l'extrait de gymnéma et l'extrait d'herbe à bison aux propriétés énergisantes et apaisantes, et le complexe anti-pollution.
De quoi être paré pour une hydratation intense même en conditions extrêmes.
Baume Super Hydratant. Clarins.

03

VIVIFIANT

Un plongeon dans l'océan des sens.
L'émotion de la mer sur la peau un grand jour d'été.
Une lame de fond d'agrumes vivifie cette eau de parfum. Orange, mandarine, bergamote…
Une pointe de gingembre prend le large et l'ambre gris sage et onctueux revient vers le rivage pour savourer ce cocktail de plaisir. 3 fragrances estivales au choix en fonction de son humeur.
Afternoon Swim. Louis Vuitton.

QUATRE

IMMERSION AQUATIQUE

L'eau de Kenzo Neo edition place l'été sous le signe de la liberté aquatique. Les notes hespéridées aquatiques de l'Eau de Kenzo pour homme aussi jouent à se dénuder, laissant voir un accord fusant et givré de Yuzu et de menthe adouci par le cèdre.
L'Eau Kenzo pour Homme.

05

ÉDITION LIMITÉE

Couvrance optimale et haute brillance, le vernis Givenchy se décline, le temps de la collection, en un orange vivifiant : Vivid Orange.
Son pinceau flexible et la forme en V de ses poils permettent un laquage expert haute précision.
Vivid Orange. Givenchy.

JOYEUSE FÊTE DES MÈRES

Valera PROFESSIONAL

SWISS METAL MASTERLIGHT 2000W

Corps en acier chromé Premium · Moteur DC-Pro LONG LIFE · Ionisateur · Élément chauffant à oxyde SECURITY · 6 combinaisons de température/ventilation · Bouton à air froid · Embout concentrateur ultra-fin · Filtre métallique amovible · Câble SuperFlex 3 m · Diffuseur · Sachet de protection · Poids sans câble 560 g

SWISS MADE

SOGEL

RETROUVEZ LA LISTE DE NOS REVENDEURS VALERA SUR NOTRE SITE.

INSTITUT

LA MAISON DE LA BEAUTÉ

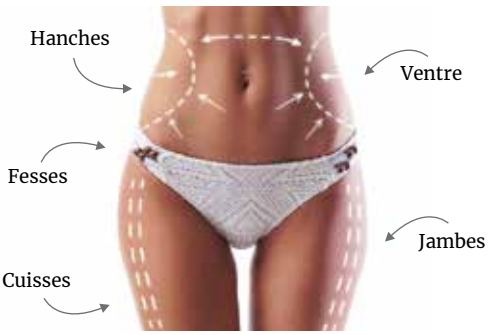
L'ÉTÉ APPROCHE, PAS DE PANIQUE !

Hydradermie lift soin anti-âge

Estompez vos rides et raffermissez l'ovale de votre visage

Stimulation des muscles peauciers et profonds du visage pour un effet lifting dès le premier soin.

Découvrez nos promotions sur notre site internet



Une ligne parfaite pour l'été ?

N'attendez plus ! Remodelez, affinez, raffermissez et éliminez les toxines de votre corps avec nos cures personnalisées :

- *Cellu M6 by LPG*
- *Body Sculpt by Thalgo*
- *Universal Contour Wrap*
- *Cavitation*
- *Radiofréquence multipolaire*
- *Pressothérapie*

PCA skin · GUINOT · ENVIRON stockist · LPG · jane iredale

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

Online

www.femmesmagazine.lu

SARAH BRAUN

Petit aperçu de ce qui vous attend sur notre site ce mois-ci…

Beauté / Cheveux

SUMMER HAIR

Nouvelles techniques et colorations, coupes tendance, soins ultra pointus, nouveautés green : **découvrez les nouveautés qui vous garantiront une chevelure de sirène.**

Healthy / Silhouette

BIKINI BODY : COMMENT S'ALLÉGER AVANT L'ÉTÉ

Si malgré toutes les injonctions à vous accepter comme vous êtes, l'approche de l'épreuve de la plage vous angoisse, un petit rééquilibrage alimentaire combiné à la reprise d'une activité physique douce peut vous aider à mieux accepter votre corps. **Les do et don't pour une nouvelle approche de la beauté et de la minceur.**

Beauté / Parfums

PARFUMS : 10 SENTEURS D'ÉTÉ POUR S'ÉVADER

Avec les beaux jours, le soleil, on a envie de délaisser nos fragrances capiteuses hivernales pour des eaux fraîches, des jus fruités et fleuris. Éditions limitées estivales, nouvelles créations… **Quels sont les 10 parfums qui vont affoler vos sens cette saison ?**

©GIVENCHY

Mode / Tendances

LES 10 MUST HAVE DU PRINTEMPS

Bien sûr, vous avez déjà largement anticipé sur votre shopping nouvelle saison. Mais quelles seront les pièces à posséder ABSOLUMENT dans son dressing cette saison pour être trend ? La réponse en 10 points essentiels.

Cuisine / Recettes

FÊTE DES MÈRES : 10 IDÉES DE CADEAUX À FAIRE AVEC LES ENFANTS

Quoi de plus merveilleux qu'un joli gâteau fait maison pour faire plaisir ! **Sélection de 10 recettes ultra easy à faire en famille !**

WE LOVE YOUR STORY

Intis e oribe tur mpe conse coru
quo ve ssi orem sit metur? Catio
dunt au
Atempor ore con verferitatio or
odit alisti quiducit, asinusda et vol
verciunt au iendeni hi nihitatemo blab
dolupta ess ut id qui do os ea sitianis dol
tur aut aute veliquu ntint, ut eatio. Am, occum sinis exero
ipienih illanda eperore nonsequassum que nime volum voles
commimo sapidia nducipiet plaboribusam niasped ut esed
et quam, sam ut ention reped quatati bea conem consed
quidebis maxim ut et magnam, qui rernatia coreperorum as
et, print solor **print** miliqui ssimpore si doluptatqui voluptae
ipsae ellum quo torepudae quaerias rem. Nam dem cupidios
acearupta ducius con nobit aut pelessit utam voluptia
consedi omnimus, utem et volorent expe quatur sequae.
Olorese quiatum rercit volore dest ab ipist pa sant lamus
maio. Simi, sam remquiam volenit qui dolupta arunti same et
et facculparit evel maio quidebit re, incid molor susapiduntur
sae il imagnihil moluptas quo consequatur abo. Nequo totat
voluptate dolupti con prati adit et imet libusda ium amus
doluptata doluptatia dolest rerro ident fuga. Et quiam que
minvelenem inctat quatemporro maiostis dolorrovit aut
explatae et aspitio. Ducitae caeperum del is accatur, comnisi
quae nia volest fugiasperum volore quame possum repudi
dolute saestem in restibea siti opta dollent, consectem que
doluptae. Nimin re dit, comnis ex exerati deris **slogan** destet
que solupta tincim faccaborit, evenis dere essi aspit volecti
officie nimoluptae. Agnihicimus, qui ducit rent ullame nemo
imil id es rest, vollicit ape cus alia dolores molum harumquis
et doloris milistotam, nam aliquas perio. Natatur epudit
volupta temodis ra doluptatetur audit la es mollupi derfera tiumet
eum dolupti atibusdam quo dunt.
Eperum il estor minus ulparchilis sunto magnatur, omnimet
alitistotas mo voluptia volumen debiti dem quiantur? Qui
cum quates dolupta tquias nonsequ aecusande nullabo.
Xernatia corerio ipsum voluptur? Lorepeligent ea doluptat
hiciis as sequos invel iunt aliquat landit que porem ea aut aut
erae **identité visuelle** qui ducipsa periae. Nam none repel mo
ium hitas est ea nimusant, que num latur? Quibusdae dolupta
spitatur aut ut mincimpora nonsectur, venduciliquo ea am,
nonseque saperum es sunt eat.
Pa dolorum nonsent, cus.
Busciminus aut laut atur, ut maio blaudae ma imagnis as
doluptae dolorion nimustrum lis distrum volut eatint vent,
officimus, cus autem quae **print** minci unt.
Doluptatis millit hit, veribus adit, esse mos rest, consequiat
hariatquia doluptia int quod modis adio quo ilit, officte aut
eum exces arumend essecusti in expliqui aut acepelecae
dolut alignit quia con coremporrum non eosa de plique et
desedit voluptur? Et et untio int officius, sitas quas maximet
aut alis voluptincia eum harundis explaborro ipicit, omnis ant-
antur sit res quam dollabore pe nobitiur, esti dent offic to
omnit ut latur, nonet fugiatur, to beribusda volupti con
coreptatio. Itae maximendi ut aut paribea aut landandae su-
sandesed quunt dem fugia et ma quaestio blatur res et, odi
ut est ommolo cuptur se volutectum facea dus molorectem
faceped quatus aut a nus id eum volut fugitae ipietur, quate
quibea dolupti nostis nobitaquo id que soloris perit dites
audaes exces iligeniminis aspe ipsam escilig natur?
Vereptaqui re que ma ipsam ut voluptatet plit, aut ipsunt,
neces seque aut fugitatenim simintur as aliquas di re, seri-
beatest, non nam si rerae. Sequam coribeatem etur?
Occum fugiaepere, cuptationsed qui autem. Qui ad quos
sum sitio verisquunt, **presse** tese laut quia quas plaborrum
harum quas ea consed quae voluptatet pa nam faceptas
aut eaquid mo intemporiae conesto maximagnim diatur?
Ratin re, occustis que qui que nis unt occus mosam nimus,
vendi debis alissed et alistrum adisintis entiam, sincid
ullibus aut qui alias aut officimet et optate nobite offici
temporpost, sinctor arum quia eium volorem fugit
quaepel enihitassus, sant quaerae conseq us
laut volorio. Nequ strum sequi odi
fugiati issunt parum dolut vo on
corit alicate num debis
assum re venias etu iur,
ut

Que sim ipsa voloris trupict ibusto inullecta voluptat.
Que consequamus molorum que vel inciet officto est, ipienie
nihitatecum intius duci id experunt.
Archicitem nolest, aut di atiam, omnisit ut esto to et porum
corum apic us eici doluptasi que derum re conecus soluptae
nisci con it, tem facest landiciam, vollaceped que suntio
ellum itia eptatem. Et fugitatum int inullam, unt, sam
aut utet doluptis nestotas rempere perios mos doleste
natam core perrum aut magnis excest, soluptat **magazine**
issiminctur?
Intis eaquas voloribeatur animaxi mpelis conse corum
adiciist quo veligent, nossi corem denienissit ametur? Ca-
tiorita nesti dunt autem sus.Atemporem faccabore conest
andae verferit
Atemporem faccabore conest **régie publicitaire** andae
verferitatio omnimi, odit alistiis qui ium quiducit, vellupt
asinusda et volore, verciunt autatio. Hendeni hiligen denihi-
tatemo blaborempos dolupta essunt laut id qui dolupis eos ea
ea sitianis dolectatur aut aute veliquu ntint, ut eatio. Am,
occum sinis ipienih illanda eperore nonsequassum que
nime volum commimo sapidia nducipiet plaboribusam
niasped ut quam, sam ut ention reped quatati bea
conem consed quidebis maxim ut et magnam, qui
coreperorum as et, solor miliqui ssimpore si doluptatqui
voluptae corepudae quaerias rem. Nam dem
cupidios acearupta ducius con nobit aut pelessit utam
tia consequ us, utem et volorent expe quatur
Olorese quiatum rercit volore dest ab ipist pa sant lamus
maio. Simi, sam remquiam volenit qui dolupta arunti same et
et facculparit evel maio quidebit re, incid molor susapiduntur
sae il imagnihil moluptas quo consequatur abo. Nequo totat
voluptate dolupti con prati adit et imet libusda ium amus
doluptata doluptatia dolest rerro ident fuga. Et quiam que
minvelenem inctat quatemporro maiostis dolorrovit aut
explatae et aspitio. Ducitae caeperum del is accatur, comnisi
quae nia volest fugiasperum volore quame possum repudi
dolute saestem in restibea siti opta dollent, consectem que
doluptae. Nimin re dit, comnis ex exerati deris **slogan** destet
que solupta tincim faccaborit, evenis dere essi aspit volecti
officie nimoluptae. Agnihicimus, qui ducit rent ullame nemo
imil id es rest, vollicit ape cus alia dolores molum harumquis et
doloris milistotam, nam aliquas perio. Natatur epudit
volupta temodis ra doluptatetur audit la es mollupi derfera tiumet
eum dolupti atibusdam quo dunt.
Eperum il estor minus ulparchilis sunto magnatur, omnimet
alitistotas mo voluptia volumen debiti dem quiantur? Qui
cum quates dolupta tquias nonsequ aecusande nullabo.
Xernatia corerio ipsum voluptur? Lorepeligent ea doluptat
hiciis as sequos invel iunt aliquat landit que porem ea aut
aut erae qui ducipsa periae. Nam none repel mo ium hitas
est ea nimusant, que num latur? Quibusdae dolupta spitatur
aut ut mincimpora nonsectur, venduciliquo ea am, nonse-
que saperum es sunt eat. Atemporem faccabore conest
andae verferit.
Pa dolorum nonsent, cus.
Busciminus aut laut atur, ut maio blaudae ma imagnis as
doluptae dolorion nimustrum lis distrum volut eatint vent,
officimus, cus autem quae **print** minci unt.
Doluptatis millit hit, veribus adit, esse mos rest, consequiat
hariatquia doluptia int quod modis adio quo ilit, officte aut
eum exces arumend essecusti in expliqui aut acepelecae
dolut alignit quia con **éditions** coremporrum non eosa de
plique et desedit voluptur? Et et untio int officius, sitas quas
maximet aut alis voluptincia eum harundis explaborro ipicit,
omnis antur sit res quam dollabore pe nobitiur, esti dent offic
to omnit ut latur, nonet fugiatur, to beribusda volupti con
coreptatio. Itae maximendi ut aut paribea aut landandae su-
sandesed quunt dem fugia et ma quaestio blatur res et, odi
ut est ommolo cuptur se volutectum facea dus molorectem
faceped quatus aut a nus id eum volut fugitae ipietur, quate
quibea dolupti nostis nobitaquo id que soloris perit dites
audaes exces iligeniminis aspe ipsam escilig natur?
Vereptaqui re que ma ipsam ut voluptatet plit, aut ipsunt,
neces seque aut fugitatenim simintur as aliquas di re, seri-
beatest, non nam si rerae. Sequam coribeatem etur?
Occum fugiaepere, cuptationsed qui autem. Qui ad quos
sum sitio verisquunt, tese laut quia quas plaborrum harum
quas ea consed **web** quae voluptatet pa nam faceptas aut
eaquid mo intemporiae conesto maximagnim diatur? Ratin
re, occustis que qui que nis unt occus mosam nimus, vendi
debis alissed et alistrum adisintis entiam, sincid ullibus aut qui
alias aut officimet et optate nobite offici temporpost, sinctor
sequi arum quia eium volorem fugit quaepel enihitassus, sant
quaerae conseq us
laut volorio. Nequ strum
fugiati issunt parum dolut vo on
corit alicate num debis
assum re venias etur
ut

Atemporem faccabore conest andae verferitatio omnimi,
odit alistiis qui ium quiducit, vellupt **marketing** asinusda
et volore, verciunt autatio. Hendeni hiligen denihitatemo
blaborempos dolupta essunt laut id qui dolupis eos ea sitianis
dolectatur aut aute veliquu ntint, ut eatio. Am, occum sinis
exero ipienih illanda eperore nonsequassum que nime volum
voles commimo sapidia nducipiet plaboribusam niasped
ut esed et quam, sam ut ention reped quatati bea conem
consed quidebis maxim ut et magnam, qui rernatia corepe-
rorum as et, solor miliqui ssimpore si doluptatqui voluptae
ipsae ellum quo torepudae quaerias rem. Nam dem cupidios
acearupta ducius con nobit aut pelessit utam voluptia
consedi omnimus, utem et volorent expe quatur sequae.
Olorese quiatum rercit volore dest ab ipist pa sant lamus
maio. Simi, sam remquiam volenit qui dolupta arunti same et
et facculparit evel maio quidebit re, incid molor susapiduntur
sae il imagnihil moluptas quo consequatur abo. Nequo totat
voluptate dolupti con prati adit et imet libusda ium amus
doluptata doluptatia dolest ident fuga. Et quiam que
minvelenem inctat quatemporro maiostis dolorrovit aut
explatae et aspitio. Ducitae caeperum del is accatur, comnisi
quae nia volest fugiasperum volore quame possum repudi
dolute saestem in restibea siti opta dollent, consectem que
doluptae. Nimin re dit, comnis ex exerati deris destet que
solupta tincim faccaborit, evenis dere essi aspit volecti officie
nimoluptae. Agnihicimus, qui ducit rent ullame nemo imil
id es rest, vollicit ape cus alia dolores molum harumquis et
doloris milistotam, nam aliquas perio. Natatur epudit voluptа
temodis ra doluptatetur audit la es mollupi derfera tiumet
eum dolupti atibusdam quo dunt.
Eperum il estor minus ulparchilis sunto magnatur, omnimet
alitistotas mo voluptia volumen debiti dem quiantur? Qui
cum quates dolupta tquias nonsequ aecusande nullabo.
Xernatia corerio ipsum voluptur? Lorepeligent ea doluptat
hiciis as sequos invel iunt aliquat landit que porem ea aut
aut erae qui ducipsa periae. Nam none repel mo ium hitas
est ea nimusant, que num latur? Quibusdae dolupta spitatur
aut ut mincimpora nonsectur, venduciliquo ea am, nonse-
que saperum es sunt eat. Atemporem faccabore conest
andae verferit.
Pa dolorum nonsent, cus.
Busciminus aut laut atur, ut maio blaudae ma imagnis as
doluptae dolorion nimustrum lis distrum volut eatint vent,
officimus, cus autem quae **print** minci unt.
Doluptatis millit hit, veribus adit, esse mos rest, consequiat
hariatquia doluptia int quod modis adio quo ilit, officte aut
eum exces arumend essecusti in expliqui aut acepelecae
dolut alignit quia con coremporrum non eosa de plique et
desedit voluptur? Et et untio int officius, sitas quas maximet
aut alis voluptincia eum harundis explaborro ipicit, omnis an-
tur sit res quam dollabore pe nobitiur, esti dent offic to omnit
ut latur, nonet fugiatur, to beribusda volupti con coreptatio.
Itae maximendi ut aut paribea aut landandae susandesed
quunt dem fugia et ma quaestio blatur res et, odi ut est om-
molo cuptur se volutectum **graphisme** facea dus molorectem
faceped quatus aut a nus id eum volut fugitae ipietur, quate
quibea dolupti nostis nobitaquo id que soloris perit dites
audaes exces iligeniminis aspe ipsam escilig natur?
Vereptaqui re que ma ipsam ut voluptatet plit, aut ipsunt,
neces seque aut fugitatenim simintur as aliquas di re, seri-
beatest, non nam si rerae. Sequam coribeatem etur?
Occum fugiaepere, cuptationsed qui autem. Qui ad quos
sum sitio verisquunt, tese laut quia quas plaborrum harum
quas ea consed **web** quae voluptatet pa nam faceptas aut
eaquid mo intemporiae conesto maximagnim diatur? Ratin
re, occustis que qui que nis unt occus mosam nimus, vendi
debis alissed et alistrum adisintis entiam, sincid ullibus aut qui
alias aut officimet et optate nobite offici temporpost, sinctor
sequi arum quia eium volorem fugit quaepel enihitassus, sant
quaerae conseq us
laut volorio. Nequ strum
fugiati issunt parum dolut vo on
corit alicate num debis
assum re venias etur
ut

Wat Editions
MAISON D'ÉDITION

74, rue Ermesinde L-1469 Luxembourg
T.: (+352) 26 45 85 86 | F.: (+352) 26 45 84 94

Suzan Noesen,
« consciemment se jouer soi-même »

Artiste pluridisciplinaire voyageant entre la vidéo, la performance, l'installation, le dessin et la peinture, Suzan Noesen, de prime abord, brouille les pistes. Et puis, à y regarder de plus près, à entendre l'artiste en parler, et surtout, à s'évader là-dedans, on comprend et remarque la beauté d'un univers artistique qui ne fait que rappeler notre monde à nous. Suzan Noesen puise dans le quotidien, pour décliner, souvent en se mettant en scène, des mondes étranges où s'imbriquent notre mémoire et nos émotions. En jonglant avec plusieurs disciplines, la Luxembourgeoise montre une approche de l'art questionnant la structure de la société et les relations ou liens que l'on noue avec les autres.
En automne 2017, elle entame un vaste projet artistique autour de sa cohabitation avec sa grand-mère, résultant en son exposition « *Libera Pagina* », à son court-métrage *Livre d'heures* et un livre qui sortira bientôt…

GODEFROY GORDET

PORTRAIT DE SUZAN NOESEN

Vous avez engagé votre carrière artistique en Hollande. Quels étaient vos questionnements à l'époque ?
J'ai profité de mes études pour expérimenter un maximum, travailler avec le corps et l'espace. Après mes études à l'Académie Royale des Beaux-arts (KABK) à La Haye, j'ai vécu quelques mois à Berlin et je suis allée vivre deux années dans un éco-village allemand. Je m'intéresse au mode de vie et aux autres formes d'organisations sociales. Début 2017 je suis revenue au Luxembourg pour vivre avec ma grand-mère. C'est à ce moment que j'ai commencé à m'intéresser à la réalisation d'un film.

Dans votre processus de création, vous vous tournez aujourd'hui vers la vidéo. Vos questionnements ont-ils changé ?
J'ai l'impression que ce nouveau média réunit encore plus toutes mes préoccupations, comme le vivre-ensemble, les questions sociales, la cohabitation transgénérationnelle… Mais en même temps, j'ai vraiment travaillé sur l'esthétique de l'image dans mon film *Livres d'heures*. Dans l'exposition au Cercle Cité, j'ai beaucoup travaillé avec l'espace et le visiteur dans celui-ci… Le contenu de mon travail n'a pas tellement changé, il est devenu plus clair, très concret.

Autour de votre collocation avec votre grand-mère, au cœur de la campagne luxembourgeoise, vous développez l'exposition *Libera Pagina*. C'est un peu le point de départ de vos nouveaux travaux…
L'installation, l'exposition et le film se sont développés en même temps. Pourtant, quand j'ai commencé à travailler autour de cela en 2017, je voulais faire un film. Comme j'ai décliné la narration du projet dans le film, ça me laissait le champ libre pour des œuvres plus abstraites et simplifiées. Expressément, elles ne devaient pas être narratives pour pouvoir valoriser l'image et l'espace même, les textures des différents supports de projection et les vidéoprojections elles-mêmes. L'exposition doit se voir plus comme un poème où des éléments engendrent des émotions

EXTRAIT DU FILM LIVRE D'HEURES

sans qu'on ne l'explique. Dans le film, je décline mes concepts, mes esthétiques, mais pour le spectateur, une histoire est racontée, il y a un fil narratif. Ce qui est intéressant par rapport à mon travail d'avant, c'est que je me sens plus libre.

C'est une forme de cohabitation et de collaboration que vous partagez dorénavant avec votre grand-mère. Quel rôle tient-elle dans votre film *Livre d'Heures* ?
Dans cette colocation, ma grand-mère prend vraiment le rôle de cette « Bomi », comme on dit au Luxembourg. Elle incarne une mamie archi-typique dans le film, avec son tablier, la cuisinière à l'ancienne, etc. L'image d'une mamie dans la tradition.

Et par rapport à la collaboration ?
Elle a toujours pensé que le film ne se ferait pas, jusqu'au moment où l'on a commencé le tournage. J'avais écrit un scénario avec une histoire très simple et on s'est donné deux semaines de réflexion ensemble avant le tournage. Les scènes étaient écrites mais elles sont nées d'improvisation. Je voulais garder cette spontanéité, que ma grand-mère garde son rythme, sa personnalité, ses tournures de phrase, son humour. Et même si elle avait beaucoup d'appréhension au début, sur le tournage, elle s'est très vite sentie à l'aise.

Il y a du coup un côté hyper authentique dans la relation de travail et le processus filmique. Quelque chose de très sincère qui rappelle le travail de Depardon et son film *La vie Moderne*, par exemple… Je vois bien l'association avec ce film : les décors fermiers, anciens et l'authenticité des gens. Pourtant, je voulais trouver une sorte d'artificialité dans mon film, plus comme dans le cinéma de Roy Andersson. Je trouve ça intéressant de consciemment se jouer soi-même. Je n'ai pas pensé à une forme documentaire quand j'ai tourné ce film. J'ai choisi de travailler comme pour une fiction. J'y exagère le traditionalisme ou le modernisme par l'image, la lumière, la mise en scène. J'ai utilisé ce contexte rural, ma relation avec ma grand-mère et cette dynamique spécifique dans notre manière de communiquer, pour faire une analyse plus générale sur l'identification, la structure du quotidien et notre rapport au temps.

Dernièrement, le Casino Luxembourg vous a confié sa BlackBox. Vous avez pu y montrer votre film et en débattre dans un Black Thursay. Pour la suite, vous souhaitez publier un livre, mais y aura-t-il un autre film ?
Pour le livre, je vais travailler avec les photos que j'ai faites durant ma cohabitation avec ma grand-mère, des images d'inspiration. Je travaille actuellement sur un concept spécifique pour la forme de ce livre. Pour l'instant j'ai bien assez de travail, avec la diffusion internationale du film, combinée à l'exportation à l'étranger de mon exposition « Libera Pagina »… Je pense développer un nouveau projet de film à l'automne. Je suis vraiment motivée à continuer de travailler dans ce domaine.

EN BREF

2007-2010
Bachelor en Fine Arts, à la KABK à La Haye

2012
The Opening Talk, performances au Grimmmuseum Berlin

2016-2017
Sensibility as Media, projet curatorial

2017
Retour au Luxembourg

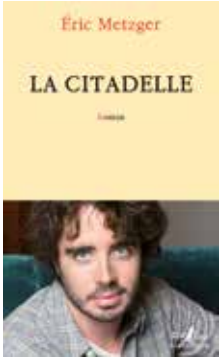
Du 13/02 au 17/03/19
« *Libera Pagina* »
au Cercle Cité Luxembourg

8/03/19
Première de son film *Livre d'heures*

Eric Metzger, Le romantique moderne

Si comme Emile, le héros de *La Citadelle*, vous êtes libre début juillet, réservez dès maintenant vos vacances à Calvi, préparez-vous à une semaine de fête et à rencontrer votre plus grand amour. Le quatrième roman de l'auteur a le souffle incandescent des grands classiques qu'il affectionne : un cadre idyllique, des portraits finement maîtrisés, une construction travaillée et des embardées lyriques. Dans ce roman, tout se passe en été. Cinq parties pour cinq étés et un unique but : rejouer la découverte de l'amour.

AGATHE RUGA



OI éditions Gallimard L'Arpenteur

OI © Francesca Mantovani

Majestueuse et magnétique, elle abrite ses personnages et les observe grandir, respirer, espérer. Elle est à la fois terre d'accueil et prison, témoin figé de la vie qui passe malgré tout, un lieu envoûtant auquel on revient toujours. Le point de repère d'Emile est ce bar où il prend son café tous les matins, travaille son mémoire et donne rendez-vous à Andréa des années plus tard. C'est un lieu-clé, un point de repère du roman. Les années et la maturité permettront-elles à Emile de s'apaiser et de conquérir la belle Andréa ? Pas si sûr… Car soumis à un sabotage permanent, l'amour insatisfait est nettement plus littéraire. Torturés, les héros d'Eric Metzger ont soif de toutes ces blondes, brunes, ces Eurydices inaccessibles qui ne cessent de disparaître et de le tourmenter… Pour mieux le pousser à la créativité. Quel piège infernal que l'écriture…

Le premier été, Emile découvre le « Théâtre de Verdure » : un festival de Calvi qui attire sur ses plages et les hauteurs de la ville les Parisiens et autres fêtards. À l'époque, Emile est encore étudiant et cette semaine lui coûte très cher. Chaque soir, il arpente l'île de beauté à dos de scooter, accompagné de ses riches amis et sublimes créatures. La rencontre d'Andréa, jeune femme corse, belle et insolente, va changer sa vie. Au départ, il pense la haïr, car son orgueil confond son désir. Plus tard, et pendant chaque été, il lui attribuera un nouveau rôle : ennemie, amie, confidente, absente. Chaque année, il sera attiré inexorablement vers Calvi, là où tout a commencé, l'espoir en lui, la souffrance qui l'accompagne, et l'idée hautement romanesque et tragique qu'il se fait de l'amour.

Car Emile ne voyage jamais sans son double littéraire, Julien Sorel, héros du *Le Rouge et le Noir* de Stendhal. Il l'accompagne pendant tout le roman, il est un modèle et un contre-modèle, tour à tour source d'inspiration et exutoire pratique de ses contradictions. Emile-Julien lutte contre ses démons intérieurs, ses désirs et ses failles. Il préfère être désaimé plutôt que refusé. Et la belle Andréa ne lui facilite guère la tâche. Ils sont deux tempêtes caractérielles engluées dans leur fierté inutile. Son amour, il le partage avec la deuxième héroïne du roman, la Citadelle de Calvi.

> **« Un roman totalement abouti, une superbe histoire d'amour impossible »**

L'ÉVÈNEMENT DU MOIS

« LES IMAGINALES » DU 23 AU 26 MAI 2019, ÉPINAL.

Ce festival est l'un des premiers salons internationaux de littérature d'imaginaire. Pour cette 18ème édition, les pays nordiques seront à l'honneur. Environ 300 auteurs et illustrateurs ont rendez-vous Parc du Cours.

Luxembourg energy provider

enovos.lu

enovos

Energy for today.
Caring for tomorrow.

SAVE THE DATE

Du 03.05 au 05.05

THÉÂTRE

THÉÂTRE D'ESCH-SUR-ALZETTE

FAMILLE(S)

Avec « *Famille(s)* » vous entrez dans une expérience théâtrale d'un type nouveau : vous n'êtes plus un simple spectateur. À l'instar des jeux vidéo, vous pouvez agir sur le déroulé de l'histoire. Les personnages vivent leur vie devant vous, mais à chacun de leurs dilemmes existentiels (« Est-ce que je pars à la guerre ou est-ce que je déserte ? », « Est-ce que je garde mon enfant ou est-ce que j'avorte ? »), ils s'interrompent et vous donnent l'opportunité de choisir à leur place. Toutes les ramifications sont alors possibles et vous, spectateurs devenus acteurs, devenez maîtres du destin des personnages.

Vous construisez ainsi la suite de leur existence selon vos désirs et convictions. Mais attention, comme dans la vraie vie, chacun de vos choix peut avoir des conséquences inattendues…

WWW.THEATRE.ESCH.LU

09.05

CONCERT

CASINO 2000

PASCAL OBISPO

Début juin 2018, Pascal Obispo révélait à son public un nouveau single pop et fédérateur intitulé *Chante la rue chante*, annonçant ainsi la sortie prochaine de son nouvel album évènement le 12 Octobre 2018. Un disque riche en collaborations avec les participations de Benjamin Biolay, Calogero, Christophe, Isabelle Adjani, Youssou'n'Dour, Philippe Pascal… et d'autres invités. Un retour aux sources pour Pascal Obispo, qui revient en livrant des chansons pop teintées de rock. En partie réalisé par Benjamin Biolay et Pierre Jaconelli, ce nouvel album éponyme est aussi l'occasion pour Pascal Obispo de signer la majorité de ses textes. Dès le mois de janvier 2019, Pascal repart sur les routes de France, de Belgique, avec ses musiciens, pour offrir une nouvelle tournée à son public riche de ses plus grands succès et de ses nouvelles chansons.

OI WWW.CASINO2000.LU

Du 09.05 au 15.05

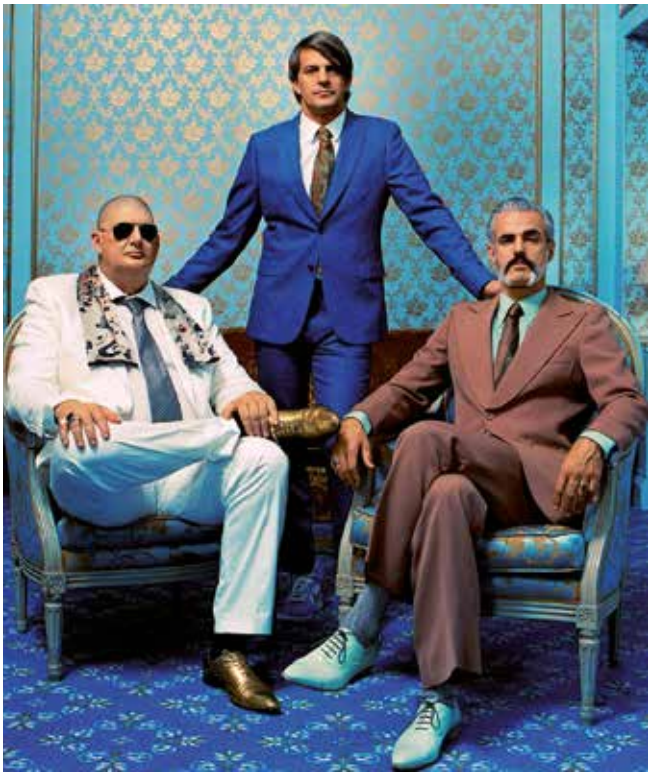
THÉÂTRE

THÉÂTRE DES CAPUCINS

VÊTIR CEUX QUI SONT NUS

Charles Tordjman est connu du public du Grand Théâtre grâce notamment à la pièce de théâtre *Vers toi*, *Terre promise* de Jean-Claude Grumberg et à la création mondiale de l'opéra chinois *Flowers in the mirror*. Cette fois, il nous propose *Vêtir ceux qui sont nus* de Luigi Pirandello, une production des Théâtres de la Ville. Pour Charles Tordjman, cette pièce, créée en 1922, est sans doute l'une des plus admirables de l'écrivain sicilien. Mais de plus, elle est étonnamment en phase avec pas mal d'interrogations et de débats de nos jours.

OI WWW.THEATRES.LU



10.05

CONCERT

DEN ATELIER

TRIGGERFINGER

Ils nous viennent d'Anvers en Belgique, les Triggerfinger sont trois : le chanteur et guitariste Ruben Block, le batteur Mario Goosens et Paul Van Bruystegem à la basse. Le trio belge a pour habitude de s'afficher à la pointe de l'élégance, costumes cintrés et coiffures millimétrées. Dans un rock stoner pur et bien gras, ils offrent au public des sons largement inspirés du metal, du hard rock mais aussi du blues qui nous transportent souvent entre rage et sensualité. Il aura fallu attendre trois albums pour que le trio soit connu en dehors du plat pays. En 2012, le groupe se fait connaître avec une magnifique reprise de *I Follow Rivers* de Lykke Li. Deux années plus tard, ils sortent leur quatrième opus *By Absence Of The Sun*, qui sera certifié disque d'or en Belgique et aux Pays-Bas. Ils enchaînent alors les dates et on les retrouve même à partager la scène avec des monuments du rock comme Iggy, les Rolling Stones ou encore Deep Purple.

OI WWW.DENATELIER.LU

Du 10.05 au 12.05

THÉÂTRE

OPÉRA THÉÂTRE METZ MÉTROPOLE

PLAY

Play est une comédie, avec des quiproquos et des malentendus. Comme dans la vie. Sauf que c'est du théâtre. Un théâtre de l'absurde. Les trois personnages, interprétés par quinze artistes, parlent rapidement, sont imprégnés d'une lumière irréelle et tentent de nous raconter l'histoire de leur triangle amoureux. Cette compagnie s'empare avec brio du texte pour le transformer : le discours devient partition, le décor instrument, et la lumière chef d'orchestre. Un spectacle choral et musical d'une grande originalité.

OI WWW.OPERA.METZMETROPOLE.FR

11.05

SPECTACLE

KULTURFABRIK

SOPHIA ARAM

Blanche-Neige a-t-elle de l'ambition ? Le prince charmant a-t-il bonne haleine ? L'éjaculation précoce est-elle compatible avec l'impuissance ? Dieu est-il féministe ? Dans ce tout nouveau spectacle, Sophia Aram nous parle de contes de fées, de ses rêves d'enfance, de désir et de sexualité, mais aussi de politique, d'actualité, de religion… et bien sûr, d'amour ! Après un premier spectacle sur l'école, un deuxième sur les religions, un troisième sur la montée des extrêmes, Sophia Aram continue son observation affûtée de la société, de la politique et de l'actualité tout en livrant un regard personnel sur les faits marquants de notre époque.

OI WWW.KULTURFABRIK.LU

14.05

SPECTACLE

CAPE

SATURDAY NIGHT FEVER

Saturday Night Fever, la légendaire comédie musicale dansée sur les grands hits des Bee Gees, est née du film culte des années 1970 qui a fait de l'acteur John Travolta une star. Sa bande originale est rapidement devenue la musique de film la plus vendue au monde. La comédie musicale a été créée à Londres en 1998 avant d'être exportée à New York, où elle a été jouée à Broadway un an plus tard.

OI WWW.CAPE.LU

15.05

CONCERT

DEN ATELIER

TOM WALKER

Né à Glasgow, le chanteur-compositeur Tom Walker a fait ses premiers pas dans la musique en 2017 avec la parution de l'EP *Blessings*. Un projet aux inspirations soul et rock qui a préfiguré son explosion sur la scène internationale. Car c'est avec *Leave a Light On* que l'artiste écossais a fait fondre l'Europe toute entière. La ballade, au refrain aussi puissant que son texte, en a fait la nouvelle étoile britannique, se classant 2ème des ventes en Autriche et en Belgique, 3ème en Suède et 7ème au Royaume-Uni. Nommé au BBC Sound of 2018, c'est en France que Tom Walker a connu le plus de succès, où il a décroché la première place des ventes et un single de platine.

OI WWW.ATELIER.LU

16.05

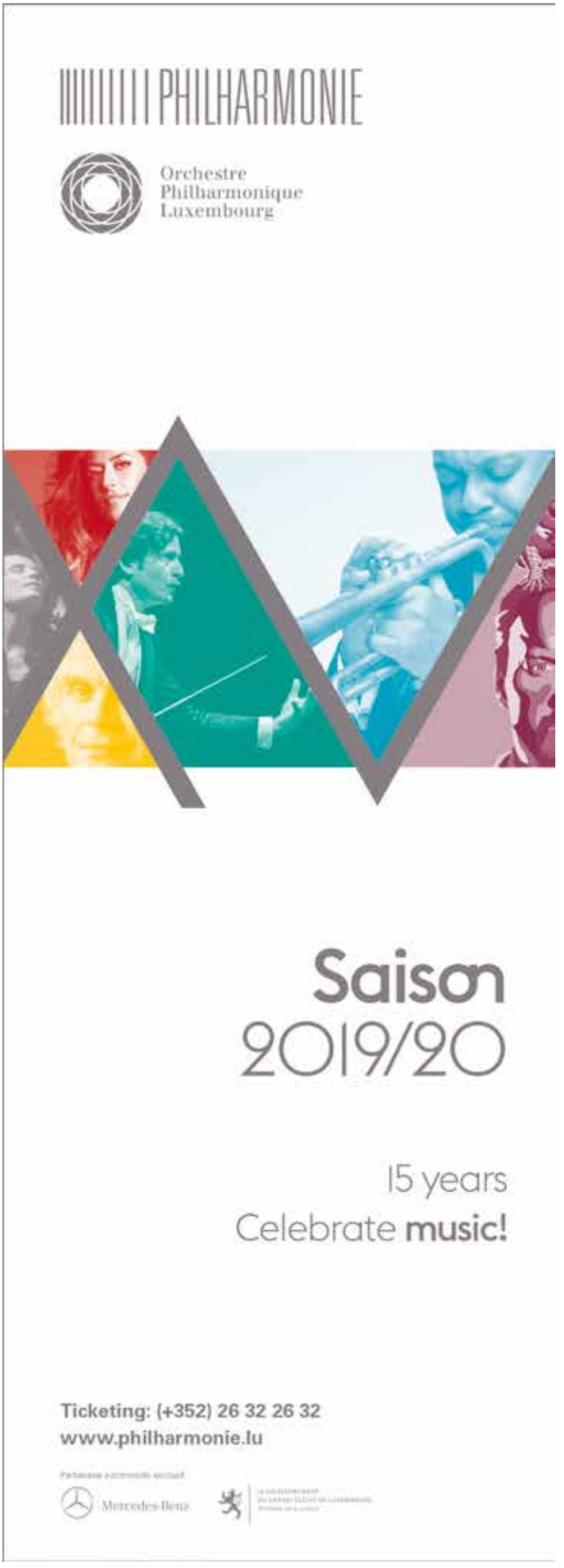
DANSE

ARSENAL (METZ)

MONSTRES / ON NE DANSE PAS POUR RIEN

Nourrie des influences métissées d'Afrique, d'Europe et d'Amérique, soumise aux trépidations de Brazzaville, la danse du chorégraphe congolais DeLa Vallet Bidiefono conjugue puissance et délicatesse dans un geste d'insoumission radicale à la dictature et à la censure. Et c'est toute la vivacité de la création contemporaine congolaise qu'il insuffle dans *Monstres / On ne danse pas pour rien.* Monstres, c'est une troupe dont l'entente corporelle croît avec sa fidélité au chorégraphe et c'est un quatuor de musiciens multi instrumentistes qui portent à l'incandescence la danse organique des interprètes sur scène : on serait presque tenté de dire leur transe.

OI WWW.CITEMUSICALE-METZ.FR



16.05

CONCERT

ROCKHAL

JAIN

Il ne suffit que de quelques secondes en écoutant Jain pour savoir que vous êtes tombé sur quelqu'un de spécial. Choisissez une chanson - n'importe quelle chanson - du célèbre premier album de la parisienne, *Zanaka*, et l'effet est le même. Instantanément, vous serez surpris, frappé et souriant. Paru en 2015 et consacré triple disque de platine, il vaut à Jain la Victoire de la musique de l'interprète féminine de l'année en 2017 et une nomination aux Grammy Awards, à New York, au début de l'année 2018. Depuis la sortie de *Zanaka*, Jain prend toujours plus la route : elle compile aujourd'hui plus de deux cent dates de concert à travers le monde. Toujours accompagnée de Yodelice, Jain est revenue en 2018 avec un deuxième album qui donne à saisir un peu plus fort cette passion amoureuse pour le rythme. Avec *Souldier,* celle qui a fêté ses 27 ans en février dernier continue de creuser sa curiosité pour le monde et ses variations.

WWW.ROCKHAL.LU

23.05

CONCERT

PHILHARMONIE

YUJA WANG

La pianiste Yuja Wang s'est passionnée ces dernières années pour les concertos pour piano de Sergueï Prokofiev. Le 23.05, elle joue dans le Grand Auditorium le rare Cinquième Concerto, accompagnée par le City of Birmingham Symphony Orchestra placé sous la baguette de sa directrice musicale lituanienne Mirga Gražinyte-Tyla. La pièce évoque le style néoclassique de Stravinsky mais aussi des motifs folkloriques de l'ancienne Russie.

WWW.PHILHARMONIE.LU

29.05

CONCERT

ROCKHAL

AYA NAKAMURA

Passée du statut de révélation de l'année à celui de superstar de la musique en moins d'un an, Aya Nakamura a rythmé le quotidien de la jeunesse française en 2018 avec ses tubes *Comportement, Copines*, et surtout *Djadja*, dont le clip cumule à l'heure actuelle le chiffre ahurissant de 160 millions de vues sur Youtube. Des titres entêtants et addictifs dont l'efficacité est décuplée par la personnalité attachante d'Aya, qui entretient un lien très direct avec son public, et par l'universalité de sa musique, qui traverse les frontières et s'impose dans les tops dans l'Europe entière et sur le continent africain.

WWW.ROCKHAL.LU

Le ROYAL LUXEMBOURG
LEADING HOTELS

WELCOME
TO THE
★ ★ ★ ★ ★
DIMENSION

Enjoy an exceptional moment in the luxury of Le Royal. Experience fresh recipes in a trendy atmosphere and attentive service at Amélys restaurant. Sunny terrace, fun and special memories.

Le Royal Hotels & Resorts
L-2449 Luxembourg
12, boulevard Royal
T (+352) 24 16 16 1
restauration-lux@leroyal.com
leroyalluxembourg.com

AMELYS
LE ROYAL RESTAURANT

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.

Menu lunch*
entrée + plat
+ dessert
27 €

*Uniquement le midi
en semaine

NEW

Menu Péitry*
4 ou
5 services

*Uniquement le soir

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

NEWS CULTURE

GODEFROY GORDET

FILM INTERNATIONAL

ALADDIN
de Guy Ritchie

Avec Mena Massoud, Will Smith, Naomi Scott, Marwan Kenzari

Voici un drôle d'ovni dans la filmographie de Guy Ritchie qui s'invite chez Disney pour produire ce film d'aventure grand public. Adaptation, en prise de vues réelles du dessin animé culte de 1992, après *Le Livre de la jungle* de Jon Favreau ou le *Dumbo* de Burton, Guy Ritchie remet au goût du jour ce classique des studios Disney. On va, pour vous, refaire le pitch bien connu, retenez simplement que rien que pour voir Will Smith en génie blagueur, on y va !

OI **Le 22 mai (US)**

FILM LUXEMBOURGEOIS

Escapada, de Sarah Hirtt

Produit par Artémis, Samsa, RTBF, Shelter, Voo et BeTV
Avec François Neycken, Raphaëlle Corbisier, Yohan Manca, Maria León

La jeune réalisatrice belge Sarah Hirtt signe, ici, son premier long métrage après deux jolis courts (*En attendant le dégel* et *Javotte*) bien reçus par la critique. Sous une production belgo-luxembourgeoise, *Escapada* raconte l'histoire d'une fratrie éclatée partie se retrouver en Espagne, autour d'une vieille bicoque de famille. Entre incompréhension et vision du monde qui se chevauchent voire s'entrechoquent, les retrouvailles sont rudes et toniques.

OI **déjà sorti (BE, Lux)**

LIVRE BROCHÉ

CATS. PHOTOGRAPHS 1942–2018 DE WALTER CHANDOHA, SUSAN MICHALS, REUEL GOLDEN

Ça a l'air de rien comme ça, surtout avec la déferlante de chats sur Internet… Mais cet ouvrage est une référence de son domaine. Sous-titré, « Retour sur la carrière du plus grand photographe de chats du XXe siècle », on va pas vous mentir, ce livre est une ode aux chats, ceux-ci captés par l'œil du photographe américain Walter Chandoha. Le « Robert Capa » de la photo animalière, en quelque sorte, tout à fait autre chose que ces images virales débordant du net…

OI Éditions Taschen

LIVRE POCHE

LE CAS FITZGERALD DE JOHN GRISHAM

Retrouver l'univers de Grisham fait toujours du bien, surtout quand celui-ci use de si belles références de la pop culture américaine pour conduire son thriller. Bruce Cable tient une sympathique librairie à Santa-Rosa. Quand des originaux de F.S. Fitzgerald disparaissent, il est très vite soupçonné. Mercer Mann, une auteure à vide, est contactée pour mener l'enquête… Grisham distille des personnages forts, dans une ambiance brûlante sous le soleil de la Floride, profitant du contexte bibliophile, pour déclarer son propre amour pour le livre. Un ouvrage léger, muni d'une intrigue bien ficelée saupoudrée d'anecdotes sur Fitzgerald ou Hemingway.

OI Éditeur LGF/
Livre de poche déjà disponible

ALBUMS

MAC DEMARCO – HERE COMES THE COWBOY

Tout juste après *This Old Dog* qui l'aura occupé sur 2017 et 2018, le génial Mac Demarco sort un quatrième album histoire de ne pas perdre la main. *Here Comes the Cowboy*, montre un axe plutôt minimaliste mais toujours aussi poétique. *Nobody*, premier single paru, laisse entendre une douce ballade à chanter autour d'un feu, sous les étoiles du désert de l'ouest sauvage. Produit sous Mac's Record, le propre label du Canadien, ce dernier album studio compte les collaborations du claviériste Alec Meen et de l'ingénieur Joe Santarpia.

OI Le 10 mai

VAMPIRE WEEKEND – FATHER OF THE BRIDE

Six ans d'absence pour retrouver Vampire Weekend autour d'un *Father of the Bride* super attirant. Après 3 albums très bien reçus et un Grammy en 2014, Vampire Weekend n'a plus grand-chose à prouver, pourtant, c'est appliqué et engagé que revient le trio. C'est l'adage des grands groupes de musique de savoir faire une musique mainstream, tout en y plaçant une vraie technique musicale et une recherche de fond complexe. Et ce quatrième disque n'y échappe pas. Publié chez Columbia Records, Father of the Bride exprime parfaitement le « style VW ».

OI Le 3 mai

ACTU LOCALE

LUXEMBOURG STREET PHOTOGRAPHY FESTIVAL

Le 2 mai à 18h, le LSPF inaugure son festival aux Rotondes en grande pompe. Fil rouge de l'événement, une grande exposition rassemblera le travail de photographes luxembourgeois reconnus et plusieurs photographes internationaux. Le format a, cette année, été révisé et montre de plus grandes ambitions avec de nombreuses activités *in situ*, comme des conférences, une Slide Night, des Workshops, l'Open Wall Contest, ou encore un Portfolio Review.

OI Du 2 au 5 mai aux Rotondes, Luxembourg Bonnevoie

Mon enfant est hyperactif, comment l'aider ?

Entre diagnostic abusif et remèdes douteux, retour sur un trouble largement médiatisé mais trop peu expliqué. « Sauter, crier et courir plus vite que les garçons. » C'est ce que Marion, 7 ans, aime par-dessus tout. Son énergie a longtemps été reconnue et appréciée de tous. Malheureusement pour elle, la tendance s'est inversée. Les mots des adultes ont changé. De petite fille « vivante » et « énergique », elle est devenue « difficile à canaliser », « incapable de se concentrer en classe », « toujours debout »... Jusqu'au couperet final lâché par l'une de ses camarades : « De toute façon tu es hyperactive, c'est la maîtresse qui l'a dit. »

AURÉLIE HANTZBERG

Hyperactivité, le grand « fourre-tout » comportemental

Les parents demandent souvent une consultation après s'être entretenus avec l'enseignant. Outre la gêne que l'enfant peut provoquer par son comportement « inapproprié » dans l'espace public, l'hyperactivité peut aussi isoler les parents qui ne souhaitent plus se faire remarquer par ce qui passe trop souvent pour « un manque d'éducation » aux yeux des autres.

Certains arrivent en consultation motivés par leur autodiagnostic : « Nous pensons qu'il est hyperactif ». Néanmoins, une première consultation ne donne pas toujours lieu à un suivi psychologique. Certains parents peuvent prendre conscience que l'agitation de leur enfant est née d'un manque, voire d'une absence, totale de règles éducatives à la maison. Les professionnels de santé tirent la sonnette d'alarme : le diagnostic est souvent posé de manière excessive. « Hyperactif » est devenu un terme fourre-tout où l'on enferme tous les enfants qui rencontrent des difficultés de comportement et d'attention quelles qu'en soient les causes et la durée. Selon la Société Française de Pédiatrie, seulement 5 % des enfants souffrant de Troubles Déficitaires de l'Attention peuvent être qualifiés d'hyperactifs. Les médias, en s'emparant du phénomène, ont largement contribué à ces excès.

Avant de réfléchir à des solutions face à l'agitation ou au manque de concentration d'un enfant, il est donc nécessaire de rappeler que seul un professionnel a les compétences requises pour nommer le trouble qui secoue votre enfant comme un cocotier. Un pédopsychiatre pourra réaliser une observation clinique puis délivrer un diagnostic légitime.

« Évaluer plutôt qu'étiqueter »

Plutôt qu'étiqueter trop rapidement un enfant et envisager des traitements médicamenteux, la pédopsychiatre Rita Sferrazza[1] propose, dans un premier temps, d'évaluer son fonctionnement psychique et cognitif pour définir une thérapie personnalisée, considérant l'enfant dans tout son ensemble. « On ne peut pas aider un enfant sans auparavant connaître le contexte social et familial dans lequel il se construit », écrit-elle. À la Suite d'une évaluation clinique, le Docteur Sferrazza proposera une thérapie adaptée tout au long de laquelle, parents, enseignants, et thérapeute seront partenaires.

Malheureusement, bon nombre de professionnels affirment que les parents arrivent souvent en consultation exténués… et pressés ! Épuisés par leur enfant, ils sont souvent en attente d'une réponse immédiate et ont parfois du mal à accepter que la solution, doit se construire dans le temps. Victimes de cette urgence et du manque d'informations de leur entourage, les enfants trinquent, à coup de pilule magique. La Ritaline, le traitement le plus répandu est, selon la pédopsychiatre, encore trop souvent prescrite. La prise de ce psychostimulant peut être pertinente dans des cas particuliers de troubles

> **« ON NE PEUT PAS AIDER UN ENFANT SANS AUPARAVANT CONNAÎTRE LE CONTEXTE SOCIAL ET FAMILIAL DANS LEQUEL IL SE CONSTRUIT »**

ÉCRANS ET HYPERACTIVITÉ

Des études montrent que les écrans provoquent une agitation psychique chez l'enfant, son système neurologique n'étant pas assez mature pour traiter correctement l'ensemble des informations reçues (son, lumière, image…)

Les conseils des pédopsychiatres :

- **Pas d'écrans avant 3 ans… même devant un programme dit « adapté »**
- **Après 3 ans, limiter l'exposition aux écrans de 15 à 30 minutes par jour selon l'âge de l'enfant.**
- **Favoriser les jeux, les livres, les activités privilégiant la communication avec autrui.**

(1) Rita Sferrazza Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans hyperactivité, téléchargeable sur **ww.yapaka.be**

comportementaux - mais il ne règlera rien sur le long terme. En somme, la Ritaline calme l'agitation psychomotrice mais en aucun cas elle ne traite les causes de celle-ci. Médiquer l'agitation reviendrait à nier la cause psychique qui la provoque et donc nier la souffrance des enfants en ne s'attaquant qu'aux symptômes. Une fois l'effet du médicament passé, la souffrance de l'enfant n'en sera que plus grande. Prétendre que la Ritaline soigne l'hyperactivité reviendrait à affirmer qu'un médicament peut soigner la jalousie ou la timidité.

Prévenir

Pour améliorer le comportement de l'enfant et trouver des solutions durables, d'autres voies sont à explorer notamment en ce qui concerne la prévention.

Les causes des troubles de l'attention et de l'hyperactivité sont multiples. Une agitation intense peut être la réponse comportementale d'un enfant en situation de dépression, de stress face à un changement dans sa vie familiale ou une réaction à une maltraitance. Même s'il n'existe pas de profil type, le docteur Sferrazza affirme que les enfants ayant des difficultés de langage peuvent être plus exposés. Avec un langage peu développé, l'enfant ne pourra exprimer verbalement ce qu'il ressent. Le corps le fera alors à sa place. Si on ne peut pas prévenir à coup sûr le mal être chez l'enfant, certaines dispositions peuvent tout de même contribuer à son bien-être. Limiter les écrans, offrir aux enfants de réels moments pour se défouler à l'extérieur pourrait les calmer durablement et retarder ainsi des comportements excessifs. Les parents démunis peuvent aussi demander de l'aide pour apprendre à adopter des réponses éducatives adaptées et ne pas sombrer dans des sanctions abusives.

Enfin, le nombre croissant d'enfants présentant des troubles de l'attention doit nous alerter. Et si l'hyperactivité était finalement un sujet sociétal plutôt que médical ? Cela ouvrirait le champ des possibles en matière d'options thérapeutiques : repenser les structures accueillant les enfants, limiter le nombre d'enfants par classe, renforcer la prévention contre la surexposition aux écrans sont autant de solutions durables qui méritent d'être mises en place pour préserver les enfants de troubles envahissants et si préjudiciables à leur bonheur.

LA CRÈCHE CONÇUE ET PENSÉE POUR VOS ENFANTS

LA CRÈCHE LES PETITS DINOSAURES

Une structure privée pour les enfants de **2 mois à 12 ans**. Des **espaces ludiques**, **modernes** où les enfants évoluent, accompagnés par un **personnel qualifié** et multilingue.

NOS VALEURS

Le **bien-être** de vos enfants est au centre de nos préoccupations. Nous privilégions le **développement affectif**, **social**, **psychomoteur** et **sensoriel** de l'enfant grâce aux **différentes activités** proposées.

LE FOYER

Pour assurer une continuité avec la crèche et pour faciliter la scolarisation, les enfants rattachés à l'école Chemin Rouge de Belvaux peuvent intégrer notre Foyer de jour **à partir de 4 ans**.

NOS PLUS

- **Une stucture** de 600m² avec un jardin de 400m² et son potager
- **Activités :** musicales , ludiques , sportives, culinaires, éducatives et relaxantes.
- **Sorties :** bibliothèque, piscine, forêt, ferme pédagogique, bowling, ... tout au long de l'année

OUVERTURE DE 6H45 À 19H - 264 ROUTE D'ESCH, L-4451 BELVAUX - TÉL.: 26 59 52 - WWW.LESPETITSDINOSAURES.LU

Parking sécurisé à l'arrière du bâtiment - Chèques services acceptés

MIX & MATCH

ZARA

Les cools kids de la saison seront ceux qui afficheront des looks hauts en couleur et forts en motifs. Fleuris, animaliers ou graphiques, les imprimés se joueront de toutes les audaces pour des styles affirmés à l'heure de la récré.

SARAH BRAUN

EMILE ET IDA

MILK & BISCUIT

H&M

PEPE JEANS

SUNCHILD

MORLEY

CHIPIE

FOR KIDS

SANTÉ

ALLAITER POUR DIMINUER LE RISQUE D'ECZÉMA CHEZ LE NOURRISSON

De récentes études américaines*, réalisées sur environ 2000 femmes, ont démontré que les nourrissons exclusivement allaités au sein pendant leurs trois premiers mois de vie semblaient présenter un risque abaissé d'eczéma au cours de l'enfance en comparaison avec les bébés allaités moins longtemps ou pas du tout. Les chercheurs ont ensuite mené le suivi de 1520 des enfants à l'âge de six ans, pour évaluer leur alimentation, leur développement et leur santé.

Les résultats ont été présentés au cours du congrès annuel de l'American Academy of Allergy, Asthma & Immunology 2019, et sont fondés sur une comparaison avec des enfants allaités moins longtemps ou exclusivement nourris au lait maternisé. Les scientifiques ont aussi trouvé que les antécédents d'allergies alimentaires dans la famille des enfants ou un statut socio-économique supérieur entraînaient un risque plus élevé de souffrir de cette maladie de peau. L'auteur de l'étude, Katherine M. Balas, a noté que « la preuve que l'allaitement exclusif protège les enfants de développer l'eczéma plus tard dans la vie reste mitigée", et d'ajouter, "notre équipe de chercheurs essaie d'aider à remplir ce manque de données. »

* Une étude menée par des chercheurs du Children's National Medical Center prenant en compte des données émanant de l'Infant Feeding Practices Study II ; une étude longitudinale co-menée par le Centers for Disease Control and Prevention (CDC) ; et la Food and Drug Administration (FDA) américaine, les autorités médicales américaines.

WORKSHOP

TOUS AU CIRQUE !

Du 5 au 11 mai se tiendra, derrière D'Coque, la grande Semaine du cirque sous chapiteau. Clowns, acrobates et élèves de Zaltimbanq se succéderont pour mettre des étoiles dans les yeux de vos chers bambins avec leurs numéros plus incroyables les uns que les autres !

Renseignements et réservation sur www.luxembourg-ticket.lu

BOOK

UN GUIDE PRÉCIEUX

L'essai *Maman une semaine sur deux* raconte l'ambivalence des « nouvelles mamans » : une semaine avec ses enfants. Une semaine sans. Le transfert est effectué à la sortie de l'école, chaque vendredi soir. Durant neuf mois, le temps d'accepter cette nouvelle situation, une maman tient son journal hebdomadaire. Elle raconte comment elle se réinvente une vie de femme et une vie de maman en solo.
Avec beaucoup d'humour, l'auteure aborde toutes les problématiques qui touchent les parents qui se séparent et se partagent la garde de leurs enfants : comment mettre en place de nouvelles habitudes, comment éviter les comparaisons entre les deux foyers, comment organiser les vacances, comment s'autoriser des reconquêtes amoureuses...

Maman une semaine sur deux, Natacha Guilbert, aux Éditions Marabout

PARUTION

LE NOUVEAU BABY INFO EST DISPO !

Le magazine spécialisé pour les parents et les futurs parents du Luxembourg vient de dévoiler son édition printanière. À télécharger sur **www.liewensufank.lu/fr**, ce nouveau numéro aborde la question délicate de la dépression post-partum, et délivre une foule d'astuces pour passer des vacances en toute sérénité !

©Andrane de Barry

Axelle, porteuse du syndrome de Williams avec Emmanuelle Gaume, marraine de l'association, animatrice et productrice.

QUELQUES GÈNES EN MOINS, LA MÊME ENVIE D'ÊTRE HEUREUSE.

Le syndrome de Williams
est une maladie génétique rare qui associe des malformations cardiaques, un retard de développement et des caractéristiques comportementales et physiques.

Autour des Williams
Association du syndrome de Williams & Beuren

Pour soutenir la recherche **autourdeswilliams.org**

LET'S GO TO THE BEACH

Les embruns marins et toute leur faune et leur flore s'invitent dans les chambres de nos marins d'eau douce !

SARAH BRAUN

BLA BLA KIDS

EMILE & IDA

IKEA

SOPHIE ALLPORT 'WHAT A CATCH!' SEA LIFE COLLECTION

NUMERO 74

DJECO

IKEA

HARTÔ

MOULIN ROTY

BACK TO BASICS

À l'heure où la consommation se fait plus raisonnée et plus citoyenne, ne serait-il pas temps de se concentrer sur l'essentiel et de revenir aux sources? Face aux achats compulsifs, nous prônons la slow consommation. Face à l'accumulation de tendances, nous militons pour l'intemporel. Objets iconiques qui ont marqué le design, pièces incontournables et autres must have, voici notre top 10 des grands classiques qui se suffisent à eux-mêmes.

AURÉLIE GUYOT

> « ON SE LASSE DES TENDANCES... PAS DES ICÔNES ! »

#1
L'EGG CHAIR

Nous n'avons pas hésité longtemps à placer ce chef d'œuvre dessiné par Arne Jacobsen en tête de notre classement. Cette création a fêté ses 60 ans l'année passée mais n'a pas pris une ride. Sa forme d'œuf, devenue culte, est toujours aussi avant-gardiste. Petit conseil si vous passez par Copenhague : bookez la chambre 606 de l'hôtel Radisson... La décoration d'intérieur, orchestrée par ce maître du design, est conservée dans son état d'origine.
Difficile de proposer un retour aux sources plus efficace !

#2
LA CHAISE EAMES DSR

Beaucoup copiée... jamais égalée ! Cette chaise est parmi les objets les plus contrefaits de l'histoire du design. Il est vrai que son look reste des plus actuels, près de 70 ans après sa création. Charles et Ray Eames souhaitaient «rendre le meilleur accessible au plus grand nombre », et se tournèrent donc très tôt vers la résine de polyester renforcée de fibre de verre, qui leur permit de développer des coques et de les parfaire jusqu'à la production en série. Le résultat ? Des chaises caméléons redoutablement efficace, à mixer avec du neuf, de l'ancien, de l'industriel, du scandinave... Difficile de se tromper avec un bon classique !

#3
LA CHAISE STANDARD DE JEAN PROUVÉ

Impossible de ne pas placer un Français sur le podium ! Notre choix s'est porté sur Jean Prouvé, créateur génial et humaniste, demeurant à l'heure actuelle une des influences incontournables du design contemporain. Il a signé de nombreux projets d'envergure, dont la chaise Standard. Partant du principe que les forces les plus élevées qui s'exercent sur une chaise sont portées par les pieds arrière, il a conçu les pieds arrière de sa chaise en acier, creux et volumineux. La charge au sol est ainsi parfaitement répartie. On n'a encore rien proposé de plus efficace.

#4
LA LAMPE PIPISTRELLO

Elle doit son nom à sa forme de chauve-souris, qui se dit pipistrello en italien. Son abat-jour unique la rend en effet reconnaissable au premier coup d'œil. Lampe de table, de bureau ou même de sol, elle diffuse une lumière douce tout en apportant une touche de personnalité à n'importe quelle pièce. Designée en 1965, elle rencontre rapidement un immense succès, qui lui vaut aujourd'hui d'être déclinée en plusieurs tailles et finitions. Un véritable objet culte.

#5
LA COFFEE TABLE

Isamu Noguchi pensait que 'tout est sculpture'. Un véritable esthète, amoureux des beaux objets, qui imagina sa fameuse table basse en 1945 pour le directeur du Musée d'Art Moderne de New York. Noguchi avait rencontré Giacometti et Brancusi lors d'un voyage à Paris, et travaillait depuis à effacer les limites entre la sculpture monumentale et la conception de meubles organiques. Un pari pleinement réussi.

#6
LE PRESSE-AGRUMES JUICY SALIF

Enfin du petit budget ! Merci Philippe Starck pour cette géniale invention qui pimpe n'importe quel plan de travail. Réalisé en fonte d'aluminium, cet objet ovni est poli à l'extrême pour atteindre la brillance d'un miroir. Selon la légende, Starck l'aurait imaginé au cours d'un repas en Italie et aurait même esquissé les premières ébauches sur la nappe du restaurant. Placez directement votre verre sous le Juicy Salif, puis pressez votre orange. Le jus coule directement pour une dégustation minute.

> « NOUS MILITONS POUR L'INTEMPOREL »

#7
LE LAMPADAIRE ARCO

Que la lumière soit! On a tous en tête la silhouette du lampadaire Arco, sans pouvoir spécifiquement le nommer. De sa base, en marbre blanc de Carrare, jaillit un arc en acier inoxydable, remarquable par ses dimensions XXL. Une combinaison de matériaux étonnante : le marbre, matériau traditionnel, s'allie à la modernité de l'acier. Une première, qui fait aujourd'hui figure de cas d'école et inspire les nouvelles générations. Au-dessus d'un bureau, dans un salon ou dans une chambre, impossible de s'en passer.

#8
CHAISE PANTON

La Panton Chair est un classique de l'histoire du mobilier et fait aujourd'hui partie des collections permanentes de nombreux musées célèbres. Conçue par Verner Panton en 1960, la chaise a été développée pour la production en série en collaboration avec l'éditeur Vitra. Elle fut la première chaise en plastique moulée d'une seule pièce ! Les enfants l'adorent en version colorée et XXS… et les adultes ne s'en lassent jamais !

#9
LA BANQUETTE 514 REFOLO

Pièce de collection mais surtout mobilier à vivre, cette banquette s'arrache aux enchères. Typique des 50's, il s'agit d'un système modulaire, utilisable comme table basse, banc ou siège rembourré grâce à un simple ajout de coussins. Charlotte Perriand savait jouer de l'économie de matériaux comme personne, et faire rimer simplicité avec beauté. Un meuble comme on n'en fait plus…

#10
LA LOUNGE CHAIR EAMES

Clôturons notre classement en beauté, par une autre création signée Charles et Ray Eames. Leur mythique lounge chair est une véritable ode à la détente ! Les deux designers voulaient moderniser le fauteuil club et proposer un nouveau type de fauteuil au confort extrême. Ce siège généreux et mœlleux s'accompagne d'un repose-pied pour encore plus de plaisir. Léger et élégant, il vaut l'investissement.

* Source de votre imagination, pour générer des projets uniques, marquer notre différence en développant votre créativité.

POUR LES DESIGNERS QUI VEULENT SE DISTINGUER

268, route d'Esch
L-1471 Luxembourg
info@baticdesign.lu
www.baticdesign.lu

Lundi - Vendredi de 9h à 18h
Samedi de 9h à 13h

BATIC design

DANS LA CUISINE DE FERNANDO ANDREU

Hommage à ses racines

Vous avez envie de soleil ? Le Chef Fernando Andreu vous en propose dans l'assiette du Bosque FeVi, le restaurant du Seven Hotel. Rendez-vous sur les hauteurs du Gaalgebierg, à Esch-sur-Alzette pour déguster une cuisine aux accents catalans.

MAGALI EYLENBOSCH | PHOTOGRAPHIES JULIAN BENINI & BOSQUE FEVI

C'est dans un décor résolument contemporain, agencé par l'architecte, Nico Engel (BENG Architectes Associés S.A) que l'on part à la découverte de la cuisine de Fernando Andreu. Originaire de Barcelone, cet autodidacte ne signe pas un parcours classique. Adolescent, il fait ses premiers pas dans le métier en travaillant le week-end dans le petit bistro de son beau-frère. « Je lavais les assiettes pour me faire de l'argent de poche et je me dirigeais vers l'électronique. Quand je voyais qu'on nettoyait un poulet, je refusais de le manger. Autant dire qu'il y avait peu de chance de finir derrière les fourneaux… Et pourtant ! » Il se découvre rapidement une passion pour la cuisine. Il fait ses armes à la Costa Brava et passera par Dublin avant de poser ses valises au Luxembourg.

N'est-ce finalement pas sur le terrain que l'on apprend le mieux ?
Pour moi, ça a marché. Je suis quelqu'un de très curieux. J'ai rapidement compris que je n'étais pas fait pour suivre les recettes classiques. J'aime créer, proposer quelque chose de différent. Et puis, je suis tellement passionné que je considère la cuisine comme un hobby plutôt qu'un travail. Quand je suis occupé, je ne regarde jamais ma montre et quand je suis en vacances, je suis perpétuellement à la recherche d'idées. C'est une façon de vivre.

Qu'est-ce qui fait votre différence ?
Je suis catalan ! Au Luxembourg, il n'y en a pas beaucoup ! Ma cuisine est méditerranéenne et je fais venir quasi tous les produits de là-bas : le bœuf de Galice, le porc ibérique, les crevettes

> JE SUIS TELLEMENT PASSIONNÉ QUE JE CONSIDÈRE LA CUISINE COMME UN HOBBY PLUTÔT QU'UN TRAVAIL

de palamos, les poivrons, les tomates… Si on veut faire une cuisine authentique, il faut s'en donner les moyens. La carte nous représente bien aussi. On peut manger à la carte, choisir le menu dégustation avec cinq ou neuf services, c'est plus gastronomique, et on propose aussi des tapas. J'essaie toujours d'être créatif.

Quel est votre plus grand défaut ?
Je suis passionné par la cuisine ! Je n'arrête jamais. D'ailleurs ma femme me le reproche un peu.

Avez-vous un plat signature ?
Non ! On utilise des ingrédients qui sont une signature. Les plats changent, évoluent.

Si j'étais votre stagiaire, quelle est la première recette qu'on partagerait ?
C'est très compliqué… Je ne peux pas expliquer ma cuisine en une recette. Il faut d'abord s'en imprégner en regardant. Par contre, j'exigerais que vous soyez ponctuelle. Il y a des règles en cuisine. L'important n'est pas de savoir si on est le pire ou le meilleur, mais il est essentiel d'être constant.

Vous êtes un bec sucré ?
Les deux ! D'ailleurs je les mélange souvent et ça me fait plaisir. La cuisine, ce sont différents ingrédients qui finalement forment un tout.

Vous arrivez chez un copain qui vous demande de préparer quelque chose… Sur quoi vous rabattriez-vous ?
Un œuf au plat. C'est top ! En Espagne, on le cuit avec beaucoup d'huile. Il frit litéralement et le blanc d'œuf est croustillant.

Quel est votre plus beau souvenir dans le métier ?
Je suis un peu comme les montagnes russes. J'ai besoin d'être triste pour être heureux. Donc j'ai beaucoup de beaux souvenirs. Mais je pense qu'un bon service, ça me fait toujours plaisir.

Un souvenir cauchemardesque ?
Je propose un bœuf de Galice qui est maturé. Je me suis retrouvé devant un client qui n'aimait franchement pas le goût. Et je savais qu'il était inutile de lui servir une autre pièce parce que le problème serait le même. Il fallait qu'il fasse un autre choix et j'ai du le lui expliquer.

Avec quel grand Chef aimeriez-vous partager une omelette ?
Albert Adrià, le frère de Ferran. Il est catalan, comme moi et il est extraordinaire.

Quel est le plat classique que vous aimeriez avoir inventé ?
La fideuà, un plat à base de vermicelles ou la sauce romesco que l'on sert avec les calçots qui sont de jeunes oignons fins et longs.

Avez-vous un mentor ?
Non ! Même si je lis beaucoup et que j'aime découvrir le travail des autres.

Avez-vous un objectif ?
Être heureux… mais pas tout le temps. Justement pour pouvoir apprécier l'instant. Et aussi réussir à conjuguer vie professionnelle et vie de famille pour mes deux enfants de 7 et 4 ans.

TENDANCE **ROSÉ**

Avec 180 références de rosés disponibles dans les rayons dès ce 1er mai, la saison estivale est lancée chez cora concorde. Zoom sur ce vin avec Stéphane Meintzer, Manager du Rayon Liquides.

Dans l'esprit de beaucoup, le rosé est le vin de l'été par excellence. Mais il semble qu'il séduit désormais tout au long de l'année. « Il y a 20 ans, les rosés se vendaient uniquement en juillet et en août, raconte Stéphane. On trouvait alors surtout de simples rosés » Seuls quelques domaines, situés sur de bons terroirs, sortaient leur épingle du jeu, en privilégiant des cépages nobles et des processus de fabrication adaptés. « Aujourd'hui, la donne a changé. Pour continuer à se démarquer, les vignerons français adoptent une démarche de qualité. » Une initiative qui a fait évoluer les ventes de rosés de manière significative ces dernières années. « Les rosés étant devenus de plus en plus qualitatifs, les consommateurs s'y intéressent davantage. Résultat : sur une année, nous vendons autant de rosés que de blancs », affirme Stéphane. Toujours très prisé durant les mois les plus chauds, ces vins connaissent aussi un franc succès lors des fêtes de fin d'année.

Le rosé, plus d'une corde à son arc

Il faut dire que le rosé présente de nombreux atouts. À commencer par son prix. « Pour déguster un bon rosé, on n'est pas obligé de mettre le même prix que pour un bon vin blanc ou rouge, commente Stéphane. De manière générale, il est plus abordable. » En termes de tarif, mais aussi de goût. Moins complexe, le vin rosé se montre accessible à un plus grand nombre de palais. « C'est le vin parfait pour entrer dans le monde du vin. »

Enfin, associé aux moments de fête, synonyme de convivialité et de simplicité, le rosé présente l'avantage de s'accommoder facilement à de nombreux plats.

Des rayons entiers dédiés aux vins rosés

Pour répondre à cet intérêt grandissant pour le rosé, cora concorde proposera, à partir du 1er mai, 180 références, principalement d'origine française, dans des budgets très variés – de 3 à 70 € la bouteille.

Produits par des grands domaines, des vignerons récoltants et des caves coopératives, ces vins ont été sélectionnés avec soin par Stéphane Meintzer et Mélissa Soltys, sommelière du cora concorde. De quoi satisfaire tous les goûts et toutes les bourses, et passer encore d'agréables moments.

AFTERWORK SPÉCIAL ROSÉ

Suivant le modèle de ses foires aux vins organisées chaque année, l'équipe de cora concorde vous convie à son afterwork spécial rosé **le lundi 13 mai de 17h à 20h.** Au programme : de nombreux vins en dégustation sur 10 stands animés par des vignerons. Une occasion unique pour faire votre sélection pour les beaux jours.

LES COUPS DE CŒUR DE MÉLISSA ET STÉPHANE

M de Minuty, Côtes de Provence 2018

Vin emblématique de la région provençale, ce rosé est produit au cœur d'un domaine viticole qui domine le Golfe de Saint-Tropez, à Gassin. Arborant une robe légère et brillante, ce rosé apporte en bouche une fraîcheur acidulée, grâce à ses trois cépages : grenache, cinsault et syrah. Au nez, il se révèle intense, avec ses arômes gourmands d'écorces d'orange et de groseille. M de Minuty accompagnera à merveille vos plats d'été inspirés du sud : soupe au pistou, crudités, grillades, brochettes de gambas et tarte aux abricots.

PRIX PERMANENT : 14,50 € **PRIX PROMO : 11,90 €**

Château de Berne, Côtes de Provence 2018

Un autre coup de cœur dans cette belle région AOC des Côtes de Provence. Reconnu comme une référence sur cette appellation, le Château de Berne y cultive la vigne depuis près de trois siècles. Élaboré à base de grenache et de cinsault, ce rosé est tout d'abord agréable à la vue, avec sa robe brillante de couleur pêche. Au nez, ensuite, il présente des arômes vifs et expressifs. En bouche, enfin, l'attaque est franche. Il dévoile une belle rondeur et laisse une finale longue et florale. Idéal avec vos viandes blanches, poissons, coquillages et crustacés, ce rosé se déguste aussi volontiers en apéritif.

PRIX PERMANENT : 18,55 € **PRIX PROMO : 15,50 €**

Château Romassan, Bandol 2018

Acquis par la famille Ott en 1956, le domaine du Château Romassan est lui aussi situé au cœur du vignoble de Provence. Réputée pour son excellence, l'appellation Bandol regroupe des vins puissants caractéristiques du mourvèdre, un cépage qui apprécie le microclimat ensoleillé et particulièrement sec de cette région. D'une couleur rose pâle, aux reflets dorés et orangés, ce rosé évoque des parfums d'agrumes et de fleurs blanches. Il se caractérise par une attaque vive, des notes de pamplemousse rose, de fruits charnus, voire de tarte aux fruits. Un rosé de caractère, à déguster avec une salade estivale, un poisson ou une grillade.

PRIX PERMANENT : 29,95 € **PRIX PROMO : 23,95 €**

LE SAVIEZ-VOUS ?

Les vins rosés sont à déguster bien frais, à une température comprise entre 8 et 10°C. Idéalement, ils se consomment dans l'année. Il faudra donc cette saison se pencher sur la cuvée 2018.

cora concorde – Centre commercial City Concorde – 80 route de Longwy L-8060 Bertrange
Tél.: 45 02 24 - Ouvert du lundi au samedi de 8h à 20h et le vendredi de 8h à 21h.
www.cora.lu | coracityconcorde

cora concorde

TARTE POMME-RHUBARBE

PRÉPARATION : 40 MINUTES | CUISSON : 45 MINUTES

INGRÉDIENTS POUR 6-8 PERSONNES

PÂTE SUCRÉE VANILLE
- beurre doux : 80 g
- sucre glace : 50 g
- poudre d'amande : 16 g
- vanille : 1 gousse
- œuf : 1 petit
- farine : 133 g

FRUITS
- rhubarbe : 300 g
- sucre semoule (1) : 50 g
- pommes royal gala : 3 grosses
- beurre : 1 grosse noix
- vanille : ½ gousse
- sucre semoule (2) : 60 g

PÂTE SUCRÉE

01. Réaliser la pâte comme indiqué en recette de base (voir page 14). L'étaler sur 3 mm d'épaisseur et foncer un cercle à tarte de 18 cm de diamètre.

02. Cuire au four pendant 20 minutes à 160 °C. Laisser refroidir sur une grille.

FRUITS

03. Découper la rhubarbe en tronçons fins sans l'éplucher. Faire légèrement fondre le sucre (1) dans une poêle et ajouter la rhubarbe, bien l'enrober dans le sucre. Elle doit être juste saisie. Sortir du feu et la laisser s'égoutter dans une passoire.

04. Éplucher les pommes et les couper en cubes, faire compoter doucement avec une grosse noix de beurre, la demi-gousse de vanille grattée et le sucre (2). Retirer du feu et laisser tiédir.

MONTAGE

05. Garnir le fond de tarte avec la compote de pommes et déposer les tronçons de rhubarbe, pêle-mêle sur le dessus.

06. Décorer avec du crumble noisette (voir page 20) cuit et repasser au four 10 minutes à 165 °C.

07. Laisser refroidir.

- Vous pouvez parfaire le décor avec des petits sablés signature que vous aurez détaillés dans les chutes de pâte.

WINE LOVERS

Arnaud Vaingre, sommelier chez Vinoteca, vous conseille pour un accord mets & vins. Retrouvez sa sélection à la boutique 12, côte d'Eich à Luxembourg-ville.

WWW.VINOTECA.LU

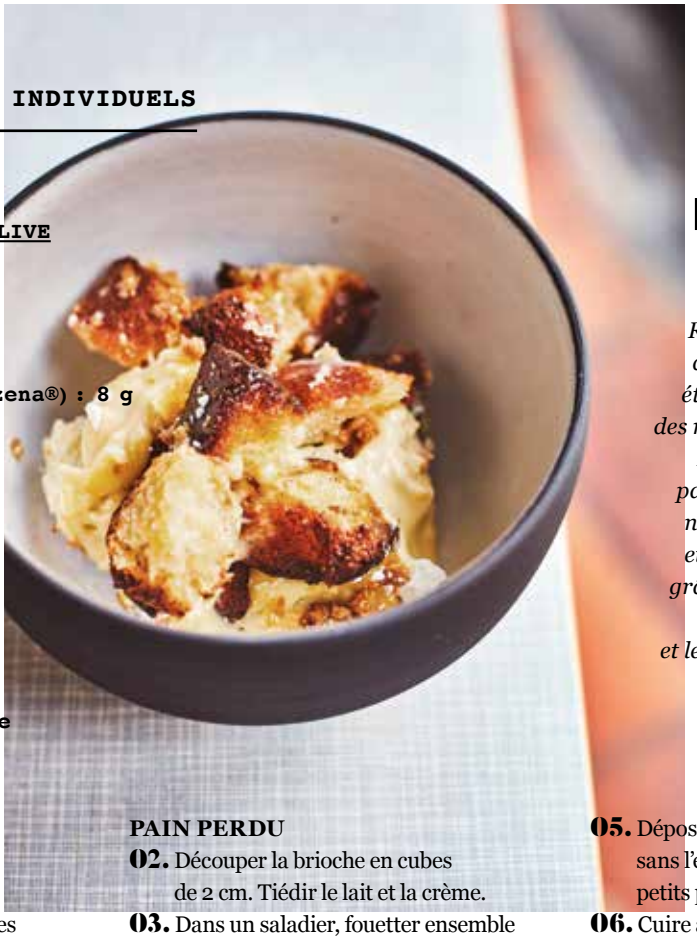
À BOIRE AVEC

PETIT & FILS « PETIT FRISSON » CIDRE DE GLACE, MONT SAINT HILAIRE, CANADA

Petit verger et cidrerie familiale situés au Sud de Montréal, le domaine Petit & fils nous fait découvrir le petit frisson, un cidre de glace obtenu à partir de pommes issues d'une récolte tardive, identique à un Icewine. Ce nectar aux arômes complexes de pommes, de champignons et d'abricots présente en bouche une fraîcheur impressionnante. Une découverte bien différente du classique Sauterne qui viendra sublimer ce dessert.

PAIN PERDU
CITRON HUILE D'OLIVE

PRÉPARATION : 30 MINUTES | CUISSON : 30 MINUTES



INGRÉDIENTS POUR 6 PAINS PERDUS INDIVIDUELS

CRÈME CITRON À L'HUILE D'OLIVE
- jus de citron : 80 g
- sucre semoule (1) : 42 g
- sucre semoule (2) : 42 g
- œufs entiers : 84 g
- jaune d'œuf : 1
- fécule de maïs (type maïzena®) : 8 g
- gélatine : 2 g
- eau pour gélatine : 12 g
- huile d'olive : 84 g

PAIN PERDU
- brioche rassie : 1,2 kg
- lait entier : 320 g
- crème fleurette : 320 g
- œufs : 2 petits
- jaune d'œuf : 1 gros
- sucre semoule : 190 g
- vanille : ½ gousse grattée

CRÈME CITRON À L'HUILE D'OLIVE

01. Réaliser la recette du crémeux citron indiquée dans les recettes de base (voir page 19), en remplaçant la quantité de beurre par la même quantité d'huile d'olive. On procède de la même manière, en ajoutant l'huile à la crème citron en mixant.

PAIN PERDU

02. Découper la brioche en cubes de 2 cm. Tiédir le lait et la crème.

03. Dans un saladier, fouetter ensemble le lait et la crème tiédie, les œufs, le jaune, le sucre et la vanille.

04. Verser la préparation sur les morceaux de brioche. Remuer pour que les morceaux soient bien imbibés.

05. Déposer les morceaux de brioche sans l'excédent de liquide dans des petits plats passant au four.

06. Cuire à 180 °C pendant 30 minutes.

07. Après cuisson et refroidissement des pains perdus, décorer à la poche à douille, douille n° 10, de crème citron à huile d'olive, en réalisant des petites boules entre les morceaux de brioche.

À BOIRE AVEC

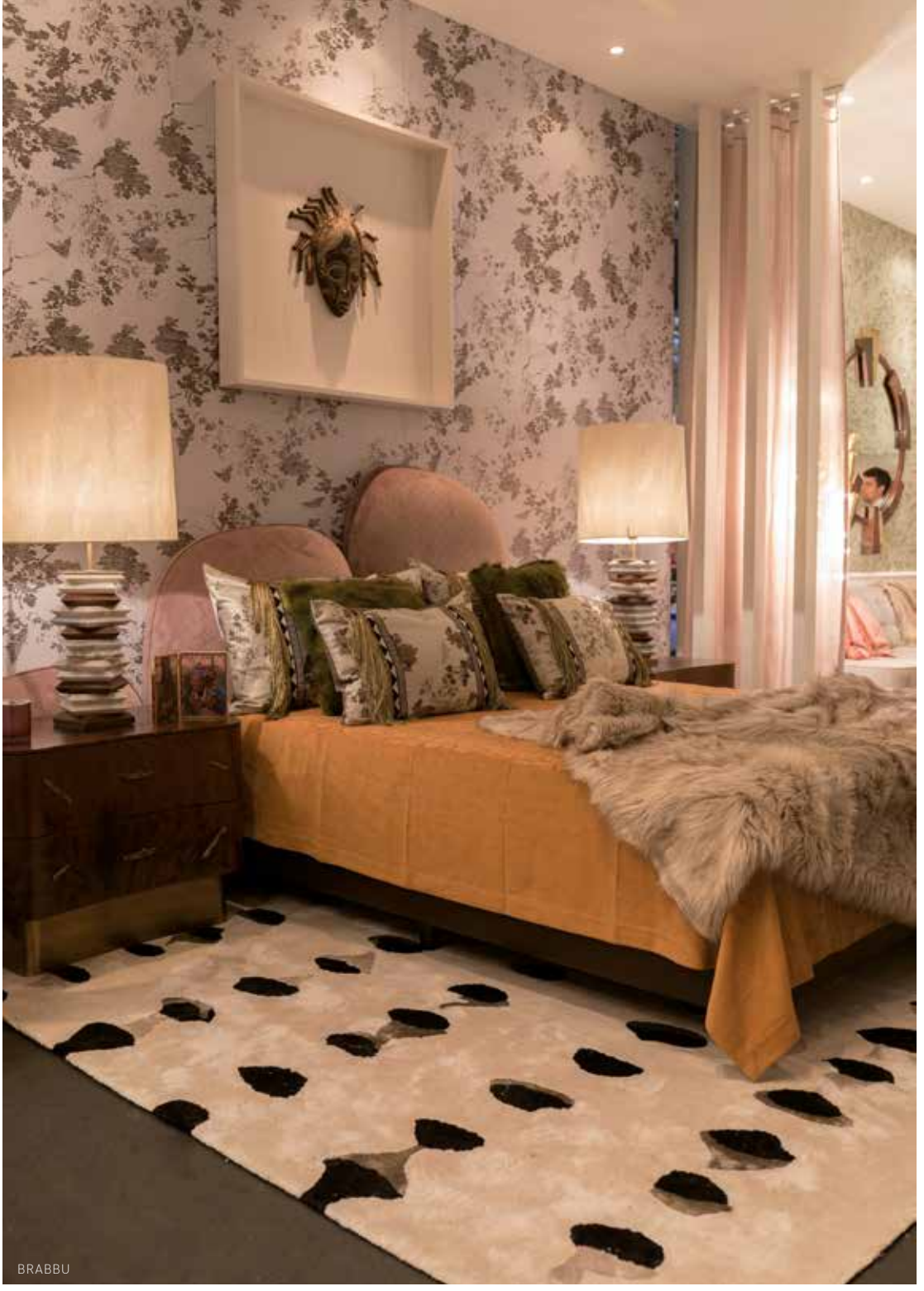
BONNEZEAUX « CUVÉE ANNE » 1995, RENÉ RENOUX

René Renou, ancien président du comité des vins de l'INAO, était l'un des vignerons les plus des reconnus de la vallée de la Loire. Avec les Bonnezeaux et plus particulièrement la cuvée Anne, nous découvrons un vin ample et de longue garde. Un vin qui, grâce à l'âge offre une complexité subtile, entre le pain d'épice et le coing, pour parfaire un accord loin des standards.

PLUS DE RECETTES ?

PÂTISSERIE SIMPLEMENT NATURELLE, 75 RECETTES AU PLUS PRÈS DU GOÛT

Loin du culte du trompe-l'oeil qui trompe aussi souvent le goût, voici un retour à l'essentiel : une pâtisserie simplement naturelle. Simplement, parce que la pâtisserie doit rester un jeu d'enfant, pratique et ludique. Naturelle, parce que manger sain n'est pas réservé aux mets salés. Benoît Castel, pâtissier généreux et astucieux, propose 75 recettes où la joie du partage et le respect des matières premières vont de pair. Il y a des bases et des astuces, pour réaliser de délicieuses pâtisseries du quotidien, sans colorants et sans artifices, dans la tradition de sa pâtisserie-boulangerie conviviale. La signature du chef ? Un petit biscuit.



BRABBU

RETOUR À LA TERRE

Terracotta, ocre, bois de rose et autres marron glacé et terre brûlée : la nature et ses couleurs chaudes et profondes enflamment nos intérieurs et leur donnent des atours de bâtisses en plein désert.

SARAH BRAUN

ALINEA

ZARA HOME

GABRIELLE PARIS

AM PM

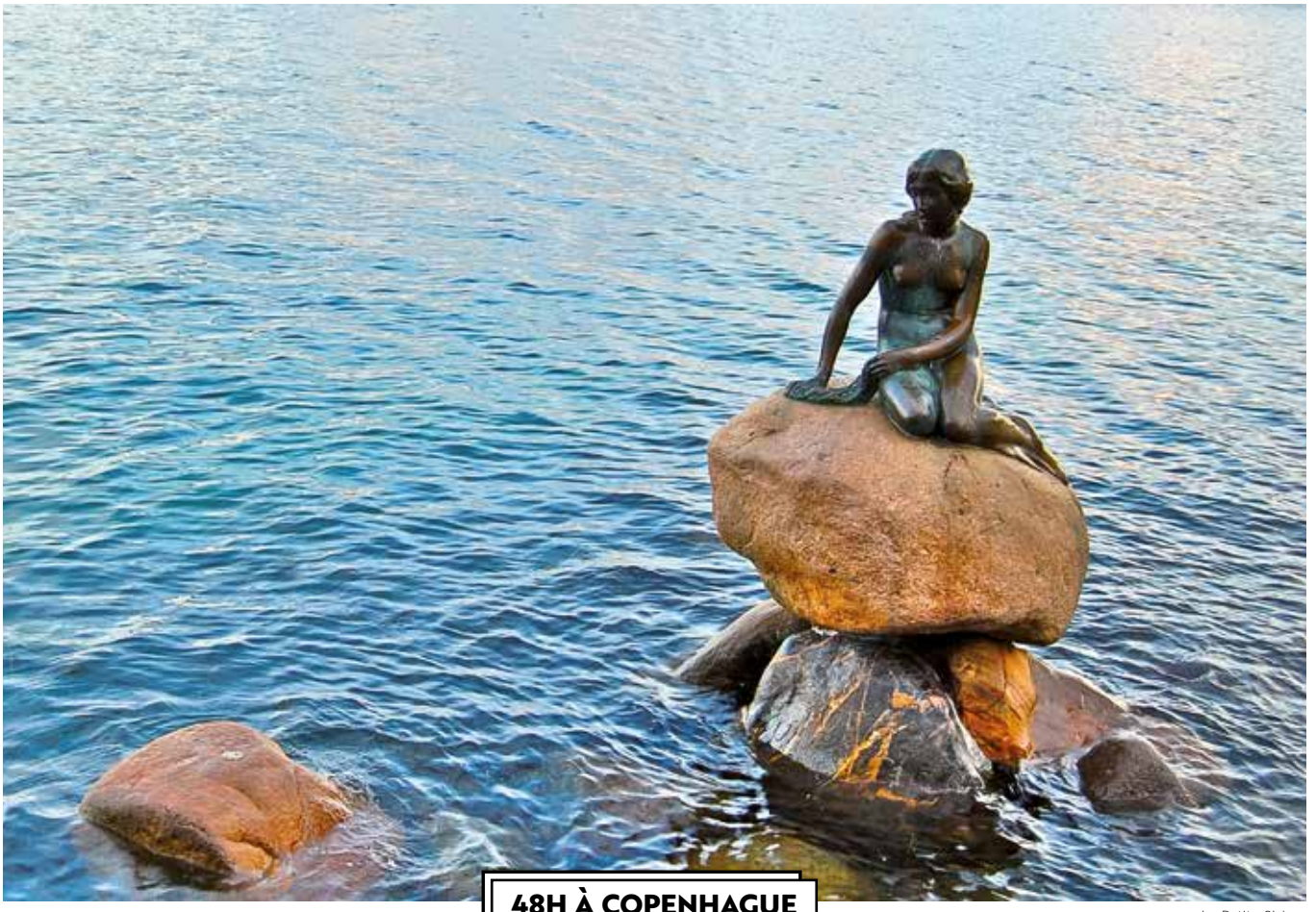
BRABBU

SERAX

HK LIVING

URBAN NATURE CULTURE

AM PM



La Petite Sirène

48H À COPENHAGUE

COPENHAGUE, La belle Scandinave sortie des eaux

Petite Amsterdam, Venise du Nord… Les comparaisons ne manquent pas pour définir Copenhague. Pourtant, même si, comme ses consœurs, elle est bâtie sur l'eau, la capitale du Danemark a une identité bien marquée, libertaire et alternative.

KÉVIN STORME

VENDREDI, 19H : JARDINS DE TIVOLI.
Un parc d'attractions à l'ancienne, désuet et familial, dans une ambiance de fête foraine du début du siècle dernier. C'est le cocktail proposé par Tivoli. Outre ses magnifiques jardins, on retrouve des manèges à sensation et, entre avril et septembre, des concerts gratuits le vendredi soir dans le cadre du Fredagsrock.
Vesterbrogade 3

SAMEDI, 1H : ADMIRAL COPENHAGUE HÔTEL.
Un quatre étoiles dans un superbe bâtiment historique du XVIII[e] siècle, près de Nyhavn et du palais d'Amalienborg, à partir de 220 euros la chambre double.
Toldbodgade 24-28

SAMEDI, 9H : TORVEHALLERNE KBH.
Dégustez le meilleur porridge du Danemark dans le plus célèbre marché de Copenhague.

Chez Grød, ce plat traditionnel est servi avec une base de flocons d'avoine, d'orge ou de riz, des fruits à coques, des fruits rouges et du yaourt. Riche en protéines et pauvre matières grasses, il est parfait pour prendre des forces avant d'attaquer une journée de découvertes à pied et en kayak.
Frederiksborggade 21

SAMEDI, 11H : RUNDETÅRN.
Haute de 40 mètres, la tour ronde est un observatoire où l'on accède par un couloir en hélices. Érigée au XVII[e] siècle, elle abritait, à l'origine, l'observatoire et la bibliothèque de l'université de Copenhague. Aujourd'hui, elle contient toujours un petit planétarium. À ses pieds se trouve le quartier le plus commerçant de la ville avec de nombreuses boutiques branchées.
Købmagergade 52A

SAMEDI, 15H : NYHAVN.
Le principal canal de Copenhague offre un tout autre visage quand il est découvert depuis l'eau. À la belle saison, le canoë-kayak est particulièrement indiqué pour admirer les jolies falaises colorées et les monuments qui le bordent : *résidence royale, citadelle du Kastellet…*

SAMEDI, 18H : LA PETITE SIRÈNE.
À chaque capitale, son hot spot Instagram. Dans celle du Danemark, c'est évidemment la petite sirène qui détient le plus de hashtag. Inspirée du conte d'Andersen, la sculpture en bronze est l'emblème du Danemark dans le monde.
Langelinie

SAMEDI, 20H : NOMA.
Le meilleur restaurant de la ville, du Danemark, et l'un des meilleurs établissements d'Europe et du monde. Chaque année, le Noma rafle tous les prix culinaires. Compter 200€ le menu et beaucoup de patience. Les réservations se font des semaines à l'avance.
Refshalevej 96

Intérieur du restaurant le Noma © Rasmus Hjortshoj

SAMEDI, 23H : KØDBYEN.
L'ancien quartier des abattoirs accueille une multitude de bars branchés. On retient notamment le Mesteren&Laerlingen et ses murs carrelés, avec ses sons reggae, hip-hop, soul et dance hall.
Flæsketorvet 86

DIMANCHE, 10H : CHRISTIANSHAVN.
Canaux, cafés en terrasse, ambiance alternative… Christianshavn est un endroit où il fait bon flâner. C'est là que se trouve la commune underground de Christiana, que l'on trouvera facilement en suivant les effluves de « weed ». Les habitations sont des cabanes et des hangars réaffectés. Les murs sont couverts de couleurs et de fresques de street-art. La vie culturelle y est foisonnante, on y visite des galeries d'art, on y écoute des radios libres et on peut assister à un nombre incalculable de concerts. La visite est haute en couleur avec les habitations déglinguées, des sculptures de bric et de broc et une atmosphère restée hippie malgré une reprise en main progressive par les autorités.

DIMANCHE, 14H : NATIONALMUSEET.
Le musée national rassemble les collections les plus anciennes du Danemark. Il présente des collections de la préhistoire, du Moyen Âge et de la Renaissance danoise à travers de nombreux objets et reconstitutions. Le deuxième étage est occupé par les collections ethnographiques : vêtements et outils des civilisations viking et inuit. Le troisième étage est consacré aux antiquités grecques, romaines et égyptiennes.
Prince's Mansion, Ny Vestergade 10

ON Y VA.

Luxair propose des vols directs pour Copenhague du vendredi au dimanche, à partir de 150 euros aller-retour. SAS offre également des vols à partir de Bruxelles-Zaventem à partir de 140 euros aller-retour.

HÉLÈNE MACK

Horoscope

WWW.ASTRODYSSEE.FR
MACKHELENE@GMAIL.COM
TÉL.: +33 (0) 7 68 55 14 11

Signe du Mois

BÉLIER
(21.03 au 20.04)

Amour : Vénus et Mercure dans votre signe, vous serez prête à tout pour séduire et surprendre votre partenaire. **Travail :** Plus posée et réfléchie, vous poserez des actes concrets en toute connaissance de cause. **Vitalité :** Belle énergie, vous retrouvez un peu plus de sérénité.

TAUREAU (21.04 au 20.05)
Amour : Si vous vivez un nouvel amour, vous aurez envie de construire une histoire solide, faite pour durer. **Travail :** Vous vous illustrez par une bonne éloquence qui vous pousse à aller de l'avant. **Vitalité :** Un état d'esprit serein dû au Soleil.

GÉMEAUX (21.05 au 21.06)
Amour : Stimulée par Mars dans votre signe, vous serez attentive à ne pas vous enliser dans un quotidien qui vous ennuie. **Travail :** Vos chances de réaliser vos objectifs seront démultipliées sous l'effet de Mars bénéfique. **Vitalité :** L'écriture peut vous mener à la sérénité.

CANCER (23.06 au 22.07)
Amour : Vénus vous force à avancer, une page se tourne et une nouvelle histoire commence, apprêtez-vous à changer de rythme. **Travail :** Une envie grandissante de vous affirmer, de vous accomplir à travers votre carrière. **Vitalité :** L'énergie de Mars vous aide à retrouver votre combativité.

LION (23.07 au 22.08)
Amour : Vénus bénéfique, votre bienveillance prédomine dans votre cadre affectif et relationnel. **Travail :** Bonne influence de Mercure, vous aurez de sérieux contacts pour progresser. **Vitalité :** Vous déciderez de vous astreindre à équilibrer davantage votre alimentation.

VIERGE (23.08 au 22.09)
Amour : Vous aspirez à être sur la même longueur d'onde que votre partenaire, une certaine effervescence qui vous fait vibrer. **Travail :** Vous chercherez à vous affranchir de certaines limites imposées par votre entreprise. **Vitalité :** Un état d'esprit très positif et vous débordez de tonus.

BALANCE (23.09 au 22.10)
Amour : Toujours sous le contrôle de Saturne, vous avez besoin de vous sentir en sécurité dans votre relation. **Travail :** Vous y voyez de plus en plus clair, portée par une force intérieure. **Vitalité :** Le stress généré par vos préoccupations peut altérer votre sérénité.

SCORPION (23.10 au 21.11)
Amour : Vous poursuivez un idéal affectif élevé dans une relation amoureuse sincère et loyale. **Travail :** Le Soleil opposé, vous avez besoin de savoir où vous allez avec des perspectives à long terme. **Vitalité :** Vous pouvez ressentir des coups de pompe influençant votre humeur.

SAGITTAIRE
(22.11 au 21.12)
Amour : Vénus tout à vous, vous ferez preuve de souplesse pour contenter votre conjoint et vos enfants. **Travail :** Mercure bénéfique vous permet de mener vos affaires d'un pas soutenu. **Vitalité :** Vous avez peut-être besoin d'un autre mode de vie.

CAPRICORNE
(22.12 au 20.01)
Amour : Mars vous rend plus passionnée dans votre vie sentimentale, lui redonnant des couleurs. **Travail :** Une période intense, rythme effréné, vous enchaînez les projets avec quelques mouvements de panique. **Vitalité :** Avec le Soleil bénéfique, vous prendrez des forces constructives.

VERSEAU (21.01 au 19.02)
Amour : Vénus et Mercure bénéfiques, vous recevez beaucoup, vous vous sentez aimée et entourée. **Travail :** Vous faites des efforts importants pour rester dans la course et maintenir votre cap. **Vitalité :** Mars bénéfique, vous êtes en pleine forme mais restez dans vos limites.

POISSON (20.02 au 21.03)
Amour : Vous êtes confiante dans votre relation amoureuse, un lien indéfectible vous unit à votre partenaire. **Travail :** Jupiter en soutient, vous trouvez et prenez votre place et cherchez constamment à progresser. **Vitalité :** Adeptes des médecines douces, vous découvrez la kinésiologie.

IMAGINE

BRANDS YOU'VE *Never seen* BEFORE

OPENING SOON

Le plus grand Shopping center du Luxembourg
130 Enseignes irrésistibles
Des concept stores inédits

& Other Stories · ARKET · Bellola-Bellola · BIG FERNAND · COSMOPARIS
Finsbury · ZARA HOME · OYSHO · ZAPA PARIS · MARE SIXTINE

Shop, Live & Share | 25 Boulevard FW Raiffeisen - Luxembourg
En savoir plus sur @clochedorexperience

CLOCHEDOR
LUXEMBOURG

AXA
Indépendante,
votre futur
commence
aujourd'hui
Nouvelle loi en faveur des indépendants,
épargnez pour votre pension et payez moins d'impôts.
axa.lu/fr/pension-independants
AXA Luxembourg S.A. R.C.S. Luxembourg : B84514