

FEMMES

Jun 2023
n°245

MODE

*Dans les
starting-blocks*

INTERVIEW MODE

RENCONTRE
AVEC
ELISABETTA FRANCHI

SOCIÉTÉ

BIENTÔT LA SEMAINE
DE 36 HEURES
AU LUXEMBOURG ?

BIEN-ÊTRE

MÉNOPAUSE :
COMMENT PASSER LE
CAP SEREINEMENT ?

DOSSIER

MAYOTTE :
CHRONIQUE D'UN
DÉSASTRE ANNONCÉ

100 % électrique. Le tout nouvel **ID. BUZZ**



Avec une autonomie allant jusqu'à 423 kilomètres, beaucoup de place et des fonctions innovantes telles que le Travel Assist avec données en essaim en option, la nouvelle icône de Volkswagen donne envie de partir à l'aventure.



Vous trouverez plus d'infos ainsi que la liste de tous les concessionnaires sur volkswagen-utilitaires.lu



WLTP : consommation électrique combinée ID. BUZZ : 20,7 kWh /100 km. Émissions CO₂ combinées : 0 g/km. Classe de rendement : A. Les valeurs de consommation et d'émission indiquées ont été déterminées selon les méthodes de mesure prescrites par la loi. Pour plus d'informations, voir volkswagen-utilitaires.lu ou contactez votre concessionnaire Volkswagen Véhicules Utilitaires.

Édito

UN FIL ROUGE UNIQUE, RICHE ET VARIÉ

Certaines communes ont œuvré pour inciter les résidents étrangers à s'inscrire sur les listes électorales, elles y sont parvenues. Luxembourg n'en fait pas partie. La ville composée de 70 % d'étrangers, a atteint moins de 20 % d'inscriptions de résidents étrangers sur les listes électorales. Des voix manquantes qui auraient eu sans doute un impact décisif sur le résultat...

Par ailleurs, mi-mai, la ministre de l'Intérieur, Taina Bofferding, a jugé illégal l'arrêté municipal interdisant la mendicité. En guise de contre-attaque, la bourgmestre de Luxembourg, Lydie Polfer, a pris un avocat et va déposer un recours en annulation. Querelle de clocher en période électorale ou problème fondamental ?

Hors frontières, immigration clandestine, délinquance, misère, croissance démographique et pauvreté ont détrôné l'image des paysages paradisiaques de Mayotte. La répression ne semble pas la solution comme nous l'explique notre journaliste dans son article, Mayotte : chronique d'un désastre annoncé.

Sur un ton plus léger, sacro-sainte fête familiale ou marketing sociétal, la fête des mères est de plus en plus décriée. Mais elle est surtout un vivant paradoxe, adorée et détestée, rattachée à l'enfance. Peu de gens, y compris les mamans, admettent qu'ils aiment cette fête un peu obsolète, issue des plus vieilles traditions. Il reste qu'elle prend un tout autre aspect lorsque maman a rejoint les étoiles. Pensez à votre maman, elle est précieuse.

Quant au monde de la mode luxembourgeois, il vient d'accueillir la 104^e boutique d'Elisabetta Franchi. Créatrice de mode italienne, propriétaire de la marque qui porte son nom, elle magnifie la femme et habille des stars telles qu'Angelina Jolie, Jennifer Lopez, Lady Gaga...

Excellente découverte.

MARIA PIETRANGELI, RÉDACTRICE EN CHEF

**COUVERTURE**

Marque : Vero Moda

**MODE / 30**
© Veritas**20200**

EXEMPLAIRES CERTIFIÉ CIM

**WISHLIST / 50**
© Messika**01. SOCIÉTÉ****FINANCE / 06**Prêt étudiant :
Selon quels critères choisir ?**L'INTERVIEW DU MOIS / 12**

Laura Schroeder : Vivre sa vie

DOSSIER / 14Mayotte : Chronique
d'un désastre annoncé**BUSINESS / 18**« Pour éviter les erreurs,
les startups doivent se faire
encadrer par des experts »**NEWS SOCIÉTÉ / 22****DOSSIER GREEN / 24**Développement durable :
Le Luxembourg va de l'avant**SOCIÉTÉ / 28**Bientôt la semaine de 36 heures
au Luxembourg ?**02. MODE****MODE / 30**

Dans les starting-blocks

NEWS MODE / 46**WISHLIST / 50****INTERVIEW MODE / 54**Elisabetta Franchi,
fondatrice d'Elisabetta Franchi

03. BEAUTÉ

BEAUTY CASE / 56

LAVIS DE LA RÉDAC / 58

INTERVIEW CRÉATEUR / 60

Francis Kurkdjian,
Cofondateur de
la Maison Francis Kurkdjian

BEAUTÉ / 64

Parfums :
Les mystères de notre nez

BIEN-ÊTRE / 68

Ménopause : Comment
passer le cap sereinement ?

NEWS HEALTHY / 72

04. ART DE VIVRE

BOOKS / 74

INTIMITÉ / 76

Les 5 langages de l'amour pour
vivre une relation plus épanouie

WE ARE FAMILY / 78

Enfants surdoués,
intellectuellement précoces
ou à haut potentiel

INTÉRIEUR / 82

Garden Party

MOODBOARD / 86

Marshmallow

SAVE THE DATE / 88

NEWS FOOD / 94

RECETTE / 96

HOROSCOPE / 98

BEAUTÉ / 64
© Giorgio Armani

DIRECTRICE ET RÉDACTRICE EN CHEF

Maria Pietrangeli

RÉGIE PUBLICITAIRE

WAT Éditions Sàrl

DIRECTRICE COMMERCIALE

Julie Kieffer

CONSEILLERS EN COMMUNICATION

Alkilda Dici / Aymeric Grosjean / Kevin Martin

STUDIO DE CRÉATION

WAT Éditions Sàrl

GRAPHISTE

Dorothee Dillenschneider

RÉDACTEURS

Marc Auxenfans / Fabrice Barbian

Marine Barthélémy / Lisa Beys

Céline Domecq / Magali Eylenbosch

Fabien Grasser / Charlotte Kaiser /

Nathalie Marchal / Maria Pietrangeli

Fabien Rodrigues / Karine Sitarz

SOCIÉTÉ ÉDITRICE

WAT Éditions Sàrl

74, rue Ermesinde L-1469 Luxembourg

Tél.: +352 26 45 85 86

redaction@femmesmagazine.lu

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

MOODBOARD / 86

© H&M home

Prêt étudiant

SELON QUELS CRITERES CHOISIR ?

Inflation, hausse des loyers et des frais d'inscription... Étudier au Luxembourg ou à l'étranger n'est pas sans soucis financiers. Les étudiants ont par principe droit à un prêt bancaire pour études, garanti par l'État luxembourgeois. D'autres aides financières de l'État (AideFi) existent également. Explications.

TEXTE : MARC AUXENFANTS



PRÊT ÉTUDIANT – DE QUOI S'AGIT-IL ?

Le prêt étudiant est destiné à toute personne inscrite dans une formation accréditée de l'enseignement supérieur luxembourgeois ou étranger. Il est accordé par un des instituts de crédit ayant signé une convention visée avec l'État luxembourgeois. Il est garanti par ce dernier à un taux d'intérêt maximal de 2 %. Il se compose d'un montant de base de 3.250 euros. Suivant la situation de l'étudiant, une majoration pour frais d'inscription et une majoration sur critères sociaux peut être accordée. Ce montant est versé en deux tranches semestrielles, au cours de l'année académique. Ses conditions d'octroi et de remboursement sont régies par la loi du 23 juillet 2016 (Art. 5. Prêts).

LES BANQUES CONVENTIONNÉES

Les prêts étudiants peuvent être demandés auprès des six banques ayant signé une convention avec l'État luxembourgeois :

- Banque BCP
- Banque de Luxembourg
- Banque Internationale à Luxembourg (BIL)
- Banque Raiffeisen
- BGL BNP Paribas
- Spuerkeess

QUELLES FORMALITÉS POUR EN BÉNÉFICIER ?

L'étudiant adresse d'abord sa demande en ligne au Service Aides financières, via le portail MyGuichet.lu. Après traitement et accord de la demande, le Service envoie au demandeur un certificat sur papier sécurisé jaune, qui mentionne le montant de la première tranche du prêt alloué pour le semestre de l'année académique en cours. À bien noter : le Service Aides financières ne fournit pas de copie du certificat. Le document est à conserver

soigneusement. Le document comporte toutefois un QR code. L'étudiant contacte ensuite sa banque avec le certificat, pour effectuer sa demande de prêt.

Que faire en cas de refus ? Suite à une décision négative du Service Aides financières, le candidat au prêt peut entamer un recours auprès de l'administration ou de la justice. Une démarche de conciliation auprès de l'Ombudsman est également possible.

QUAND ET COMMENT REMBOURSER SON PRÊT ?

Le remboursement du capital et des intérêts doit débiter au plus tard deux ans après l'arrêt ou la fin des études. La durée maximale du remboursement est de 10 ans. L'Administration de l'enregistrement et des domaines perçoit les sommes à rembourser. En cas de difficultés de remboursement du prêt, l'étudiant peut demander un délai ou une dispense de remboursement en expliquant sa situation.

AUTRES AIDES FINANCIÈRES

Le prêt étudiant est optionnel, et l'étudiant peut bénéficier d'autres bourses, et/ou d'une majoration pour frais d'inscription. Ces bourses sont de quatre types : la bourse de base est accordée d'office à l'étudiant éligible pour l'AideFi. Son montant semestriel est de 1.142 euros. La bourse sur critères sociaux peut s'élever jusqu'à 2.210 euros par semestre académique. Son montant attribuable dépend du revenu total annuel imposable du ménage auquel l'étudiant appartient.

Lorsque le prêt étudiant a été demandé et que le demandeur ne demande pas la bourse sur critères sociaux, cette dernière est automatiquement ajoutée au montant du prêt étudiant. La bourse de mobilité est accordée, quant à elle, à l'étudiant qui poursuit des études en dehors des

frontières nationales du pays de résidence du ménage, dont il fait partie et y paie un loyer. Elle s'élève à 1.420 euros par semestre. La bourse familiale est accordée à l'étudiant si d'autres enfants du même ménage effectuent des études supérieures éligibles pour l'AideFi. La bourse familiale est accordée en une seule tranche au semestre d'été. Le montant par semestre est fixé à 274 euros sous forme de bourse par étudiant. À noter que les étudiants qui n'effectuent pas de demande au semestre d'été peuvent demander une réévaluation du semestre d'hiver en envoyant un courriel au gestionnaire du dossier. L'étudiant peut aussi profiter de la majoration pour frais d'inscription et du prêt étudiant. Le montant de l'AideFi est augmenté du montant des frais d'inscription jusqu'à concurrence de 3.800 euros. 50 % sont versés sous forme de bourse, et 50 % sous forme de prêt étudiant (si ce dernier a été demandé).

MAJORATION POUR FRAIS D'INSCRIPTION (EXEMPLES)

- Pour 800 euros de frais d'inscription : 800 euros sont rajoutés à l'aide financière, 400 euros sous forme de bourse et 400 euros sous forme de prêt.
- Pour 9.000 euros de frais d'inscription : 3.800 euros sont rajoutés à l'aide financière, 1.900 euros sous forme de bourse et 1.900 euros sous forme de prêt.

L'AideFi est payée en deux tranches semestrielles par année académique, soit du 1er août de l'année en cours au 31 juillet de l'année suivante. Le semestre d'hiver s'étend du 1er août au 31 janvier et le semestre d'été du 1er février au 31 juillet. Toutes les informations sont consultables sur le site mengstudien.lu. Un simulateur de calcul permet de connaître le montant accordé en fonction des différents profils de demandeur. ●

Pour plus d'informations :
mengstudien.public.lu
et le portail MyGuichet.lu

3 QUESTIONS À MIRKO MAZZI

Responsable du Service Aides financières (ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche)

Quand et pourquoi les étudiants optent-ils pour un prêt plutôt qu'une bourse d'études ?

En principe l'étudiant a droit à une aide financière. Celle-ci se compose en premier lieu d'une bourse de base et d'un prêt que l'étudiant peut obtenir sur simple demande. Pour des raisons personnelles, certains étudiants n'optent cependant pas pour la partie « prêt » de l'AideFi. Par contre, ceux dont les revenus propres dépassent le salaire social minimum ont droit à l'AideFi sous forme de prêt uniquement.

Pour quelles raisons un prêt ou une bourse pourraient-il/elle être refusé(e) au demandeur ?

L'aide financière peut être refusée si l'étudiant ne remplit pas les conditions d'attribution ou si la formation qu'il suit n'est pas éligible. L'AideFi peut également être refusée si l'étudiant dépasse la durée maximale d'attribution, ne progresse pas dans ses études, ou bien s'il n'introduit ou ne complète pas sa demande dans les délais prévus.

Selon quels critères les établissements sont-ils éligibles à l'AideFi ?

L'AideFi est réservée aux étudiants inscrits dans un cycle d'études supérieures sanctionné par un diplôme, titre ou grade d'enseignement supérieur délivré suivant les lois et règlement régissant l'enseignement supérieur du pays dans lequel le « diplôme » est délivré. Le cycle d'études doit être reconnu par l'autorité compétente du pays susmentionné comme relevant de son système d'enseignement supérieur. En d'autres



termes, le « diplôme » d'enseignement supérieur sanctionnant la formation doit être « accrédité » par l'autorité compétente de l'État dans lequel il est délivré.

Quels sont les principaux chiffres clés sur les aides accordées ?

Pour l'année universitaire 2021-2022 (semestres d'été et d'hiver), 37.121 étudiants uniques ont introduit au moins une demande d'aide financière : 35.658 demandes ont été effectuées auprès du ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche pour le semestre d'hiver et 31.121 pour le semestre d'été. Soit au total 66.779 demandes d'AideFi. 62.173 ont été accordées et 4.606 refusées. Le montant des bourses versées s'est élevé à 142,7 millions

d'euros. Le montant des prêts accordés s'est élevé à 117 millions d'euros. 55% des demandeurs étaient des femmes. 73,5% des aides (104,9 millions d'euros) ont été versées à des résidents, principalement luxembourgeois (82,6 millions d'euros), français (5,2 millions d'euros), portugais (5,2 millions d'euros), belges (2,5 millions d'euros) et allemands (1,2 million d'euros).

Le reste des aides (26,5%) ont été versées à des non-résidents, principalement français, belges et luxembourgeois. La plupart des bénéficiaires de l'AideFi étudient en France (10.304 étudiants), en Belgique (8.529 étudiants), en Allemagne (6.142 étudiants), au Luxembourg (4.623 étudiants), en Italie (182 étudiants) et en Irlande (162 étudiants).



eggo
KITCHEN & HOUSE

Faites confiance à èggo pour aménager votre intérieur:
cuisine, dressing, bureau, buanderie, ... découvrez toutes nos solutions
de rangement sur mesure au meilleur prix.

Inspirez-vous sur eggo.lu



BERELDANGE 111 route de Luxembourg • **FOETZ** 12 rue du Brill

Les professions de la santé, c'est pour la vie !



Assistant en Pharmacie - Aide-Soignant - Aide-soignant en apprentissage d'adulte - Aide-soignant en cours d'emploi - Infirmier responsable de soins généraux - ATM de Radiologie - Sage-femme

YES, WE CARE!



bts >>
santé

LTPS

ENCHANTER LES PROFESSIONS DE SANTÉ

Le Lycée Technique pour Professions de Santé a ouvert ses portes en 1995. En près de trente ans, il aura formé de nombreux acteurs du secteur de la santé. Pour se faire il offre un cadre favorable, des méthodes pédagogiques de premier plan et une volonté de chaque instant... D'autant plus que ce secteur connaît des besoins récurrents en professionnels !



Le Lycée Technique pour Professions de Santé (LTPS) se trouve à Luxembourg-ville (son siège et le bâtiment du Mercator), mais aussi au Sud, (à Bascharage) et au Nord (à Ettelbruck). Quatre centres de formation qui accueillent quelque 1200 élèves en cette année scolaire. Un effectif conséquent mais néanmoins en deça de ceux enregistrés au cœur de la décennie 2010 et plus particulièrement lors de l'année 2016/2017 avec près de 1500 inscrits, toutes formations confondues. Un dommage collatéral de la COVID... en partie !

Pourtant pour qui veut choisir une profession passionnante, s'investir pour et avec l'humain, travailler dans la diversité et constater jour après jour la portée et l'importance de son implication

professionnelle, les professions de santé sont l'alpha et l'oméga d'une carrière, en de nombreux points, passionnante. D'autant plus que le secteur offre de multiples débouchés et manque de manière quasi constante de personnel qualifié.

UNE PORTE S'OUVRE

Le LTPS est une voie pour entrer de plain-pied dans ce domaine tant pour des formations professionnelles que pour se préparer à des études supérieures en ergothérapie, kinésithérapie, psychomotricité, diététique, bioingénierie et bien d'autres encore. Les formations professionnelles en question vont des métiers d'aide-soignant à assistant en pharmacie en passant par l'infirmier,

la sage-femme et l'assistant technique médical de radiologie. Afin d'apporter une formation aussi bien efficace et riche que stimulante et attrayante, le LTPS combine les méthodes pédagogiques éprouvées avec de nombreuses innovations pédagogiques. Dans cette catégorie on peut citer, entre autres, les « Skills-Lab », les simulations, l'apprentissage à l'aide de la réalité virtuelle ou encore la création d'un « l-book » pour les prestations de soins. On le constatera, si ces professions sont profondément humaines, si elles ont des exigences de technicités, de compétences, d'aptitudes et d'attitudes, elles n'en restent pas moins sensibles à « l'air du temps » en proposant des outils pédagogiques qui plaisent et stimulent la jeunesse. Il n'y a plus à douter : les professions de santé sont des métiers d'avenir... dans tous les sens du terme ! Et en tout cela, la LTPS sait se mettre au diapason !

MAIS AUSSI DES FORMATIONS POUR ADULTES

La formation pour adultes n'est pas en reste puisqu'elle fait également partie des offres du LTPS. Il s'agit plus particulièrement de la formation d'aide-soignant en apprentissage adulte ou en cours d'emploi. Alors, pour qui a le désir de se réorienter dans cette voie, le LTPS est un interlocuteur de premier choix.

Laura Schroeder

VIVRE SA VIE

Rencontre conviviale début mai avec la cinéaste luxembourgeoise Laura Schroeder à Roeser chez Red Lion, producteur de son 3^e long métrage, *Maret* qui sort en salle. Passée par le théâtre, attirée par le 7^e art, celle qui fête ses 43 ans est calme et posée mais déterminée. Depuis longtemps fascinée par le monde des (neuro)sciences, elle met en scène des personnages féminins toujours complexes et vulnérables. Elle nous parle d'hier et d'aujourd'hui et rend hommage à Pol Cruchten.

TEXTE : KARINE SITARZ | PHOTOGRAPHIE : VILLE DE LUXEMBOURG

Laura Schroeder



Enfant, aviez-vous déjà un rapport avec l'image ? Quelle petite fille étiez-vous ?

Une enfant très vivante qui a eu une belle enfance. J'habitais à la campagne dans la commune de Schuttrange et je passais tout mon temps dans la forêt. Mon grand-père maternel et mon oncle faisaient beaucoup de photos, mais ce n'est que bien plus tard que j'ai pensé à une filiation, bien que mon intérêt pour la photo ait déjà été là vers 14-15 ans, mon père m'ayant donné un vieil appareil argentique et un agrandisseur. J'écrivais aussi de petites histoires et, grâce à ma mère - la première à me parler du néoréalisme italien et de la Nouvelle Vague - j'ai commencé à voir les films différemment.

Quand et comment êtes-vous arrivée à des études cinématographiques ?

Au lycée, j'étais en section sciences et j'hésitais entre la voie de mon grand-père, la médecine, et le cinéma. J'ai opté pour la Sorbonne. J'y ai aimé l'enseignement, je me rappelle d'une prof anglaise qui nous montrait des films expérimentaux en 16mm ! Après mon Master, j'y suis restée encore deux ans en auditrice libre en revenant souvent au Luxembourg pour travailler avec Jean-Claude Schlim sur *House of Boys*. C'était une belle époque. En 2005, je suis partie à Londres à la National Film and Television School, plus orientée réalisation.

Quittant les bancs de l'université comment entre-t-on dans la profession ?

Pendant les vacances, j'ai commencé avec des petits boulots. Ça a été difficile. Lors de mon premier tournage, j'ai eu envie de rentrer chez moi après un jour, je faisais du café et trimballeais les poubelles. Je me demandais si cela faisait partie du métier ! (rires). Aujourd'hui, les opportunités sont plus nombreuses.

Courts métrages, sitcom, documentaires puis long métrage. Un choix ou le fruit du hasard ?

J'ai commencé avec des petits films auto-produits jusqu'à ce que Pol Cruchten me dise qu'il avait envie de me produire. Mais mon premier long métrage a été le film pour enfants *Schatzritter*. À l'époque, je travaillais déjà sur l'écriture de *Barrage* mais Bernard Michaux cherchait quelqu'un pour réaliser ce film, c'était une belle opportunité, j'ai donc mis *Barrage* un moment de côté.

Comment s'est faite votre rencontre avec l'écrivaine Marie Nimier qui cosigne le scénario de *Barrage* ?

Je suis ambitieuse et je me dis toujours que je n'ai rien à perdre. Un ami m'avait conseillée de l'écouter à la radio, j'ai lu ses romans et j'ai tout simplement osé lui écrire. Cela a été un très bel échange. De même, j'ai voulu travailler avec Lolita Chammah avant même Isabelle Huppert.

Avec *Barrage*, vous inscrivez votre nom à l'international. Quelles portes cette reconnaissance vous a-t-elle ouvertes ?

Ce qui m'a un peu ouvert les portes, c'est d'avoir été sélectionnée pour le Torino-FilmLab en 2010 alors que *Barrage* n'en était qu'à ses tout débuts. Le film a eu un beau parcours, j'ai beaucoup voyagé avec lui et fait de belles rencontres. Mais je me suis

aussi rendu compte que rien n'est jamais acquis. Et *Maret*, que je trouve beaucoup plus abouti, est plus difficile à vendre !

“

Quand j'écris, j'ai souvent déjà les images dans la tête, je sais où je vais mettre la caméra, si ce sera un plan rapproché ou un plan large

”

Vos films traitent de relations difficiles entre générations, de la difficulté d'être, du poids ou des ratés de la mémoire. Pouvez-vous nous en parler ?

Schatzritter mis à part, il y a dans mes films un fil rouge dans ma façon de traiter les personnages. Ce qui m'intéresse, ce sont des femmes qui ne sont pas lisses, j'essaye de les installer dans une zone grise, j'ai horreur du noir et du blanc. Au premier abord, ces personnages peuvent nous repousser un peu mais à travers leur histoire, j'essaye de montrer leurs fissures, leur fragilité, leur vulnérabilité, pour qu'on les comprenne. J'aime montrer la complexité des relations humaines.

Maret parle de médecine et des potentialités nouvelles de la science. Un sujet que vous aviez déjà abordé. Pourquoi ce choix ?

Chacun de nous s'est déjà demandé comment les choses seraient s'il avait agi autrement, s'il avait été différent. J'ai grandi dans un monde où on parlait de psychanalyse, de psychologie, où on vous disait que grâce à la parole on peut régler des choses... J'ai rencontré au Luxembourg un neurochirurgien qui m'a parlé de la stimulation cérébrale profonde, technique chirurgicale susceptible d'influencer le

comportement d'une personne. Cela peut aider des patients atteints de Parkinson ou touchés par l'anorexie, la dépression... C'est incroyable mais cela pose énormément de questions sur ce que nous sommes en tant qu'être humain, c'est ce que j'ai essayé de montrer dans le film.

Quelles rencontres, quels événements ont marqué votre parcours ?

Ma rencontre avec Pol Cruchten a été déterminante, d'un point de vue humain mais aussi professionnel. C'est quelqu'un qui m'était très cher, il ne s'imposait pas mais était toujours là quand on avait besoin de lui. Sur *Barrage* et *Maret*, j'ai aussi eu de beaux échanges avec des chefs opérateurs et des comédiens, j'ai beaucoup appris avec Isabelle Huppert, avec Susanne Wolff, de même avec Judith Angerbauer avec laquelle je vais continuer à travailler. ●

Questions à la volée

UN CINÉASTE :

John Cassavetes, Michael Haneke et Rainer Werner Fassbinder, ils ont tous les trois un regard très particulier, très profond, qui n'embellit pas mais qui est aimant.

UNE MUSIQUE :

« The Köln Concert » de Keith Jarrett découvert à Paris où j'écoutais beaucoup de jazz, un disque qui m'émeut et me surprend à chaque fois que je l'écoute.

UNE DESTINATION :

L'île de Lanzarote aux Canaries pour laquelle j'ai eu un coup de foudre et où je retourne souvent depuis le tournage de « Maret ».

UN RÊVE :

Une maison au bord de la mer.

MAYOTTE : CHRONIQUE D'UN DÉSASTRE ANNONCÉ

La situation est devenue chaotique dans l'île française de Mayotte, dans l'océan Indien. Pour lutter contre l'immigration clandestine, la délinquance et démanteler les bidonvilles, l'État a lancé « Wuambushu », une opération purement répressive qui ne résoudra en rien les problèmes de fond auxquels fait face le 101^e département français.

TEXTE : FABIEN GRASSER



Quatre gendarmes ont été blessés dans un guet-apens alors qu'ils patrouillaient avec leur véhicule dans le quartier Jamaïque de Koungou, l'une des 17 communes de Mayotte, le 4 mai dernier. Une dizaine de jeunes les ont assaillis à coups de machettes et de pierres et il a fallu l'intervention de 70 gendarmes, de deux blindés et d'un hélicoptère pour rétablir l'ordre et sécuriser la commune. Les batailles rangées et les incendies de bâtiment se répètent quasi quotidiennement à Mayotte depuis le 24 avril et le déclenchement de l'opération « Wuambushu », par le ministre de l'Intérieur et des Outre-mer, Gérald Darmanin. Les affrontements entre des jeunes très mobiles et forces de l'ordre ont lieu autour de bidonvilles, sur les routes et se poursuivent parfois dans les forêts montagneuses de la petite île française de l'océan Indien. À plusieurs reprises, ces dernières semaines, gendarmes et policiers ont fait usage de leurs armes à feu pour se dégager de situations périlleuses, sans pour autant ne blesser personne.

« Wuambushu », qui signifie « reprise » en shimaoré, désigne une opération visant à expulser les étrangers en situation irrégulière, à détruire les bidonvilles et à lutter contre la criminalité. Pour Gérald Darmanin, il s'agit d'une « reconquête d'un territoire de la République ». L'opération mobilise plus de 1.800 policiers et gendarmes, dont la CRS 8, spécialisée dans les violences urbaines, mais aussi un détachement du GIGN ou encore du RAID, des unités d'élite de la gendarmerie et de la police.

L'offensive martiale de l'État est soutenue par une majorité de Mahorais, excédés par les vols et les violences dont le nombre a explosé ces 10 dernières années, faisant de Mayotte le département français au plus fort taux de délinquance. Depuis le 24 avril, des manifestations de soutien aux forces de l'ordre se multiplient et leurs participants s'en prennent aux

quelques élus opposés à « Wuambushu ». D'autres ne sont pas à convaincre, à l'image de Salime Mdéré, vice-président du conseil départemental, affirmant qu'il « faut peut-être en tuer », en référence aux clandestins et délinquants. Sa déclaration témoigne du climat délétère sévissant sur le territoire.

« L'ÎLE AUX PARFUMS » EST DEVENUE UN ENFER

« L'île aux parfums » avec son lagon aux eaux turquoise et ses plages bordées de baobabs est devenue un enfer pour ses habitants. Il est dangereux de s'aventurer à l'extérieur à la nuit tombée et les agressions se multiplient sur des routes par ailleurs totalement saturées. L'attaque d'un bus scolaire, en novembre dernier, a fait la une de l'actualité française, quelques jours après la mort de deux jeunes, assassinés à coup de machettes dans ce qui s'apparentait à un règlement de compte.

Le gouvernement et les élus locaux en rejettent l'entière responsabilité sur les sans-papiers comoriens qui représentent aujourd'hui entre un tiers et la moitié des habitants. Ils viennent pour la plupart de l'île voisine d'Anjouan, située à 70 kilomètres, et arrivent sur le territoire français au bord de canots de pêche, les kwassa-kwassa, souvent au péril de leur vie. Depuis le déclenchement de « Wuambushu », de nombreuses arrestations ont eu lieu, mais les autorités ne communiquent pas sur la nationalité des interpellés. Signe que la situation n'est pas réductible à une opposition entre Mahorais et immigrés.

Un détour par les chiffres permet de mieux appréhender le malaise auquel fait face la petite île tropicale, car Mayotte détient bien d'autres records funestes que celui de la délinquance. D'abord la croissance démographique : de 50.000 habitants à l'aube des années 1980, la population est passée à 310.000 en 2023,

avec un taux de fécondité de 4,6 enfants par femme, contre 1,8 en métropole. La maternité de Mamoudzou, la principale ville de l'île, bat d'année en année le record du nombre de naissances en France. Mayotte affiche ainsi la croissance démographique la plus forte de tout le continent africain, juste derrière le Niger.

Plus de 50 % de la population a moins de 20 ans alors que les moyens alloués à l'éducation sont très insuffisants, près de la moitié des résidents étant illettrés. Au rayon des chiffres, Mayotte détient aussi le record de la pauvreté en France : entre 67 et 84 % de la population, selon les données, subsiste sous le seuil de la pauvreté. Et 79 % des gens vivent dans des logements précaires et insalubres, des cases en tôle appelées « bangas », souvent sans électricité ni eau courante. La majorité des jeunes est désœuvrée et sans espoir de s'extirper de la misère. En l'absence de toute perspective et revenu, ils sont nombreux à basculer dans la délinquance.

DES SIÈCLES D'ÉCHANGES

La responsabilité de ce tableau statistique apocalyptique incombe à l'État, mais aussi aux élus locaux qui ne réalisent pas les investissements nécessaires en infrastructures, alors qu'elles en ont les dotations. Les promesses de projets jamais réalisés sont légion. « Mayotte est en retard partout : le système de santé, routier, l'accès à l'eau... La misère est palpable, comme nulle part ailleurs en France, et tout ça, ce n'est pas la faute des Comoriens », résume Dominique Voynet dans une interview à *Libération*.

L'ancienne ministre écologiste, qui a créé et dirigé l'Agence régionale de santé (ARS) à Mayotte de 2019 à 2021, affirme que « Wuambushu » ne réglera rien. Le problème de l'immigration clandestine n'en est pas moins réel. Le phénomène s'est accéléré depuis 2011, quand Mayotte est devenue le 101^e département français,

après un troisième référendum, tenu en 2009. La pression démographique, avec tout ce qu'elle implique, s'est accrue. Les Comores voisines sont l'un des pays les plus pauvres au monde et Mayotte la française exerce à cet égard un pouvoir d'attraction naturel pour des populations démunies de tout.

“

La majorité des jeunes est désœuvrée et sans espoir de s'extirper de la misère. En l'absence de toute perspective et revenu, ils sont nombreux à basculer dans la délinquance

”

Cette immigration clandestine puise aussi ses racines dans l'histoire des Comores. Mayotte est vendue à la France en 1841 par un sultan local, tandis que les trois autres îles de l'archipel, Grande Comore, Mohéli et Anjouan, tombent dans l'escarcelle coloniale française en 1886. Pressée par les Nations unies à décoloniser le territoire, la France organise un référendum d'autodétermination en 1974, à l'issue duquel Mayotte vote pour le maintien dans la République, au contraire des trois autres îles qui se prononcent pour l'indépendance. Paris choisit alors de séparer Mayotte du reste de l'archipel, au mépris du droit international consacrant l'indivisibilité des pays.

Depuis 1976, l'assemblée générale de l'ONU a condamné cette décision à vingt reprises. Les Comores revendiquent également le rattachement de Mayotte. La députée LIOT de Mayotte, Estelle Youssouffa, multiplie ces dernières semaines les interventions sur les plateaux télé et radios pour dire que Mayotte n'a aucun lien historique et culturel avec les Comores.

Un discours répété par des élus mahorais depuis des années, rappelant que Mayotte était française avant la Savoie.

En réalité, les quatre îles composant l'archipel échangent entre elles depuis des siècles, partagent la même langue, pratiquent le même islam et possèdent les mêmes structures sociales matriarcales. Les mariages d'une île à l'autre sont monnaie courante et chacun possède, à des degrés divers, de la famille dans les autres îles. L'immigration des Anjouanais vers Mayotte s'inscrit dans une longue histoire, aujourd'hui exacerbée par la pauvreté qui étrangle les Comores.

Sur le plan économique, Mayotte, tout comme les autres îles des Comores, présente peu d'atouts au-delà des cultures d'ylang-ylang, de girofle ou de vanille. L'intérêt est dès lors géostratégique et militaire, l'île étant avantageusement située entre l'Afrique, le Moyen-Orient et l'Asie, une zone par où transite plus de deux tiers du commerce mondial.

Chaque année, 25.000 Comoriens sont expulsés vers Anjouan, mais une grande partie d'entre eux reviennent rapidement. Pour toutes ces raisons, les opposants à « Wuambushu » estiment que cette opération purement répressive ne résoudra en rien les problèmes de l'archipel et qu'elle tient avant tout d'un coup de com du très droitier ministre de l'Intérieur et des Outre-mer. Soignants, enseignants et magistrats pensent au contraire qu'elle va aggraver la situation, notamment pour les très nombreux mineurs isolés, ce qui inquiète l'Unicef, qui condamne « Wuambushu ».

LES COMORES REFUSENT LES RENVOIS

La Ligue des droits de l'homme et d'autres organisations pointent le risque de contournement de l'état de droit et de violations graves des droits fondamentaux. Le 25 avril, un jour après le début de l'opération, le tribunal de

Mamoudzou a suspendu la destruction d'un bidonville, « Talus 2 », en avançant qu'elle mettait en péril la sûreté des habitants, mahorais et comoriens. Pour le corps médical, les expulsions et la chasse aux sans-papiers vont priver des milliers de personnes de soins et les enfants de vaccination, faisant courir un risque épidémique à l'île, car aucune solution sérieuse de relogement n'est prévue après la destruction des bidonvilles.

Pour couronner le tout, l'Union des Comores a refusé les premiers renvois de sans-papiers en fermant le port de Mutsamudu à Anjouan, sous prétexte de problèmes techniques. Les Comores « ne peuvent pas supporter les conséquences » de l'opération « Wuambushu », a déclaré de façon explicite Houmed Msaidié, le porte-parole du gouvernement.

Depuis, « un dialogue » s'est engagé avec Paris et les navettes entre les deux îles ont repris. Le parlement comorien a condamné unanimement l'opération, mais l'archipel vit essentiellement de l'aide française et sa dépendance à l'ancienne puissance coloniale reste entière. Le président autocrate Azali Assoumani, arrivé au pouvoir par la force en 1999, est soutenu par la France. Avant son mandat, l'archipel avait été secouru par une succession de coups d'État, le plus souvent mené par le mercenaire Bob Denard, qui s'était lui-même qualifié de « corsaire de la République ».

La catastrophe actuelle était prévisible, tant l'inaction publique est patente. La solution ne saura venir que d'un développement conjoint de Mayotte et des Comores, l'archipel que Paris s'emploie à maintenir sous sa botte.

Mais cette complexité et les arguments des opposants à l'opération ne sauraient convaincre Gérard Darmanin : « Nous continuerons cette opération Wuambushu autant qu'il le faudra », avertit le ministre de l'Intérieur. La matraque et le bulldozer comme mode de gouvernement. ●

Préparer la rentrée plus vite

La Fibre d'Orange

à partir de

29 €99
/mois

Installation
et câblage
offerts



**Vous rapprocher
de l'essentiel**



« POUR ÉVITER LES ERREURS, LES START-UPS DOIVENT SE FAIRE ENCADRER PAR DES EXPERTS »

Sources de financements, projet entrepreneurial mal-ficelé, loyers élevés, rareté des talents... Les jeunes pousses peinent à concrétiser une idée souvent innovatrice. Jean-Luc Bermes (Team Manager & Corporate Relationship Manager auprès de Spuerkeess Business Angel & Investor) revient sur les erreurs à éviter et sur les bonnes pratiques à initier avant de se lancer.

TEXTE : MARC AUXENFANTS



dont le nombre reste également faible. Le second défi des start-ups est de trouver du personnel et de le garder. Leur besoin est en effet très élevé, alors que l'offre reste limitée. Troisième défi, le niveau élevé des loyers. Beaucoup de start-ups trouvent difficilement des bureaux à louer. S'il existe des incubateurs spécialisés (LCI, Technoport, etc.), leur nombre semble encore insuffisant.

Pour quelles raisons les start-uppers viennent-ils vous voir ?

Lors de la constitution de l'entreprise au Luxembourg, les start-ups doivent nécessairement ouvrir un compte bancaire. Souvent, nous leur demandons de disposer d'un compte dans une banque établie au Grand-Duché. Spuerkeess est une banque universelle reconnue dans le monde entier pour être une des banques les plus sûres.

Nous disposons également du réseau d'agences le plus grand du pays. Soutenir des entreprises au sens large est un élément clé de notre politique commerciale. Ce soutien est même ancré dans la loi du 24 mars 1989 sur la Banque et Caisse d'Épargne de l'État, Luxembourg. Son texte stipule qu'une des missions de Spuerkeess est de contribuer au développement économique et social du Grand-Duché.

Quels sont les principaux défis qui se posent aux start-ups au Luxembourg aujourd'hui ?

Grâce à sa situation géographique, le multilinguisme, la taille du pays, le Luxembourg est et reste attractif pour les start-ups luxembourgeoises, européennes et internationales. D'autant que les programmes de subventions étatiques incitent beaucoup de ces jeunes pousses à s'y installer. Il existe toutefois des limites qui constituent de réels défis. Citons notamment

la recherche de capital-risque. La plupart des start-ups ne sont pas encore « bancaables » du point de vue réglementaire et la seule source de financement leur permettant de grandir rapidement est l'«equity financing», à savoir l'entrée d'investisseurs dans leur capital.

Malheureusement, le nombre de business angels reste encore limité au Luxembourg, bien qu'on ait connu une réelle flambée ces derniers temps. Il en est de même pour les fonds spécialisés (« Venture Capital »)

“

Nous sommes souvent confrontés à des clients potentiels qui disposent d'une idée extraordinaire, mais qui ne sont pas en mesure de la concrétiser faute de moyens financiers et humains

”

Quels soutiens pour quels types de projets leur proposez-vous ?

Spuerkeess propose aux créateurs d'entreprise une offre gratuite pendant 12 mois. Celle-ci comprend l'ouverture de compte avec tous les services de base liés aux opérations bancaires courantes : compte courant, extrait de compte, virements, etc. ; fourniture d'une carte de crédit Business, assurances liées à la carte, etc. ; banque en ligne (MultiLine) ; solutions de financement. Nos clients, profitant de cette offre, bénéficient en outre de 3.000 euros maximum, sous forme d'une limite sans garantie sur leur carte de crédit ou bien, ainsi que d'une garantie locative sans contrepartie.

Quelles sont vos principales initiatives et missions d'accompagnement des start-ups ?

Spuerkeess contribue activement au développement du secteur, en soutenant un grand nombre d'initiatives. Nous sommes par exemple un partenaire privilégié de Nyuko, un challenger d'idées qui a pour mission d'épauler les personnes souhaitant créer un projet entrepreneurial au Luxembourg. Les services sont gratuits et s'adressent à tout type d'entrepreneur local en phase de précréation d'entreprise au sens large. Nous soutenons aussi d'autres acteurs de la place comme le Technoport ou encore l'asbl Jonk Entrepreneuren Luxembourg. Nous organisons par ailleurs des conférences et des workshops dédiés à ce secteur.

Quelles sont selon vous les principales erreurs à éviter au démarrage de sa start-up ?

La principale erreur reste le manque d'anticipation. Nous sommes souvent confrontés à des clients potentiels qui disposent d'une idée extraordinaire, mais qui ne sont pas en mesure de la concrétiser faute de moyens financiers et humains.

Pour prévenir de telles erreurs, il faut à tout prix se faire encadrer par des experts (fiduciaires, conseillers économiques ou

**Je veux
développer mes
compétences.**



Et vous ?

lifelong-learning.lu :
**plus de 12 000 formations
pour renforcer vos talents
et toutes les informations
sur la formation.**



lifelong-learning.lu
powered by INFCP



structures spécialisées). Pour cette raison, nous avons décidé de soutenir Nyuko, pour encadrer les créateurs d'entreprises. Ses programmes sont en mesure de challenger les idées et les projets, le business plan et de confronter les futurs entrepreneurs avec la réalité entrepreneuriale.

Pour convaincre des investisseurs privés ou institutionnels ou même des banques, il faut disposer d'un business plan qui tient la route. Pour les banques notamment – qui doivent respecter un cadre réglementaire très strict – les revenus et les dépenses doivent être certains pour calculer une capacité d'autofinancement et ainsi pouvoir accorder un financement. Le business plan permet surtout aussi aux créateurs d'entreprise de suivre leur projet.

L'autre erreur c'est le manque de fonds propres. Il faut disposer d'un minimum de fonds propres pour lancer une idée et pour démontrer que le projet peut se concrétiser. Si un créateur d'entreprise ne dispose pas de fonds propres, il doit tout

d'abord convaincre sa famille, ses amis et d'autres personnes de son entourage (communément connu comme les 3 F (« family, friends and fools » ou « love money ») pour investir dans le projet.

Quelles bonnes pratiques et recommandations pourriez-vous partager avec les entrepreneurs en herbe ?

Comme indiqué précédemment, ceux-ci doivent impérativement disposer de fonds propres suffisants ; disposer d'un business plan qui tient la route ; se faire encadrer et challenger.

Quels projets et initiatives actuels et futurs la Spuerkeess prévoit-elle pour 2023 ?

Concernant le volet financement en particulier, nous pouvons d'ores et déjà annoncer l'introduction de notre candidature en vue de participer au programme de garanties INVESTEU pour soutenir les entreprises et notamment les start-ups.

Souvent les jeunes structures dotées d'un business plan qui tient la route ne disposent pas des garanties nécessaires pour se faire octroyer un financement. Grâce au programme de garanties InvestEU, nous pourrions ainsi accorder des financements à certains d'entre eux. Pour ce qui est du volet encadrement, nous poursuivons notre soutien aux structures qui continuent à rendre le Luxembourg attrayant pour l'entrepreneuriat et pour les start-ups. ●

“

Pour convaincre des investisseurs privés ou institutionnels ou même des banques, il faut disposer d'un business plan qui tient la route

”



THE
NEW

X5

PLUG - IN HYBRID.



 **DONNONS PRIORITÉ À LA SÉCURITÉ.** Informations environnementales : bmw.lu

0,8-1,1 L/100 KM • 18-26 G/KM CO₂ (WLTP)

Joy electrified by



Bilia-Emond Luxembourg
7, Rue Christophe Plantin
L-2339 Luxembourg
www.bilia-emond.bmw.lu

Muzzolini
6, Rue Romain Fandel Zi Um Monkeler
L-4149 Esch-sur-Alzette
www.muzzolini.bmw.lu

Schmitz
21, Rue de la Gare
L-7535 Mersch
www.schmitz.bmw.lu

Schweig
6, Hauptstrooß
L-9806 Hosingen
www.schweig.bmw.lu

News SOCIÉTÉ

« ORCHARD » - LES PREMIÈRES VIGNES EN VITIFORESTERIE AU LUXEMBOURG



Initié depuis décembre 2020 par Corinne Kox, « Orchard » est le premier projet de viticulture au Luxembourg qui vise à préserver et à développer la diversité dans le vignoble tout en respectant les principes de l'agroécologie (l'agroécologie est un idéal agricole et viticole qui implique de repenser le système d'exploitation en utilisant au maximum les fonctionnalités offertes par la nature) et de la vitiforesterie (la vitiforesterie désigne l'association d'arbres et de vignes sur une même parcelle agricole). L'approche est fondamentale, mais pas simpliste : favoriser un écosystème qui permet de retrouver un équilibre organique entre le végétal, le minéral et l'homme. Le projet « Orchard » représente un pas vers la viticulture de demain, tout en écoutant patiemment l'écho du passé et particulièrement les racines familiales ancrées dans la vigne, le respect des sols et la biodiversité. Ainsi, la vinification se concentre sur l'essentiel et les vins « Orchard » mettent l'accent sur les caractéristiques innées de leur terroir.

6^E ÉDITION DE MY FIRST ENTREPRISE : DES SOLUTIONS CRÉATIVES AVEC SEULEMENT 40 EUROS !

En présence de Son Altesse Royale le Grand-Duc Héritier, la 6^e édition de la finale du programme My First Enterprise (MFE) s'est tenue le 4 mai 2023 chez Deloitte Luxembourg. Au total, 75 équipes provenant de 14 lycées ont participé à cette édition 2022-2023. Les équipes ont disposé d'un capital de départ de 40 € et tenté de le faire fructifier. Les 12 équipes finalistes ont été retenues sur base d'un dossier remis et analysé au préalable par un jury composé d'experts du monde professionnel. Cette année, les équipes inscrites au programme My First Enterprise ont eu l'opportunité de vendre leurs produits et/ou services au Centre Commercial Cloche d'Or avant la finale nationale. Au total, 85 élèves en collaboration avec leurs enseignants ont présenté leurs produits, souvent faits maison, et ont ainsi pu développer leurs techniques de vente. Le jury composé de Ben Muller, Erny Huberty, Francesca Messini et Maryam Khabirpour. Le premier prix a été décerné à l'équipe Spoti'Hats du Lycée Robert-Schuman Luxembourg. Le second a été remis à l'équipe JJA du Schengen-Lyzeum Perl. Le troisième a été attribué à l'équipe A Bit Of Me de l'École Privée Marie-Consolatrice.



POLITIQUE DE COHÉSION DE L'UE : LES PROGRAMMES 2021-2027 DEVRAIENT CRÉER 1,3 MILLION D'EMPLOIS

Le financement de la politique de cohésion en 2021-2027 devrait soutenir la création de 1,3 million d'emplois et augmenter le PIB de l'UE de 0,5 % en moyenne d'ici la fin de la décennie, et jusqu'à 4 % dans certains États membres.

Telles sont quelques-unes des conclusions d'un rapport sur les résultats de la programmation de la politique de cohésion 2021-2027. Pour y parvenir, la politique de cohésion déclenchera un volume total d'investissements de 545 milliards d'euros au cours de cette période, dont 378 milliards d'euros sont financés par l'UE. Ces investissements favoriseront une convergence socio-économique durable, une cohésion territoriale, une Europe sociale et inclusive ainsi qu'une transition verte et numérique douce et équitable.

La politique de cohésion soutient fortement la recherche et l'innovation et s'attaque à la fracture numérique. Elle soutient également les investissements verts dans l'atténuation et l'adaptation au changement. Enfin, elle garantit une croissance sociale et inclusive conformément au socle européen des droits sociaux.

ALD PRIVATE LEASE, LE LEASING PRIVÉ ACCESSIBLE VIA UNE SOLUTION DIGITALE

Avec cette solution de leasing privé digitale pour les résidents luxembourgeois qui leur permet de louer un véhicule de 24 à 72 mois, pour un montant mensuel fixe, une formule à la carte permet de personnaliser son offre en fonction des services souhaités. Cette approche digitale permet d'obtenir la totalité des informations nécessaires. Pour configurer son offre de leasing ALD Private Lease, il suffit de se connecter sur www.aldprivatelease.lu, de sélectionner un modèle et ses options, de définir les paramètres durée et kilométrage du contrat, et de finaliser la demande en remplissant le formulaire dédié pour obtenir le loyer. Les véhicules zéro émission bénéficient d'une prime « Clever fueren » jusqu'à 8 000 euros selon les cas. Ces primes sont directement déduites du loyer et entièrement gérées par ALD. Ainsi, le particulier n'a plus besoin d'en faire la demande à l'Administration. En ce moment, ALD Automotive propose déjà un véhicule 100 % électrique en Private Lease à partir de 359€ TTC/mois.



37 %

de gain pour la Suède. Projection du gain de productivité attendu dans le pays grâce aux technologies de l'IA à l'horizon 2035.
Source : Accenture, Frontier Economics.



DÉVELOPPEMENT DURABLE

LE LUXEMBOURG VA DE L'AVANT

Le Luxembourg est fortement mobilisé en matière de développement durable. Cela se traduit par des objectifs ambitieux en matière de climat et d'énergie mais également par le déploiement de moyens et d'outils visant à conforter une économie, prospère, et une société solidaire.

TEXTE : FABRICE BARBIAN

Réduire de 55 % les émissions de gaz à effet de serre par rapport à 2005 (tel que visé par la loi relative au climat et le plan précédent), atteindre 35-37 % d'énergies renouvelables dans la consommation finale (en hausse par rapport aux 25 % dans le plan précédent), améliorer de 44 % l'efficacité énergétique (fourchette de 40-44 % dans le plan précédent).

Enfin, parvenir à la neutralité carbone d'ici à 2050. Ce sont les objectifs avancés par le Luxembourg dans le cadre de ses travaux portant sur la mise à jour du Plan national intégré en matière d'énergie et de climat (PNEC) pour la période 2021-2030 (une actualisation dictée par l'Union Européenne). Comprendre que le pays ambitionne d'aller de l'avant sur ces sujets en visant un peu plus haut encore que lors de son plan précédent et même de faire plus que ce que l'on attend de lui. Et pour ce faire, pas moins de 197 mesures ont été évoquées en avril dernier (dans le cadre de l'avant-projet), certaines étant déjà activées (43 %), d'autres nouvelles. Et cela dans différents domaines : industrie, transport, bâtiment, traitement des déchets, agriculture et sylviculture. Impossible d'en faire la liste ici (mais tout est en ligne : gouvernement.lu) mais il est question de déployer des outils pour mieux accompagner et soutenir les entreprises dans la transition

énergétique et l'action climat, d'introduire un « leasing social » pour voitures électriques afin d'aider les ménages à faible revenu dans l'électrification de leur mobilité individuelle, d'accélérer la sortie du « chauffage fossile », de multiplier les équipements en matière d'énergie renouvelable... À lire les projections du Statec, ce PNEC révisé devrait permettre au Luxembourg de réduire de 58 % ses émissions de CO₂ en 2030 et de 91 % d'ici 2050.

DES RÉSULTATS CONTRASTÉS

Pertinents, incomplets, utopiques... Chacun a son opinion sur les projets du pays en matière d'énergie et de climat. Il n'en reste pas moins vrai qu'il est impératif d'agir (même si c'est bien à l'échelle mondiale qu'il importerait de s'organiser avec efficacité). Si tous les indicateurs ne sont pas au « vert » - certains sont même dans le rouge -, des progrès ont déjà été enregistrés. Le classement des pays selon l'Indice de performance environnementale (IPE) 2022, dévoilé en fin d'année dernière, l'a mis en lumière. Le Luxembourg occupe la 6^e place mondiale des pays les plus durables derrière le Danemark, la Grande-Bretagne, la Finlande, Malte et la Suède mais cela ne l'empêche pas

d'être à la peine dans différents registres. C'est notamment le cas pour la perte de la couverture boisée (92^e position) et la qualité de l'air et notamment l'exposition aux oxydes d'azote (NO et NO₂) au niveau du sol (148^e). Ou bien encore en ce qui concerne les émissions de gaz à effet de serre (GES) par habitant, le pays occupant la 164^e place du classement en sachant que compte tenu de la taille du pays, du transit routier et des frontaliers, des nuances sont à apporter.

DE LA PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT À LA DURABILITÉ

Le PNEC le souligne également, l'atteinte des objectifs fixés en matière de climat et d'énergie repose sur une approche qui consiste à mobiliser largement en mettant l'accent sur l'implication des citoyens (qui ont été consultés), de la société civile et des acteurs économiques. Comprendre que l'efficacité des actions déployées implique une large adhésion et de les inscrire dans une démarche de durabilité plus globale qui repose sur deux autres « piliers » qui sont interdépendants : le social et l'économie. Les acteurs économiques ont donc un grand rôle à jouer. Au Luxembourg, ils se mobilisent même si là encore l'écosystème est perfectible et qu'il y a parfois des points

de crispation avec le « gouvernement » comme cela a été le cas en ce qui concerne la gestion des déchets, notamment. Mais si les points de vue sont parfois divergents et même contradictoires, les intérêts et les finalités sont partagés : garantir l'avenir.

“

L'atteinte des objectifs fixés en matière de climat et d'énergie repose sur une approche qui consiste à mobiliser largement en mettant l'accent sur l'implication des citoyens, de la société civile et des acteurs économiques

”

LES ACTEURS ÉCONOMIQUES MOBILISÉS

Ces derniers mois, force est de constater que les initiatives se multiplient en matière de durabilité. Luxinnovation a enrichi ses programmes « Fit 4 » avec la création de « Fit 4 Sustainability » afin de permettre aux entreprises d'accéder à de l'expertise externe pour leurs projets de décarbonation et de transition écologique ainsi qu'à un cofinancement étatique.

La Chambre de commerce et la Chambre des métiers, en partenariat avec l'Institut national pour le développement durable (INDR), sont à l'origine de l'ouverture, en avril dernier, de la « House of Sustainability » qui a précisément pour mission d'aider et d'accompagner les entreprises dans leur transition durable.

En début d'année, le gouvernement a aussi lancé le programme « Klimapakt fir Betriber » qui vise à soutenir les entreprises en matière de décarbonation et de transition énergétique. Autant de leviers et de moyens qui viennent enrichir un écosystème déjà bien loti en la matière.

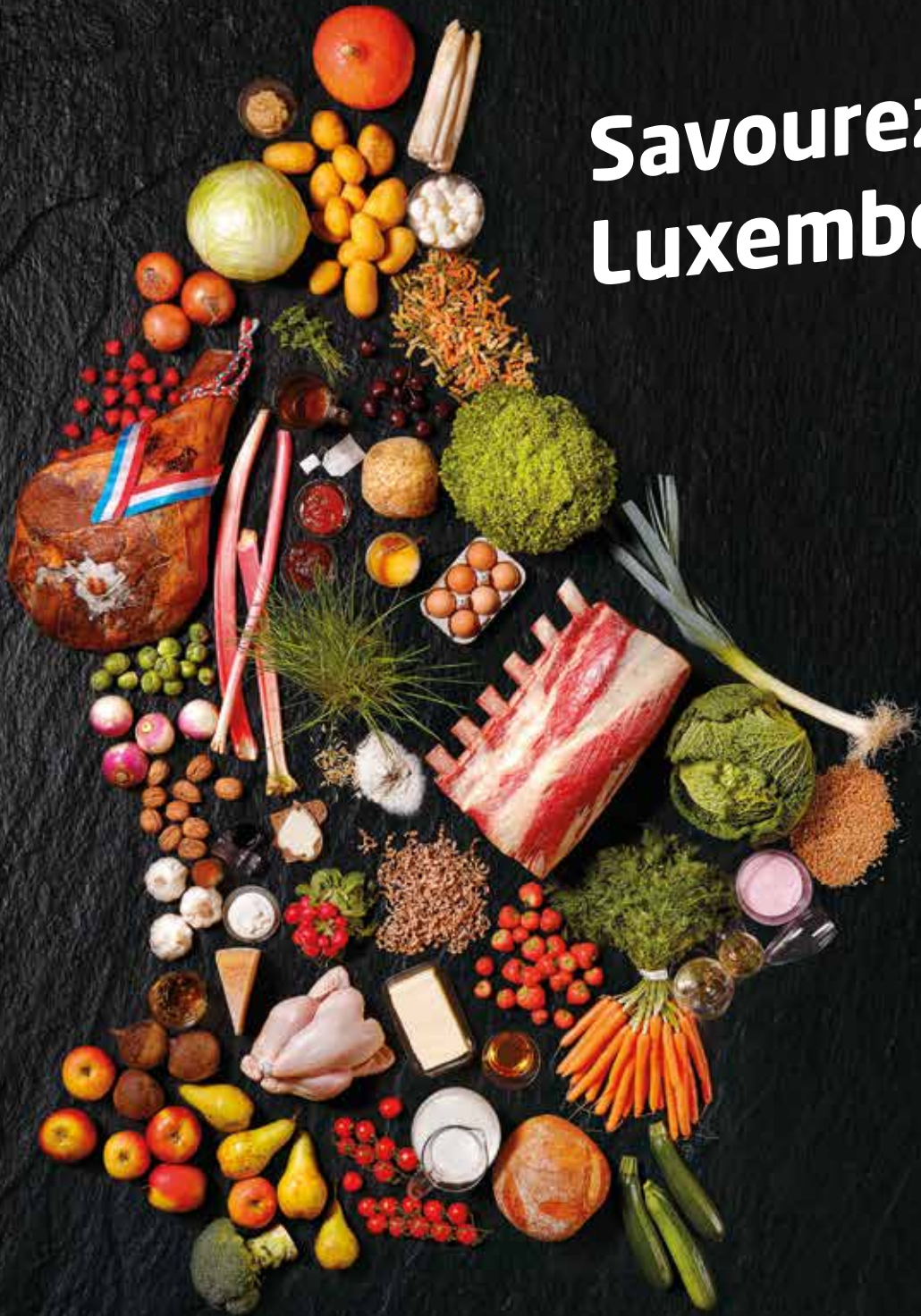


Citons, notamment, IMS – Inspiring More Sustainability – le réseau leader des entreprises luxembourgeoises engagées en matière de responsabilité sociétale des entreprises (RSE). Cela fait une quinzaine d'années qu'il déploie de multiples actions (événements, formations...) pour faciliter les initiatives RSE innovantes, dans trois domaines : Planet (lutter contre les changements climatiques, protection des ressources naturelles et de la biodiversité...), People (inclusion et diversité, bien-être au travail...) et Prosperity (production

et consommation responsables, nouvelles approches économiques...).

Au-delà de fixer des objectifs ambitieux, le pays veille donc aussi à s'outiller en déployant des moyens et des leviers pour agir. Certes, tout n'est pas parfait, cela s'accompagne de contraintes (mais aussi d'opportunités) et cela n'avance pas suffisamment vite mais cela va dans le bon sens. En sachant qu'en matière de durabilité la perfection n'existe pas. À moins de « tout » réinventer mais c'est un autre sujet... ●

Savourez le Luxembourg



Le Luxembourg débarque dans votre assiette !

Les produits du terroir se démarquent par leur qualité,
leur traçabilité et le respect de l'environnement.

Des adresses et plus d'infos sur www.sou-schmaacht-letzebuerg.lu

Sou schmaacht
Lëtzebuerg

Savourez le Luxembourg

BIENTÔT LA SEMAINE DE 36 HEURES AU LUXEMBOURG ?

La réduction du temps de travail au Luxembourg, proposition audacieuse et polémique, pourrait être un des enjeux de la campagne électorale de 2023. Le monde du travail post-COVID-19 peut-il concilier ambitions sociétales et productivité ? Quelles seraient les implications d'une telle mesure pour les travailleurs et les entreprises, et sur l'attractivité du pays ?

TEXTE : ISABELLE CONOTTE



TRAVAILLER MOINS POUR VIVRE MIEUX

La pandémie de COVID-19 a été le déclencheur d'une révolution dans le monde du travail avec la mise en place de manières innovantes de travailler comme la généralisation du télétravail, des aménagements originaux et une flexibilité inédite. En modifiant notre manière de travailler, la crise sanitaire a généré une remise en question, parfois radicale, de nos modes de vie. Elle a produit des réorientations de carrières, plongé les salariés dans des réflexions existentielles et marqué de manière profonde et durable la relation au travail laissant émerger un objectif : passer moins de temps au bureau. Depuis, le télétravail et le flex office ont été généralisés dans de nombreuses entreprises et la Belgique est même passée à la semaine de quatre jours en proposant aux employés du privé et public, après autorisation de leur employeur, de réaliser leurs heures de travail sur quatre jours au lieu de cinq.

C'est dans ce contexte, en début d'année, que le ministre du Travail, de l'Emploi et de l'Économie sociale et solidaire, Georges Engel, a lancé le débat sur la réduction du temps de travail (RTT) au Luxembourg. Alors que le Premier ministre, Xavier Bettel, membre du Demokratesch Partei (DP) est pour une flexibilisation du temps de travail, Georges Engel, membre du Lëtzebuurger Sozialistes Aarbechterpartei (LSAP),

se positionne pour une réduction concrète du temps de travail, déclarant même qu'il n'est pas opposé à une semaine de 36 heures. S'il rallie les syndicats à sa cause, il soulève une levée de boucliers du côté du patronat qui s'indigne d'une telle proposition alors que le Grand-Duché doit faire face à une pénurie de main-d'œuvre dans de nombreux secteurs. Par la voix de son directeur Jean-Paul Olinger, l'Union des Entreprises Luxembourgeoises (UEL) fustige une proposition électoraliste qui ne prend pas en compte la réalité du manque de personnel au Luxembourg.

Quant à Carlo Thelen, directeur général de la Chambre de commerce, il considère qu'une telle mesure anéantirait simplement l'attractivité économique du pays. L'étude "État des lieux des enjeux et des risques de la réduction du temps de travail" est alors commandée par le ministre.

LES ENJEUX ET RISQUES D'UNE RÉDUCTION DU TEMPS DE TRAVAIL

Présentée le 25 avril, l'étude est réalisée dans le cadre d'une convention entre le ministère du Travail, de l'Emploi et de l'Économie sociale et solidaire (MTEESS), le Luxembourg Institute of Socio-Economic Research (LISER) et l'Université du Luxembourg (UniLux, partenaire du LISER sur ce projet). On constate que la durée du temps de travail effective d'un salarié à plein temps au Luxembourg se situe dans la moyenne européenne, soit 1701 heures par an, avec une durée hebdomadaire de 40 heures, mais elle est plus élevée que dans les pays limitrophes comme l'Allemagne (1 677 heures) et la Belgique (1 495 heures) où la durée hebdomadaire est entre 37 et 38 heures, ou en France (1 544 heures) et ses fameuses 35 heures. On apprend aussi que deux-tiers des salariés du Grand-Duché souhaitent travailler moins. L'étude observe l'effet de la RTT sur la santé, le bien-être et la conciliation vie privée et vie professionnelle dans d'autres

pays. Il ressort, par exemple, que pour les femmes, les tâches ménagères ou les activités de garde d'enfant ont pris une place plus importante que prévu. Avec la digitalisation du travail, on note le risque de travail en dehors des heures normales et le danger de perméabilité entre vie privée et vie professionnelle, dû au recours aux outils numériques.

Enfin, pour certains salariés, la RTT a augmenté l'imprévisibilité et la variabilité des horaires de travail à la suite de changements organisationnels et au multitâche, et d'autres estiment que leur travail s'est intensifié. Cette mesure, qui concernerait plus de 500 000 salariés au Luxembourg, aurait aussi pour finalité le partage de l'emploi, avec une baisse du chômage, et la croissance de la productivité et de la compétitivité.

Or, les conclusions de l'impact de la RTT sur l'emploi et le chômage sont incertaines et varient considérablement selon la nature des réformes, le pays concerné, le secteur d'activité et la situation économique. Enfin, l'effet de la RTT sur la productivité est ambigu. Selon l'International Labour Office (2004), la RTT permet d'être plus concentré et productif grâce au temps de repos gagné, d'être plus motivé, et plus efficace et créatif grâce aux loisirs productifs, mais ces effets concernent majoritairement ceux qui initialement ont des semaines de travail de 48h au moins. Bref, le rapport permet de lancer une réflexion sur la RTT mais n'apporte pas un positionnement franc et définitif à la problématique.

L'ATTRACTIVITÉ DU PAYS, LA VRAIE PROBLÉMATIQUE

Alors que depuis 2016, le Luxembourg œuvre à la promotion de son image avec une politique de Nation branding et un slogan LuXembourg, let's make it happen, il faut rappeler la spécificité de son modèle dépendant à une main-d'œuvre non nationale. La question de

l'attractivité y est fondamentale.

En mars 2022, près de 74% des salariés travaillant au Luxembourg sont des non nationaux, 28,2% sont des résidents étrangers et 45,5% des travailleurs frontaliers. Le Luxembourg attire les salariés grâce à sa rémunération, des opportunités de carrière et un environnement international mais la pénurie de main-d'œuvre qualifiée, et non qualifiée, s'intensifie et la situation post-pandémie change la donne. Dans un contexte où la guerre mondiale des talents est déclarée, la RTT pourrait-elle avoir un effet levier pour pourvoir aux besoins spécifiques des entreprises, trouver les compétences disponibles et être capable de les retenir ?

Il reste ensuite à déterminer l'ampleur et les modalités concrètes de cette réduction de travail. Aux 36 heures ou 38 heures hebdomadaires évoquées sont déjà opposées par les entreprises des calculs de pertes de compétitivité : deux heures de travail prestées en moins, c'est une augmentation du salaire horaire brut de 5 %, ou comme le tweete Jean-Paul Olinger de l'UEL, « 10 % de travail en moins pour 500 000 emplois, c'est 50 000 personnes de plus pour gagner le même salaire, hors logement et mobilité. Où les trouverait-on ? » Et qui paiera la facture ? Les entreprises avec une augmentation du coût de la main-d'œuvre et une potentielle perte de compétitivité ? Les salariés par une réduction ou un gel de salaire ? L'État en période de bonne santé économique avec un chômage faible ? Le projet de RTT soulève de nombreuses questions et promet des débats passionnés entre ses partisans et ceux qui misent tout sur la flexibilisation du temps de travail.

Continuer à aménager le temps de travail et le rendre plus flexible est fondamental, reste à savoir si poursuivre ces adaptations post-COVID-19, nécessaires, sera suffisant pour que le Luxembourg conserve son attractivité. ●

DANS LES STARTING-BLOCKS

La saison estivale arrive !
Et avec elle, l'envie irrésistible
de renouveler notre stock de
tenues légères et colorées.
Robe à fleurs, short bermuda,
combinaison confortable...
On embarque tout pour
s'assurer d'un été sous
les meilleurs auspices.

TEXTE & SÉLECTION : JULIE KIEFFER





OBJECT




MALIPARMI



UNE ODE À LA NATURE

Pour sa collection SS23, Aurore Being propose un vestiaire féminin hautement désirable ! Les vêtements, conçus au Luxembourg et fabriqués en France, sont réalisés à partir de fibres naturelles pour une mode plus responsable. Tout en restant minimalistes, les pièces ajoutent une touche d'audace et sexy à votre look.

SHOP ONLINE : WWW.AUOREBEING.COM

 [aurorebeing](https://www.instagram.com/aurorebeing) | hello@aurorebeing.com



CKS



VERITAS



YAS

DIAMANT ROSE
LUXEMBOURG - NEW YORK

Quand vient le temps de vendre...



Située au coeur du Luxembourg,
la société **Diamant Rose** est spécialisée
dans le rachat de bijoux de qualité,
les diamants sur papier ou sertis.
Ses bureaux à **New York** lui permettent
d'offrir des prix très concurrentiels.



Pour plus de renseignements
Vendreorluxembourg.com
vendrediamant.com
expertise-bijoux-assurance.com



Pour prendre rendez-vous
Tél. : 26 20 10 29 – GSM : 621 746 618

DIAMANT ROSE
LUXEMBOURG - NEW YORK

LUXEMBOURG FASHION WEEK



LE RENDEZ-VOUS INCONTOURNABLE
DE LA MODE AU LUXEMBOURG

DU 30 SEPTEMBRE AU 8 OCTOBRE 2023

Les quatre dernières éditions ont accueilli
plus de **1500 invités** triés sur le volet,
35 designers renommés et près de
70 célébrités et blogueurs influents. Nous
sommes ravis d'avoir pu compter sur le soutien
de plus de **cinq partenaires institutionnels** et
de plus de **15 partenaires médias**, qui contribuent
à faire de cet événement un rendez-vous majeur
de la mode. Plongez dans l'univers glamour de la
mode et ne manquez pas cette expérience unique !

RÉSERVEZ VOS DATES DÈS MAINTENANT !

Rendez-vous à la salle polyvalente Hall O
38 av. Charlotte à Differdange

www.luxembourgfashionweek.lu
marketing@luxembourgfashionweek.lu
Tél. : 691 951 507



LOLALIZA

A close-up photograph of a woman with voluminous, dark, curly hair. She is smiling broadly, looking upwards and to the left. She is wearing a bright pink, short-sleeved t-shirt. Her right hand is raised, with her fingers gently touching her hair. The background is a plain, light color.

C&A

Les essentiels
à adorer.
Une qualité
à ressentir.

Le
T-shirt parfait

7,99 €

Offre valable dans les magasins en Belgique et au Grand-Duché de Luxembourg jusqu'à épuisement du stock. L'offre et la disponibilité des articles peuvent varier selon le magasin. E.R. : Stefanie Schneider, Jean Monnetlaan 1, B-1804 Vilvoorde.

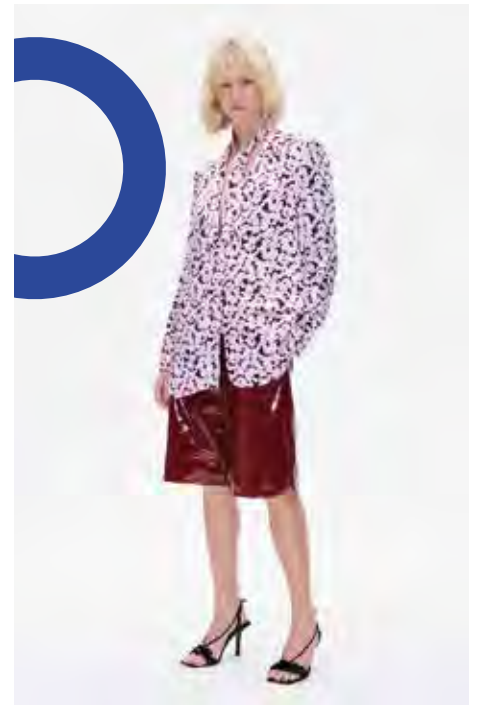


BROWNIE

**ENVIE DE CONSOMMER
PLUS RESPONSABLE ?**

Découvrez notre concept store,
The Modu Shop, niché au cœur de la ville
de Luxembourg ! Nous vous proposons
un large éventail de marques tendances
et engagées. Laissez-vous séduire par
notre sélection de slow fashion et limitez
l'impact de vos achats sur la planète !

M





JULIA JUNE



XANDRES



IKKS



UDPS

UKRAINIAN DESIGNERS
PRODUCTS SPACE

UNE MODE CONTEMPORAINE ET DES PIÈCES DESIGN INTÉMPORELLES

Concept store de design et de mode ukrainienne, situé en plein cœur de Luxembourg, UDPS vous offre une sélection de marques tendances, témoignant du talent des créateurs ukrainiens, que vous ne trouverez nulle part ailleurs !

POUSTOVIT • GUNIA • ELENAREVA • GUZEMA • FOBERINI • FAINA • MAPICO • WOO • NOOM • LLAB.DESIGN

40 Rue Philippe II, Luxembourg
www.udps.world



News MODE

TEXTE : CHARLOTTE KAISER

LA D MY DIOR

Instantanément reconnaissable à ses courbes gracieuses et à ses deux aiguilles épurées, La D de Dior est devenue, depuis son lancement en 2003, un modèle incontournable de la maison de luxe française. Cette montre bijou - la première imaginée par Victoire de Castellane, la directrice artistique de Dior Joaillerie -, reflète les multiples facettes de la féminité, osant toutes les associations de matières, de couleurs et de dimensions. Cette année, ce « ruban qui donne l'heure » se pare des lignes graphiques du cannage, code iconique de Dior. Dans un jeu de reliefs envoûtants, des lignes géométriques se déploient du bracelet, gravé à la main, au cadran. Ce dernier, tour à tour rehaussé de diamants ou d'une lunette frappée du motif Satine, exprime avec grâce toute la créativité et l'excellence des maîtres horlogers de la Maison. Disponible en or ou en acier, cette montre d'exception se dévoile en boutique, en deux tailles : 19 mm et 25 mm.



CUIR DE CHAMPIGNON

L'industrie de la mode multiplie les initiatives écologiques et vertueuses pour réduire significativement son impact environnemental. De nombreuses marques introduisent de nouvelles matières plus conscientes. Il est désormais possible d'acheter des vêtements en fibre de lait ou de coco. Pour sa collection printemps-été 2023, Saucony Originals redonne vie à trois de ses modèles emblématiques, la 3D Grid Hurricane, la Shadow 5000 et la Shadow 6000, de la manière la plus durable qui soit, grâce à l'utilisation d'un cuir de champignon alternatif. Ce matériau fongique à 90% d'origine biologique se nomme l'Hyphalite et offre une alternative plus respectueuse de l'environnement. Les paires sont dotées de semelles en caoutchouc ainsi que de lacets recyclés, et sont disponibles en trois coloris (vert olive, jaune, bordeaux).

La collab' arty du moment

Désireux d'apporter un peu de soleil dans votre vestiaire, Sandro signe avec l'artiste français Louis Barthélemy une collaboration ultra colorée. En unissant leur univers, ils ont donné vie à une collection des plus estivales qui célèbre leur amour du Maroc. Le designer s'est ainsi inspiré des peintures de Mohamed Ben Ali R'bati (1861-1939), découvertes au Musée Mohammed-VI de Rabat pour créer des pièces hautement désirables. Cette inspiration marocaine se traduit par des graphismes vitaminés, des accessoires artisanaux dont deux cabas, nommés Kasbah, brodés à la main ainsi qu'un sac seau en paille naturelle et en cuir confectionné par la coopérative Doum For Women. Quant aux vêtements résolument fluides, ils sont disponibles dans un éventail de couleurs comme le bleu, le lilas, le orange ou encore le rose.



CLAP DE FIN ENTRE LANVIN ET BRUNO SIALELLI

Mi-avril, la maison Lanvin a annoncé le départ de Bruno Sialelli, son directeur artistique depuis 2019. À la tête des collections homme et femme, le jeune créateur français était précédemment en charge des lignes masculines chez Loewe. En quatre ans, sans jamais tourner le dos à l'héritage de la Maison fondée par Jeanne Lanvin en 1889, Bruno Sialelli avait permis à la marque de retrouver un second souffle, en apportant une touche poétique et colorée à ses collections. Dans le même temps, la griffe a annoncé le lancement du programme Lanvin lab. Régulièrement, elle accueillera des talents internationaux, émergents comme confirmés, à collaborer autour de projets créatifs qui ont pour objectif de revisiter les codes de la plus ancienne Maison de couture française. La marque prévoit de continuer à défiler dans le cadre de la Fashion Week de Paris.



SORTEZ LES POPCORNNS !

Cette saison printemps-été 2023, Lacoste reprend les codes de huit productions Netflix : *Stranger Things*, *La Chronique des Bridgerton*, *Lupin*, *Sex Education*, *Shadow and Bone*, *Elite*, *La Casa de Papel* et *The Witcher*. Les pièces emblématiques du style Lacoste se voient revisitées selon les univers de ces séries. L'icône crocodile a pour l'occasion enfilé les costumes des personnages Netflix, pour se voir brodé ou floqué sur une partie des pièces de la gamme. Pour *Stranger Things*, sa gueule se change en celle du fascinant Démorgogon. Clin d'œil à la queen Charlotte des *Chronique des Bridgerton*, le voilà coiffé d'une perruque démesurée. D'autres pièces se parent d'un imprimé en all-over façon toile de Jouy, où tous les crocodiles ainsi déguisés naviguent entre les pictogrammes de la plateforme de streaming.

« LET'S HEAR IT FOR NEW YORK »

Vous l'avez ? Ce titre est bien évidemment tiré du hit Empire State of Mind de la bien nommée Alicia Keys ! L'artiste a imaginé une collection pour Moncler. « Cool, décontractée, 100 % new-yorkaise et inspirée du streetwear de la fin des années 90 mais avec une touche d'originalité », c'est ainsi qu'Alicia Keys décrit sa capsule inspirée de la Grosse Pomme. Au programme ? Des doudounes courtes, des combinaisons, des bobs en nylon, des coupe-vent argentés...

La chanteuse -aux quinze Grammys a opté pour des tons puissants et lumineux qui invitent à un voyage entre New York et la Jamaïque, dont les couleurs du drapeau (vert, jaune -et noir) habitent un survêtement oversize. Pour l'occasion, l'icône logo -Moncler se voit rehaussé d'une couronne inspirée de la statue de la Liberté, -sur certaines pièces.

La collection Moncler x Alicia Keys est disponible dans -une sélection de boutiques Moncler et en ligne.



Zendaya, nouvelle ambassadrice Louis Vuitton

La maison Louis Vuitton a dévoilé sa nouvelle ambassadrice, Zendaya, dans une campagne pour son sac iconique : Capucines. Sous le soleil de la Côte d'Azur, l'actrice de 26 ans pose devant deux célèbres photographes : Mert Alas et Marcus Piggott. Visiblement dans son élément, la lauréate de deux Emmy Awards, se plaît à effectuer quelques pas de danse devant la célèbre Villa E-1027, conçue par l'architecte moderniste Eileen Gray dans les années 30, sur la baie de Roquebrune-Cap-Martin. Vêtue d'une robe-manteau en cuir noir, elle tient son Capucines du bout des doigts. Lancé en 2013, le sac à main Capucines porte le nom de la rue Neuve-des-Capucines, la rue parisienne où Louis Vuitton a ouvert son premier magasin en 1854. Aujourd'hui, le sac constitue l'un des modèles les plus emblématiques de la Maison, une création élégante et versatile réalisée en cuir Taurillon pleine fleur.



DE L'AUTRE CÔTÉ DE LA FRONTIÈRE

Hermès a choisi Charleville-Mézières, dans les Ardennes, pour implanter sa vingt-sixième maroquinerie. Le géant du luxe va ouvrir cette nouvelle manufacture spécialisée dans les articles en cuir sur la friche industrielle de trois hectares des usines Deville, à l'abandon depuis 2016. Comme précisé par la marque parisienne, le site, qui sera opérationnel à l'horizon 2027, emploiera à lui seul plus de 260 artisans. Hermès compte déjà deux sites de production ardennais, l'un à Bogny-sur-Meuse, ouvert en 2004, et l'autre à Tournes, inauguré au mois de mai. Avec le lancement de cette usine, qui met en valeur le savoir-faire inestimable de la Maison française, Hermès entend répondre à la forte demande sur ces modèles phares comme le Kelly et Birkin, et plus largement sur l'ensemble des collections de maroquinerie-sellerie.

UN UNIVERS COMBINÉ

Emilie Boland, Miss Luxembourg 2020, dévoile les premières pièces de sa propre marque de mode : Bogère. Sa ligne de prêt-à-porter, accessible à tous en ligne, propose des outfits à la fois chics et décontractés.



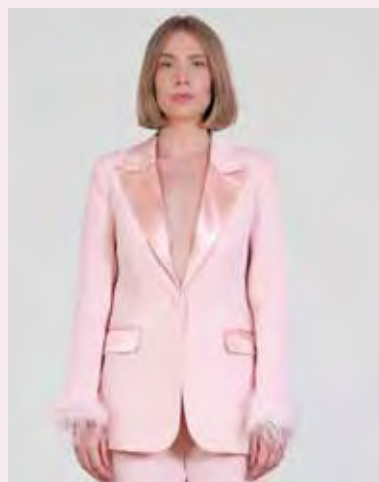
GUARDA BLEU
69,00 €



FUNCHAL BLANC
69,00 €



GUARDA VERT
55,00 €



TAVIRA BLAZER ROSE
128,00 €

Le best seller !



BOGERE KHAI ROSE
133,00 €

BOGERE
Luxembourg

WWW.BOGERE-OFFICIAL.COM



L'ÂGE D'OR



EDORA
COLLIER



ICE WATCH
MONTRE



DINH VAN
BAGUE



MESSIKA

Avec cette sélection de pièces aussi brillantes que délicates, vous vous assurez de taper dans le mille le jour j... Car il est bien vrai qu'un bijou fait toujours plaisir ! Il rappelle des souvenirs, il accessoirise parfaitement un look, il peut être personnalisé. Pour toutes ces raisons, le bijou n'est pas qu'un accessoire mais bien un totem émotionnel.

TEXTE & SÉLECTION : JULIE KIEFFER ET DOROTHÉE DILLENSCHNEIDER



ZAG
BOUCLES D'OREILLES



RALPH LAUREN
BRACELET



LA GARÇONNE
BOUCLES D'OREILLES



ALMASIKA
BOUCLES D'OREILLES



CARTIER
MONTRE



AKILLIS
COLLIER



DIOR
BRACELET



AUORE HAYENNE
BAGUE



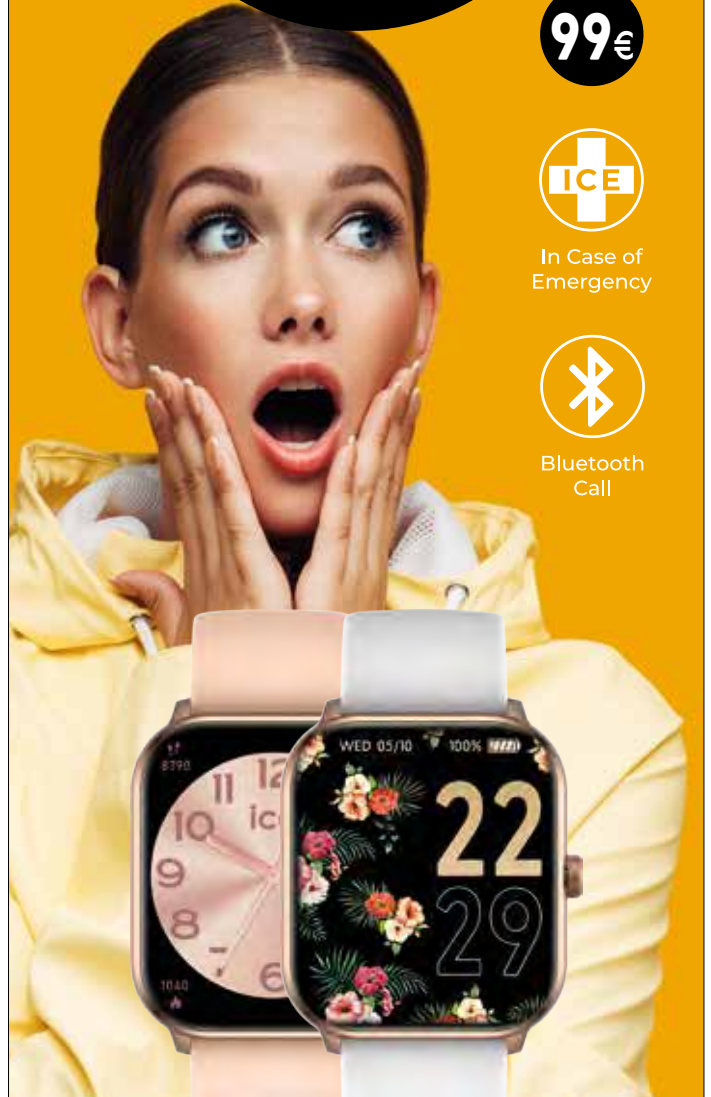
99€



In Case of
Emergency



Bluetooth
Call



**TIME FOR
SMARTWATCH.**

LA GRANDE BLEUE



BOUCHERON
BOUCLES D'OREILLES



WILHELMINA GARCIA
BAGUE



OMEGA
MONTRE



PIAGET

Bleu nuit, bleu roi... À l'approche de la fête des mères mais surtout de l'été, les bijoux se parent de cette teinte irrésistible et vibrante qui évoque la mer et le ciel. Accordés avec des tenues estivales, ils viendront sublimer le poignet et illuminer le visage de vos jolies mamans.

TEXTE & SÉLECTION : JULIE KIEFFER ET DOROTHÉE DILLENSCHNEIDER



AURÉLIE BIDERMANN
COLLIER



PACO RABANNE
BOUCLES D'OREILLES



MIU MIU
BRACELET

Derrière chaque bijou il y a le cadeau idéal.



EDORA

Votre bijoutier horloger.

BE Belle
Etoile

Shopping Center BELLE ETOILE | étage 1
8050 Bertrange, Luxembourg T : 28 99 45 58

Retrouvez l'ensemble de nos bijouteries sur www.edora-bijouterie.fr



SUIVEZ-NOUS SUR LES RÉSEAUX
@edorabijoux / #edorabijoux

Elisabetta Franchi, fondatrice d'

ELISABETTA FRANCHI



Animée par une passion pour la mode depuis son plus jeune âge, Elisabetta Franchi a réussi à se faire un nom dans un milieu qui la faisait rêver enfant. Ses collections aussi chics que féminines célèbrent la force des femmes et font la renommée d'une marque qui a fondé son succès sur un esthétisme terriblement élégant. La créatrice vient d'ouvrir sa première boutique au Luxembourg.

TEXTE : CHARLOTTE KAISER

Quelle a été votre inspiration pour créer votre propre marque de mode et comment l'avez-vous lancée ?

Depuis ma tendre enfance, une passion pour la mode m'anime. Celle-ci a grandi au fil des années et a fini par complètement définir ma vie. J'ai mis toute mon énergie pour réaliser mon rêve : habiller les femmes. J'ai commencé assez simplement, en créant des looks pour mes poupées. Et puis j'ai grandi, avec toujours cette même idée en tête. C'était une évidence. Je n'ai jamais voulu faire un autre métier. Ma seule vocation était de devenir styliste.

Comment définiriez-vous l'esthétique Elisabetta Franchi et comment avez-vous réussi à la rendre si reconnaissable ?

J'imagine des looks très féminins et glamour afin de sublimer la beauté naturelle de toutes les femmes. Lorsque je dessine mes créations, je les visualise toujours sur une femme en mouvement, qui danse. Je ne suis pas seulement une styliste, qui habille, mon but est de magnifier la personne qui porte mes créations, avec toujours cette touche de raffinement. C'est pour cela que j'ai toujours en tête toutes les subtilités du corps de la femme. Avec le temps, une véritable communauté s'est créée autour de la marque. Les femmes qui portent mes créations sont élégantes, sensuelles, gracieuses. Quand je les croise dans la rue, même de loin, je devine cette classe naturelle. J'ai l'impression qu'on ne voit qu'elles.

Comment votre propre style influence-t-il votre travail et votre processus créatif ?

Mon propre style influence à 95% mon processus créatif. Je laisse mon imagination dicter le reste. À mes débuts, je portais la plupart de mes créations. Chaque vêtement, qui sortait de ma tête, prenait vie quand je l'enfilais. Aujourd'hui, la donne a

un peu changé. Je n'ai plus 20 ans (*rires*), je ne peux plus mettre tous les vêtements que je crée ce qui ne m'empêche pas de m'imaginer avec. Car j'habille aussi bien les jeunes filles de 15 ans que les dames plus âgées, l'identité de la marque a évolué.

Partie de rien, vous avez réussi à fonder une marque au succès retentissant. D'où vous vient cette ambition à toute épreuve ?

Je voulais à tout prix que mon rêve, celui de devenir styliste, devienne une réalité. Les gens me font souvent remarquer mon succès actuel. Mais pour y parvenir, la route n'a pas été simple et ils ont tendance à l'oublier. Ma détermination et mon ambition de réussir m'ont toujours guidée. Il y avait aussi ma passion pour la mode et la création qui me stimulait et qui n'a jamais faibli. C'était comme un carburant, il me permettait de me relever même quand les défis étaient compliqués à surmonter. Sans cela, je n'aurais rien pu faire.

Quel a été votre plus grand défi en tant que créatrice de mode et comment avez-vous surmonté ce défi ?

La mode est en perpétuelle évolution, ce qui m'oblige à sans cesse à me réinventer et à me projeter. En réalité, chaque collection est un défi. Car je dois à chaque fois réussir à séduire mes clientes, sans jamais trahir l'identité de la marque. Il faut intégrer toutes les nouvelles tendances.

Lorsque l'on est cheffe d'entreprise, le fait d'être une femme est-il une force ou une faiblesse ?

Cela dépend énormément de la carrière choisie. Quand j'ai commencé, c'était une faiblesse. Je n'étais pas prise au sérieux lorsque je parlais business, surtout par les hommes. Aujourd'hui, cela a complètement changé. Notre légitimité n'est plus questionnée. Le monde est prêt à donner l'importance que les femmes méritent.

Qu'est-ce qui vous passionne en dehors de la mode et comment cela se reflète-t-il dans votre travail créatif ?

J'aime beaucoup la nature, les animaux, lire et passer du temps en famille. Toutes ces activités m'aident à maintenir le cap. J'adore aussi faire du sport.

Vous avez participé à votre première Fashion Week de Milan en présentant votre collection Automne-Hiver 2015, qu'avez-vous ressenti en coulisses ? Est-ce que vous vous attendiez à un tel succès ?

Lors de ma première Fashion Week, à Milan, j'avais le cœur qui battait la chamade. Je pensais que j'allais mourir (*rires*). J'ai énormément profité de ce moment, c'était le début d'Elisabetta Franchi et d'une superbe histoire.

Lorsque j'entreprends quelque chose, je ne le fais pas pour avoir du succès. Je le fais d'abord pour ma satisfaction personnelle. La reconnaissance des autres est un plus, mais ce n'est pas ce qui m'anime.

Les égéries de votre marque ne sont autres que Angelina Jolie, Jessica Alba, Lady Gaga... Comment avez-vous fait pour les séduire ?

C'est une reconnaissance réciproque. Je n'ai pas vraiment eu besoin de les séduire, mes créations l'ont fait pour moi !

Quels sont les projets d'Elisabetta Franchi ?

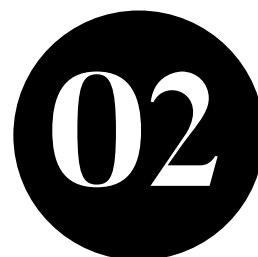
Je suis très fière de mon parcours et de ce que j'ai réussi à construire. La marque compte désormais 104 boutiques en Europe. Mais je souhaiterais conquérir un autre continent : l'Amérique ! ●

La boutique Elisabetta Franchi se trouve au 31 Rue Philippe II à Luxembourg.

MUST-HAVE

SOIN EXPRESS

C'est parti : 5 minutes chrono pour réveiller l'éclat de la peau ! Cette gelée fraîche à l'extrait d'agrumes se masse sur la peau jusqu'à évoluer en huile : une expérience ultra sensorielle grâce à son parfum vitaminé 100 % d'origine naturel. Au contact de l'eau, l'huile se transforme ensuite en lait facile à rincer, qui emporte avec lui toutes les impuretés. Le grain de peau est affiné, la peau est purifiée, comme lissée et visiblement plus nette. **Masque Detox. Prodigieuse Boost. Nuxe.**



INTENSE

Cette Eau de Parfum Intense est un floral ambré contemporain autour de la rose, sublimée de manière surprenante par la force inébranlable de bois sensuels. Soit la dualité parfaite entre la fragilité et la puissance. La fragrance s'ouvre sur des notes aussi fruitées que piquantes des feuilles de cassis. Puis, le bouquet floral célèbre en son cœur l'absolue de Rose Damascena, dans son expression la plus opulente et la plus charnelle. Une mûre juteuse, gourmande et terriblement féminine, renforce cette passion flamboyante. Avant que la sensualité des bois, l'intensité du patchouli et la chaleur de la vanille ne viennent sceller de leurs notes addictives ce moment hors du temps. **Ginza. Shiseido.**

RÉGÉNÉRANT

03



Ce soin renouvelle, renforce et raffermi les couches profondes de la peau grâce à six peptides de pro-collagène. Le puissant mélange de peptides renforce la structure de la peau, la rend plus souple. La formule s'attaque efficacement au vieillissement de la peau. Parallèlement, l'acide hyaluronique hydratant et les acides aminés puissants donnent à la peau un aspect plus ferme et plus vital. Immédiatement après l'application, les ridules sont visiblement réduites. À long terme, ce booster garantit une peau d'apparence plus jeune en réduisant considérablement les rides profondes et grossières. **Pro-Collagene Multi-peptide Booster. Paula's Choice.**

UN PEU DE PEPS



Une nuance poudrée qui rehausse les pommettes, structure et illumine le visage. Une texture aérienne, fine, douce et légère qui fusionne avec la peau et la laisse respirer parfaitement. C'est la touche finale d'un make-up réussi ! Décliné en 8 teintes, le fard à joues pigmenté offre une finition naturelle et une tenue toute la journée. **Fard à joues. T. Leclerc.**

QUATRE SOIN DE NUIT

Ce sérum pour les cheveux est une formule légère qui pénètre instantanément dans la chevelure, offrant 8 heures d'hydratation continue pour des cheveux à la fois régénérés et faciles à coiffer. Créée avec un complexe de superaliments riches en nutriments à base de beurre de mangue, d'huile de noix de coco biologique et d'huile de grenade biologique, la formule crée une couche invisible de nutriments puissants, rétablissant l'hydratation des mèches sèches et cassantes pendant la nuit. **Nutri plenish. Aveda.**



depuis 1847

**MONDORF**
Domaine Thermal

FÊTE DES MÈRES

DIMANCHE 11 JUIN

**OFFREZ-LUI DES MOMENTS DE
BIEN-ÊTRE ET DE DOUCEUR**

A MONDORF, c'est tout un monde de détente qui s'offre à elle :
piscine d'eau thermale, massage, nuitée 4 étoiles... ou encore notre
forfait spécial « Divine Maman ».

**CADEAUX
POUR ELLE**

À partir de

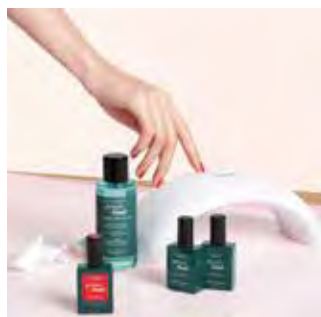
26€

Retrouvez toutes nos offres sur
mondorf.lu

On a testé
pour vous

MANUCURIST

KIT PRO GREEN FLASH



Marque française clean et responsable, Manucurist propose des cosmétiques aussi bons pour le moral que pour la santé, fabriqués avec des ingrédients les plus naturels possible. La griffe a mis au point un kit, Green Flash, regroupant tout le nécessaire pour une pose de vernis semi-permanent facile, brillante et durable jusqu'à 10 jours. Non sensibilisant et véritable alternative aux semi-permanents traditionnels, le vernis Green flash s'applique en 30 minutes et se retire comme un vernis, en une minute chrono.

**JEU CONCOURS !
LE KIT PRO GREEN FLASH
DE MANUCURIST EST À
GAGNER SUR INSTAGRAM :**



ALKILDA DICI

Les plus

Le kit Green Flash est assez pratique et permet de réaliser une manucure en seulement 30 minutes, tout en préservant la santé de vos ongles. Composés à 84% d'ingrédients bio-sourcés, les produits sont clean et cela fait toute la différence ! Ils se retirent facilement comme des vernis classiques.

Les moins

Malheureusement, le vernis s'écaille bien trop vite et tient moins longtemps qu'un vernis semi-permanent traditionnel.



ALISSIA LEJEUNE

Les plus

Il n'est pas question de comparer ce produit avec un vernis semi-permanent. L'incontestable atout de ces vernis, c'est leur côté naturel : le respect de la nature tout autant que de la santé. Pour l'appliquer, il convient de suivre scrupuleusement les instructions. Résultat vous avez un vernis impeccable qui tient, pour les plus exigeantes 5 jours, pour les autres 8 jours. Le retirer est un jeu d'enfant, c'est encore plus facile qu'avec un vernis standard coloré, il ne laisse aucune trace.

Les moins

RAS



JULIE KIEFFER

Les plus

Le kit Green Flash de Manucurist offre une alternative parfaite entre le semi-permanent et le vernis. Son retrait facile en 1 minute avec un dissolvant doux sans acétone est un énorme avantage et sa composition « clean at home » est une belle innovation.

Les moins

La pose prend plus de temps que prévu en raison du temps de séchage sous la lampe. La tenue est moins longue qu'un vernis semi-permanent, mais il faut garder à l'esprit la composition clean du produit. Ne soyons pas trop exigeantes !



DOROTHÉE DILLENSCHNEIDER

Les plus

Le packaging du kit est vraiment beau et soigné. Le vernis, clean, est en effet une alternative plus saine que le semi-permanent à la composition parfois douteuse. De plus, il s'enlève beaucoup plus rapidement.

Les moins

Le temps de catalyse est plus long et il tient moins longtemps qu'un vernis semi-permanent.

INSTITUT DE BEAUTÉ - CENTRE AMINCISSANT

CRYOLIPOLYSE



S'appuyant sur une expérience de plus de 20 ans dans le domaine de la beauté, Nathalie Muller et son équipe, toujours à l'écoute de vos besoins, vous offre une expérience bien-être unique. Possédant des appareils de dernière génération et des soins de haute qualité, : **cryothérapie, radiofréquence, Emsculpting, madérothérapie, etc.** L'institut vous promet un moment hors du temps.

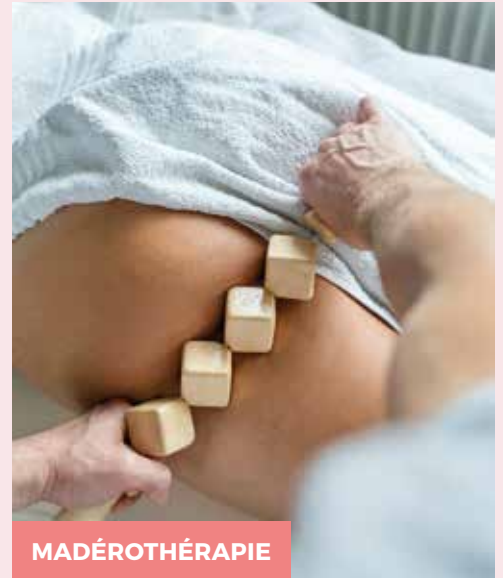


PRÉPARER VOTRE CORPS POUR L'ÉTÉ AVEC DETOXBODY !

Traitement lipolaser combiné à un massage par andulation, la DETOXBODY est une méthode révolutionnaire pour se débarrasser facilement de votre excès de graisse aux endroits où elle s'avère difficile à perdre.



RADIOFRÉQUENCE



MADÉROTHÉRAPIE

Institut Nathalie Muller

15 Av. de la Libération, L-3850 Schiffange | Tél. : 26 53 24 38

Horaires d'ouverture

Lundi - Vendredi : 09h-19h30 | Samedi : 09h-14h

WWW.NATHALIEMULLER.LU



Francis Kurkdjian, cofondateur de

MAISON FRANCIS KURKDJIAN



À l'origine d'emblématiques parfums comme Le Male de Jean Paul Gaultier ou encore Eau Noire de Dior, Francis Kurkdjian est un des créateurs les plus audacieux de sa génération. Toujours aussi insatiable qu'à ses débuts, il partage son temps entre deux maisons : la sienne et Dior. Francis Kurkdjian nous livre, avec beaucoup d'humilité, ses inspirations, sa vision de la création et toutes les subtilités que renferment le quatrième et tout nouvel opus de sa collection, Aqua Cologne forte. Pour sa sortie, Smets accueillera un pop-up spécial, au flagship de Strassen.

TEXTE : CHARLOTTE KAISER | PORTRAIT : FRANÇOIS ROELANTS

Après avoir travaillé pendant plusieurs années pour d'autres marques, vous avez finalement fondé votre propre Maison, avec Marc Chaya. Qu'est-ce qui a motivé ce choix ?

Tout d'abord, petite précision, je n'ai pas finalement créé ma Maison. Rien dans ma carrière n'a été programmé. J'ai toujours suivi mon instinct, guidé par un seul sentiment : celui de bien faire les choses, et pour les faire bien, il faut se sentir libre. Ainsi, la création de Maison Francis Kurkdjian s'inscrit dans la logique d'une carrière débutée il y a plus de 25 ans, sachant que j'avais déjà exprimé ce besoin de liberté en ouvrant mon atelier de création de parfums sur mesure dès 2001. La Maison, cofondée en 2009 avec Marc Chaya, son président, porte mon nom car nous avons tous deux la volonté de mettre sous les projecteurs l'acte de création du parfum et, donc, son créateur. L'univers olfactif de Maison Francis Kurkdjian va au-delà des conventions. J'ai une totale liberté de créer et de tenir des partis pris artistiques et olfactifs forts.

“
Je dis souvent que c'est la parfumerie qui m'a choisi
”

Je souhaite ancrer le parfum dans mon époque tout en conservant l'exigence de la tradition qui a fait la renommée de l'École Française de Haute parfumerie : la qualité sans concession, le sens du détail qui donne au produit une valeur incomparable.

Comment a émergé votre volonté de travailler dans la parfumerie ?

Je dis souvent que c'est la parfumerie qui m'a choisi. J'étais certes jeune, 14 ans, mais j'ai eu soudainement cette certitude. J'avais tenté d'autres voies qui n'avaient

pas abouti mais grâce à un article de presse sur le métier de parfumeur tout s'est révélé à moi. Ce fut presque comme une délivrance car c'est devenu une évidence. Je serai parfumeur, créateur ou compositeur de parfum. Je ne me suis plus jamais questionné sur ce choix, cela ne m'a plus jamais quitté, comme si c'était écrit.

Vous travaillez en parallèle en tant que directeur de la création parfum Dior, est-ce que vous arrivez encore à vous dégager du temps pour vous ? Comment jonglez-vous avec les identités des deux maisons ?

C'est quoi avoir du temps pour soi ? Et pour quoi faire finalement ? Mes journées sont rythmées mais riches de rencontres, d'envies, d'accomplissements. Entre Dior et ma Maison, mon univers créatif et intellectuel est large. Bien avant cette situation exceptionnelle dans le domaine du parfum, j'ai travaillé pour plusieurs maisons à la fois toute ma carrière. Aujourd'hui, je partage mon temps entre deux Maisons. Ce n'est pas plus difficile, loin de là ! Je dirais que c'est presque plus facile sur beaucoup d'aspects.

Vous avez signé des bombes olfactives comme Le Male de Jean Paul Gaultier ou encore Eau Noire de Dior, qu'est-ce qui vous inspire au quotidien ?

Il y a deux « moi ». Celui de la Maison Francis Kurkdjian et celui de Dior. Pour ma Maison, j'ai envie de parler de ce que je vois, d'aujourd'hui, de maintenant et de demain, d'ancrer le parfum dans ce XXI^e siècle plein de contradictions, de révolution, de changements... De manière plus concrète, tout ce qui m'étonne, parle à mon imaginaire ou provoque une émotion, ou m'amuse même, peut être une source d'inspiration et me donne envie de partager. Les savoir-faire artisanaux, la danse, l'art classique, moderne et contemporain, la littérature, les codes de la Haute Couture, mais surtout notre style de vie et mon

ressenti de l'époque actuelle m'inspirent beaucoup aussi. La culture en général, car j'estime que cela élève l'être humain, apporte du rêve, nous sort du quotidien. C'est ma mission. Donc j'essaie toujours de trouver une idée qui puisse avoir une résonance universelle, qui puisse être comprise par toutes et tous, selon leurs propres sentiments.

“
J'essaie toujours de trouver une idée qui puisse avoir une résonance universelle
”

Comment crée-t-on un classique de la parfumerie ?

Je crois que tout le monde cherche la formule magique. C'est le Graal ! À mon sens, un parfum classique doit avoir des qualités techniques et artistiques - sillage et signature - qui lui permettent de devenir dans un premier temps un best-seller mais aussi un tournant. Si son influence sur le marché persiste, il deviendra un chef de file et créera une lignée. Il est nécessaire également que la marque qui le porte fasse le travail nécessaire pour que le parfum ne « vieillisse » pas : c'est-à-dire donner le sentiment au consommateur qu'il est toujours d'actualité, année après année, décennie après décennie. À ce stade, c'est plus un travail marketing qui permet à la note de traverser les époques.

La ligne Cologne forte est largement inspirée des bienfaits de l'eau de Cologne. Comment décririez-vous la différence entre une eau de Cologne traditionnelle et une Cologne forte ?

Créée à l'origine en Italie par Jean Marie Farina, l'eau de Cologne est finalement devenue un nom générique pour décrire un

type olfactif. À sa création au XVII^e siècle, elle était composée uniquement d'ingrédients naturels, principalement de notes de citron, de bergamote et d'orange, de fleur d'oranger et de notes herbacées telles que le thym, le romarin et la lavande. L'eau de Cologne traditionnelle est devenue depuis un thème classique de la parfumerie. Son renom repose sur la simplicité de son expression et de son minimalisme. De fait, l'eau de Cologne a un attrait universel. À son origine, elle pouvait même être ingérée pour prévenir certaines maladies. La fraîcheur était donc émotionnellement et physiquement liée à la propreté. Elle était destinée à vous faire sentir bien, spirituellement et physiquement ; en plus de sentir bon. L'eau de Cologne n'a donc pas de tenue ni de sillage. Une Cologne forte, concentration créée par Maison Francis Kurkdjian, a, quant à elle, la fraîcheur de l'eau de Cologne et la tenue d'une eau de parfum. C'est donc un schéma classique réinventé, revisité et modernisé. La durée du sillage, trait distinctif de mes créations, permet de les qualifier d'eaux de parfum.



“
Aqua Media incarne cette sensation d'équilibre et d'harmonie
 ”

Le quatrième et nouvel opus de cette collection se nomme Aqua Media. Pouvez-vous nous le décrire ?

Dans la suite logique de la Collection des Cologne forte, cette quatrième eau de parfum porte également un nom latin : Aqua Media. Et comme pour chaque Cologne forte, je lui ai octroyé une couleur, le vert. C'est la couleur médiane de l'arc-en-ciel, ce phénomène qui jaillit de la rencontre de l'eau et de la lumière, deux éléments clés de la Collection Cologne forte.

Aqua Media, que l'on pourrait traduire par « l'eau du milieu », incarne cette sensation d'équilibre et d'harmonie. Elle ouvre une fenêtre sur un paysage verdoyant à la fraîcheur éternelle, comme un jardin caché, où coule une eau vive mais sereine. Je voulais que cette fragrance transmette la joie, de la vitalité et du bonheur à celui ou celle qui le porte.

Comment avez-vous procédé pour réaliser Aqua Media ? Qu'est-ce qui vous a amené à jeter votre dévolu vers des notes de verveine et de fenouil ? Comment les associez-vous pour créer une fragrance équilibrée ?

Aqua Media Cologne forte est une pièce totalement inédite au sein du vestiaire olfactif de la Maison. J'ai voulu mettre en lumière des facettes que j'affectionne particulièrement : les notes acidulées et anisées, presque appétissantes ! L'une de mes inspirations vient de mon rituel du matin : je prépare une infusion de feuilles de ver-

veine qui me sert ensuite à préparer mon thé Matcha. Cette idée m'est venue pendant que j'attendais que l'eau bouillante ne refroidisse et atteigne la bonne température. J'ai alors eu l'idée de faire une infusion de verveine puis d'utiliser cette eau parfumée pour préparer mon thé vert. Cette expérience m'a guidé pour cette nouvelle Aqua.

Puis, après le temps de l'inspiration, vient celui de la création. J'ai gardé en note de tête l'essence de bergamote d'Italie, ingrédient fil rouge de cette Collection, pour l'accompagner d'hédione, molécule aérienne et lumineuse, en accord parfait pour donner du souffle au fenouil doux. Celui-ci se trouve au cœur de cette composition, en duo avec la verveine, deux notes très vertes et aromatiques. Je les ai soutenues en fond avec des muscs boisés pour accentuer la sensualité du sillage et ai ajouté une pointe de patchouli pour donner du volume et renforcer l'impression de fraîcheur. Cela donne une facette mousse verte, électrique et presque effervescente. ●

T.HAIR

BARBIER
COIFFEUR
ESPACE BEAUTÉ
BOUTIQUE CADEAUX

VOUS CHERCHEZ LE CADEAU PARFAIT POUR LA FÊTE DES MÈRES ?

Offrez-lui une expérience
beauté avec nos prestations
de couleur et de mèches.
Chouchoutez la avec une
parenthèse de détente et de
bien-être dans notre salon.

REMISE
EXCEPTIONNELLE
DE 20%*

MERCREDI 7
JEUDI 8 JUIN

* Remise valable uniquement
sur les couleurs et mèches

©L'ORÉAL PROFESSIONNEL



VOUS MANQUEZ D'INSPIRATION ? OFFREZ UN BON CADEAU VALABLE POUR TOUTES
LES PRESTATIONS ESTHÉTIQUES, COIFFURE ET DANS NOTRE ESPACE BOUTIQUE.

**Réservez dès maintenant pour faire
de cette journée un moment inoubliable !**

Retrouvez l'intégralité de nos services ainsi que
notre boutique en ligne sur notre site internet.

WWW.T-HAIR.COM

Salon Belle Étoile : Tél. : 26 31 01 70
Salon City Concorde : Tél. : 26 44 04 37


CITY CONCORDE
LIFESTYLE CENTER

BE Belle
Etoile
SHOPPING CENTER



GIORGIO ARMANI
MY WAY PARFUM

PARFUMS : LES MYSTÈRES DE NOTRE NEZ

Complexe et subtil, l'odorat est l'un de nos sens les plus puissants. Grâce à notre nez, nous pouvons détecter jusqu'à 1000 milliards d'odeurs. Certaines nous cueillent par surprise et nous transportent dans un lieu ou nous rappellent un souvenir que l'on croyait oublié, d'autres nous indiquent un danger ou provoquent en nous un certain dégoût.

TEXTE : CHARLOTTE KAISER

Si vous deviez choisir entre Angel de Thierry Mugler ou Nina de Nina Ricci, quel serait votre choix ? Peu importe votre option, l'aversion pour l'un ou l'autre de ces parfums vous semble parfaitement évidente. Mais finalement, pourquoi détestons nous un parfum ou au contraire, pourquoi l'aimons-nous ?

Au-delà des parfums créés en laboratoire par les nez de grandes maisons, nous avons tous des préférences olfactives très diverses. Il y a ceux qui adorent l'odeur de l'essence et ceux qui en ont horreur. Il va sans dire que nous sentons, quotidiennement, des centaines d'odeurs, parfois même de manière totalement inconsciente. L'odorat fait partie intégrante de notre vie, et ce dès les premières secondes de notre existence, jusqu'à nos derniers instants de la vie. C'est à l'odeur que le nourrisson se dirige vers le sein de sa mère pour téter la première fois. « Le système olfactif est assez développé à la naissance, ce qui veut dire que l'on perçoit et mémorise les odeurs très tôt dans le développement.

Il y a des recherches qui montrent que nous allons enregistrer, qu'on le veuille ou non, une odeur associée à une stimulation. Cette mémoire précoce est très ancrée et persiste très longtemps », note Sylvie Chokron, neuropsychologue et

chercheuse française au Centre national de la recherche scientifique (CNRS).

QUE SE PASSE-T-IL DANS NOTRE CERVEAU ?

Lorsque nous percevons une odeur, constituée de centaines de composants, celle-ci se dirige jusqu'à nos muqueuses olfactives, qui tapissent chaque cavité nasale. Le passage de ces molécules odorantes va entraîner une cascade de mécanismes neuronaux. Nos muqueuses sont en réalité dotées de récepteurs, de protéines, et de cellules nerveuses (neurones) capables de transformer le message chimique en influx nerveux interprétable par le cerveau. Les neurones sont équipés, à leur extrémité, de récepteurs olfactifs qui vont « capter » les informations reçues. Concrètement, quand nous sentons une odeur, nos cellules vont réceptionner et émettre un signal chimique. Ces informations émises par les neurones vont d'abord être reçues par le bulbe olfactif qui va traiter l'information et construire une carte d'identité pour chaque molécule odorante. Cette carte d'identité va ensuite être envoyée, par les neurones du bulbe olfactif, vers les zones du cerveau impliquées dans la perception sensorielle. « Nous avons une région spécifique dans notre cerveau qui va traiter ces informations olfactives. Cette zone va

s'activer à l'arrivée du signal olfactif, ce qui va nous permettre de reconnaître cette odeur puis de lui accorder une valence agréable ou désagréable », détaille Sylvie Chokron, auteure de l'ouvrage *Une journée dans le cerveau d'Anna*, aux éditions Eyrolles.

“
Il y a une forme
d'éducation sensorielle,
liée aux stimulations de
l'environnement, propre
à chacun d'entre nous
”

DES PERCEPTIONS DIFFÉRENTES

La perception des odeurs reste un processus complexe qui dépend de nombreux facteurs. Tout le monde ne sent pas les fragrances de la même façon. « Comme pour la vision, l'audition et les autres perceptions, chaque cerveau est unique et nos perceptions dépendent de ce que l'on a appris à percevoir. Il y a une forme d'éducation sensorielle, liée aux stimulations de l'environnement, propre

à chacun d'entre nous », détaille Sylvie Chokron. Cette différence de perception dépend de notre patrimoine génétique mais aussi et surtout de notre expérience, culture et éducation. « Par exemple, un habitant de la campagne va percevoir certaines nuances de vert et les Indiens qui vivent en Amazonie, dans la forêt, perçoivent un bien plus grand nombre de nuances de vert que nous. Ils ont une autre expérience que la nôtre, et cela est tout aussi vrai pour les odeurs », poursuit la neuropsychologue. Nos capacités olfactives évoluent aussi en fonction de notre âge. Nous n'allons pas sentir le parfum de rose de la même façon à 75 ans qu'à 5 ans. « Il existe aussi des facteurs internes. Plusieurs chercheurs et chercheuses se sont intéressés aux récepteurs, nichés dans la voûte de notre cavité nasale, et ils se sont rendu compte que tous les êtres humains n'étaient pas dotés des mêmes récepteurs », explique Roxane Bartoletti, doctorante en psychologie cognitive et expérimentale à l'Université Côte d'Azur.

VOYAGE DANS LE TEMPS

À l'image de Proust et sa madeleine, certaines odeurs ravivent en nous des souvenirs oubliés. Elles peuvent subitement nous transporter en arrière, parfois de plusieurs années, et faire ressurgir des moments passés. L'odeur de la colle nous rappelle soudainement notre salle de classe en école primaire, l'odeur de pin, celui d'une maison de vacances. Il y a aussi les parfums qui « sentent » nos proches. La mémoire olfactive est complexe et terriblement puissante. En réalité, la région cérébrale qui code les odeurs dans le cerveau jouxte des régions qui sont impliquées dans la mémoire, c'est pour cela que les odeurs sont très associées à nos souvenirs anciens. « Olfaction et mémoire entretiennent des liens très solides. Dans certains cas, l'odeur va permettre la reviviscence de certains souvenirs et provoquer des réminiscences émotionnelles liées à des



LANCÔME
IDÔLE NECTAR EAU DE PARFUM

moments passés. C'est la composante émotionnelle de l'odeur qui permet ce voyage dans le temps », ajoute Roxane Bartoletti, doctorante en psychologie cognitive et expérimentale, qui s'attache à expliquer l'influence de la musique et des odeurs sur la cognition humaine.

UN SENS EN ÉVEIL

Évocateurs de souvenirs, les parfums peuvent eux aussi être des bombes olfactives renfermant quelques-unes de nos émotions. « Nous sommes capables d'associer certaines odeurs à une valence émotionnelle. Les parfumeurs essaient de mettre dans un parfum des fragrances qui sont associées au plaisir, au bonheur, à la légèreté », souligne Sylvie Chokron. En réalité, notre odorat joue un rôle

important non seulement dans l'évocation de souvenirs, mais il guide aussi notre attirance ou notre aversion envers des personnes ou des situations, même sans que nous en soyons conscients. « Nous savons que nous avons la possibilité de traiter des informations olfactives complètement à notre insu », explique Sylvie Chokron. « Nous sommes en mesure de percevoir le contenu chimique précis associé à un certain sentiment. Si quelqu'un s'approche de vous, apeuré, et qu'il transpire, vous comprenez à votre insu qu'il faut s'éloigner de lui puisqu'il existe un danger. Comme les animaux, nous sommes capables de coder les odeurs que dégagent d'autres êtres », ajoute la chercheuse. Sens essentiel au quotidien, l'odorat surprend par sa puissance et n'a pas fini de nous étonner ! ●

Coup de cœur de la rédaction



CHANEL
CHANCE



L'ARTISAN PARFUMEUR
CEDRAT CERUSE



NUXE
PRODIGIEUX® NÉROLI



ZADIG & VOLTAIRE
THIS IS HER! UNDRESSED



GIVENCHY
IRRÉSISTIBLE GIVENCHY



INSTITUT ROYAL

Michèle Wagner

**LES SOINS D'AMINCISSEMENT
ET DES SÉANCES DE PERSONAL TRAINING
POUR VOTRE BIEN-ÊTRE.**



Découvrez l'Institut Royal de Michèle Wagner, votre nouveau rendez-vous bien-être au cœur de la ville. Notre équipe propose une gamme de services d'amincissement et de bien-être pour répondre à vos besoins, tels que la **LPG Endermologie** pour le corps et le visage, des bandages froids, une analyse de MetaCheck, des massages sportifs et des sessions avec un coach personnel.

Rejoignez-nous pour une transformation complète grâce à nos soins d'amincissement et séances de personal training adaptées à votre profil.

Le plus : Libérez-vous du stress grâce à nos séances de réflexologie.

INSTITUT ROYAL MICHÈLE WAGNER

49 Boulevard Royal, L-2449 Luxembourg

Tél. : 621 149 149





AXELLE DELHAYE

MÉNOPAUSE : COMMENT PASSER LE CAP SEREINEMENT ?

Étape naturelle et inévitable dans la vie de chaque femme, la ménopause est pourtant encore régie par de nombreux tabous. Cette perturbation hormonale engendre de nombreux troubles tant physiques que psychologiques, pas toujours faciles à vivre, que les femmes concernées ont tendance à cacher.

TEXTE : CHARLOTTE KAISER

La ménopause est un phénomène naturel, définie par la cessation d'activité des ovaires et la disparition des règles, depuis au moins un an. « Elle survient en moyenne à l'âge de 50 ans. Elle peut être précédée par la préménopause qui est caractérisée par une irrégularité des cycles, qui débute vers 45 ans », note Antuaneta Tudorescu, médecin spécialiste en endocrinologie et diabétologie.

LA MÉNOPAUSE : QU'EST-CE QUE C'EST ?

La préménopause indique les premiers changements corporels qui accompagnent les fluctuations hormonales. Ces changements se caractérisent principalement par une baisse des niveaux d'œstrogènes et de progestérone. Cette diminution a des conséquences directes sur le cycle menstruel qui commence à montrer des signes de perturbation.

L'ovulation devient ainsi plus irrégulière. Au fur et à mesure que la préménopause progresse, la production de ces hormones diminue petit à petit, atteignant finalement des niveaux très bas. « La ménopause signe l'arrêt des sécrétions hormonales par épuisement du stock en follicules. En période d'activité génitale, les femmes sécrètent des œstrogènes et de la progestérone

après chaque ovulation. À partir du moment où les follicules disparaissent totalement, il n'y a plus aucune sécrétion hormonale, c'est le début de la ménopause », détaille le docteur Brigitte Raccah-Tebeka, gynécologue-endocrinologue.

“

Certaines femmes voient ce changement hormonal comme une véritable libération

”

BOUFFÉES DE CHALEUR ET AUTRES TROUBLES

La baisse de ces deux hormones reproductrices, les œstrogènes et la progestérone, va conduire à tout un tas de troubles néfastes tant sur le plan physique que psychologique. La ménopause est associée dans 50 à 70 % à un syndrome climatérique qui se traduit notamment par des bouffées de chaleur, des sueurs nocturnes, des douleurs articulaires. « Selon les femmes, l'intensité et la fréquence de ces troubles varient. Aucun indicateur ne nous permet de savoir comment une patiente va vivre sa ménopause. Il y a certaines femmes qui

voient ce changement hormonal comme une véritable libération puisqu'il signe l'arrêt des règles et de la contraception », explique le docteur Brigitte Raccah-Tebeka. La carence hormonale suscitée par la ménopause provoque, dans certains cas, une sécheresse vaginale et des soucis urinaires (sensation d'incontinence et risque d'infections accrues). « À la ménopause, les muqueuses ne sont plus nourries par les œstrogènes. Celles-ci vont commencer à s'assécher et à s'affiner. Cette sécheresse vaginale peut occasionner des douleurs pendant les rapports sexuels », précise la gynécologue-endocrinologue. Sur le plus long terme, le déficit en œstrogènes va avoir un impact sur l'état et la minéralisation des os. Ils deviennent plus fragiles et le risque de fractures augmente.

BROUILLARD CÉRÉBRAL

« Lorsque la femme est ménopausée, la chute soudaine de certaines hormones provoque un déséquilibre psychologique majeur avec des troubles du sommeil, un moral en berne et une fatigue importante. Les femmes concernées sont également plus irritables et davantage stressées », souligne le docteur Térésa Créa, chef du service d'endocrinologie, diabétologie et nutrition du CHR Metz-Thionville.

Cette perturbation hormonale peut également chambouler notre pilosité et causer l'apparition de poils indésirables au visage. Notre peau subit également quelques changements et devient plus fragile. Elle se dessèche et laisse apparaître rides et autres tâches de vieillesse. « Ces changements physiques, liés à l'apparence, vont également entraîner un mal-être important », poursuit le docteur Térésa Créa. Bien souvent, le début de la ménopause est associé à une prise de poids. Car le changement hormonal va entraîner une nouvelle répartition des graisses. Au lieu de se loger dans les cuisses et les hanches comme auparavant, elles vont se diriger davantage vers le ventre.

“

La ménopause va entraîner une nouvelle répartition des graisses

”

OSER EN PARLER

Lorsque les troubles affectent trop le quotidien, il faut en parler à son médecin généraliste ou son gynécologue. Se faire accompagner pour vivre cette période au mieux essentiel. Il est tout aussi important de s'informer, avant même le début des symptômes. « Notre rôle, en tant que médecin et gynécologue, est d'essayer de dédramatiser au maximum cette période inéluctable dans la vie d'une femme. Nous avons des solutions thérapeutiques pour aider les patientes et ce, à chaque étape », rassure le docteur Brigitte Raccah-Tebeka. Les différentes options de traitement vont venir soulager les symptômes climatiques pour que les personnes concernées vivent sereinement leur ménopause. « S'il n'y a pas de contre-indications,



par exemple des antécédents de cancer, je suis favorable à un traitement hormonal d'une durée assez courte », confirme Antuaneta Tudorescu, médecin spécialiste en endocrinologie et diabétologie. Le traitement hormonal reste la solution la plus efficace pour traiter les troubles liés à la ménopause.

Celui-ci doit être prescrit après un bilan médical complet et doit être justement dosé. Un suivi médical, tout au long du traitement, est donc indispensable.

LES BIENFAITS DU SPORT

Aborder avec sérénité l'arrivée de la ménopause va permettre de mieux appréhender les troubles liés à ce changement hormonal. Il faut continuer à faire des activités qui nous font du bien et surtout, prendre du temps pour soi. « Les femmes sont en charge de leur ménopause. Voir cette étape de la vie avec optimisme est une force. Je crois aussi beaucoup en l'émulation entre amies,

il faut oser en parler avec son entourage pour ne pas se sentir seules et trouver quelques conseils », conclut Brigitte Raccah-Tebeka. Une bonne hygiène alimentaire couplée à une activité physique régulière permet d'atténuer les symptômes de la ménopause. Marche rapide ou lente, natation, danse, yoga choisissez une séance qui vous permet de vous dépenser, mais surtout de passer du bon temps. Les exercices de sophrologie ou d'hypnose peuvent aussi vous accompagner et vous aider à passer le cap de la ménopause, en toute sérénité. ●

“

Notre rôle est d'essayer de dédramatiser au maximum cette période

”



BSB Innovation Award
WINNER

System Digital De-Stress

La dernière innovation de Börlind,
ROSE NATURE,
une série de soins contre le vieillissement
précoce de la peau dû au stress
et à l'exposition à la lumière bleue.

*Découvrez
toute la gamme
de produits*

**ANNEMARIE
BÖRLIND**
NATURAL BEAUTY

en exclusivité chez

NATURATA
Beauty & Culture

NATURATA

beauty
& culture

MUNSBACH • 13, rue Gabriel Lippmann • L-5365 Munsbach
MERL • 486A, route de Longwy • L-1940 Luxembourg

Lu-Ve: 8:00 - 19:00 Uhr • Sa: 8:00 - 18:00 Uhr

News HEALTHY

JEÛNE INTERMITTENT, MIRACLE OU MIRAGE ?

TEXTE : LISA BEYS

16/8, C'EST QUOI ?



La forme la plus populaire de jeûne intermittent est le régime « 16/8 » : on mange de manière normale pendant huit heures, tout en jeûnant les seize heures restantes. L'idée est de donner à l'organisme le temps et l'énergie nécessaires pour se réparer et retrouver un équilibre métabolique, tout en perdant du poids. En pratique, on saute donc un repas (petit déjeuner ou repas du soir). Il faut consommer des aliments variés, équilibrés, et boire beaucoup d'eau pour rester hydraté.

FASTING, LA MÉTHODE VENUE DES US

Le jeûne est une pratique ancestrale dans de nombreuses cultures. Aujourd'hui, beaucoup l'adoptent pour des raisons non religieuses ! Le « fasting » ou jeûne intermittent, fait des émules chez les stars d'Hollywood : en haut de la liste de ses fans, Beyoncé, Kourtney Kardashian ou encore Jennifer Lopez. Popularisée sur Tik Tok comme la nouvelle méthode miracle pour perdre du poids, le concept s'exporte partout dans le monde. Le principe ? Alternier période de jeûne et période de repas dans une même journée.

RÉDUIRE LES INFLAMMATIONS

De nombreuses études médicales ont montré que le jeûne intermittent pouvait améliorer la résistance à l'insuline, réduire le risque de maladies cardiaques et de diabète de type 2, et améliorer la fonction cérébrale. Cette méthode peut également réduire les inflammations, souvent à l'origine de nombreuses maladies chroniques.



Une perte de poids durable

Les avantages du jeûne intermittent sont nombreux : il permettrait de perdre du poids efficacement et durablement. En effet, le corps utilise les graisses stockées dans les réserves pour produire l'énergie nécessaire à son fonctionnement pendant la période de jeûne. Cette méthode permet également de limiter la production d'insuline, responsable de la prise de poids, et de favoriser la production d'hormones de croissance, qui jouent un rôle important dans la lutte contre la fatigue et le vieillissement.



ATTENTION, TCA !

Une étude parue en décembre 2022 dans la revue scientifique *Eating Behaviors* a démontré que le jeûne intermittent serait lié à des TCA (troubles des conduites alimentaires). En analysant les données de plus de 2 700 adolescents et jeunes adultes canadiens, les scientifiques ont noté chez les sujets une frénésie alimentaire (« binge eating »), des comportements compensatoires (vomissements, exercice compulsif).

58,1%

58,1 % des Luxembourgeois sont en surpoids, derrière les allemands (60 %), devant les belges (51 %) et les français (49 %). Source : Rapport de l'Organisation de coopération et de développement économique (OCDE), 2017.

L'ESSENTIEL, UN RAPPORT SAIN AVEC LA NOURRITURE

Le jeûne ne convient pas à tout le monde ! Il est recommandé de consulter un professionnel de la santé avant de se lancer. Cette méthode est par ailleurs déconseillée aux femmes enceintes ou allaitantes, aux personnes souffrant de troubles alimentaires ou ayant un système immunitaire affaibli, ainsi qu'aux personnes atteintes de maladies chroniques. Quand le rapport à la nourriture est dérégulé, il est essentiel de trouver un professionnel de santé proposant un accompagnement non restrictif et qui replace l'individu au cœur du processus. Une alimentation saine et équilibrée, associée à l'exercice régulier, reste la clé d'une santé optimale !



Littérature

TEXTE : NATHALIE MARCHAL

Quel livre lire en ce moment ? Voici une sélection d'ouvrages à ne pas rater et à dévorer sans modération.

Les Amants de Casablanca de Tahar Ben Jelloun



Ils sont tous deux marocains et se sont rencontrés en France au cours de leurs études. Après 10 ans de mariage et une vie bourgeoise bien installée à Casablanca où il est pédiatre tandis qu'elle dirige une pharmacie, elle fait la rencontre d'un homme à la réputation sulfureuse et demande le divorce. Entre culture traditionnelle et libéralisation des

mœurs, société patriarcale et émancipation de la femme marocaine, le lecteur est plongé dans une histoire d'amour contemporaine. À travers l'auscultation à deux voix de la vie d'un couple et de l'aventure du mariage, de la force et de l'ambivalence du désir et de la faculté de l'être humain de vivre dans ses contradictions, ce roman représente aussi un éloquent voyage au Maroc, de Casablanca à Fès et à Tanger, bercé par l'évocation des musiques que Tahar Ben Jelloun aime et associe à son dernier récit.

🕒 Éditions Gallimard, 2023

Les Extraordinaires de Julien Sandrel



Pouvoir regarder au-delà des apparences, respecter les rêves - et en particulier les rêves d'enfant -, et rester libre dans sa tête tout en n'occultant pas les douleurs de la vie : voilà quelques-uns des messages que l'on retiendra de ce roman feelgood très bien documenté qui mêle émotion et suspense avec beaucoup de cohérence. Au travers de folles aventures où l'entraide,

l'espoir et le courage saisissent le lecteur au cœur, c'est à un changement de vie que l'on assiste avec Anna, médecin généraliste, qui rêvait, lorsqu'elle était petite fille, de devenir astronaute. À près de 50 ans, pour son anniversaire, ses proches l'ont inscrite au concours de l'Agence spatiale européenne. S'ensuit un récit truffé de rebondissements où l'on découvre des personnages très attachants, bien différents de ce que l'on pensait. On en ressort très positivement interpellé et touché.

🕒 Éditions Calmann Levy, 2023



Le Défi de Jérusalem de Eric-Emmanuel Schmitt

Retour aux sources avec ce voyage initiatique d'un mois en Terre sainte, où l'auteur - sur invitation du Pape François qui dédie une postface à l'ouvrage -, approfondit la rencontre intime de sa spiritualité. Un récit de pèlerinage contemporain, comme un carnet de voyage lorsque l'on abandonne ses zones de confort et que l'on s'éloigne de ses points de repère. C'est l'acceptation d'une expérience saisie sur le vif, confrontée à la lecture des Écritures et à la volonté de comprendre les mécanismes qui conduisent à la foi. Une comparaison aussi avec la démarche d'un athée, qu'il fut lui-même. Un périple d'humilité empreint de recul et de profondeur, à la découverte des lieux que Jésus Christ a habités entre Nazareth et Jérusalem, Bethléem et le lac de Tibériade, tout en étant exempt d'une volonté de convaincre.

🕒 Éditions Albin Michel, 2023

MES FEMMES FEMMES FEMMES FEMMES FEMMES FEMMES FEM

MES FEMMES FEMMES FEMMES FEMMES FEMMES FEMMES FEM

MES FEMMES FEMMES FEMMES FEMMES FEMMES FEMMES FEM



@femmesmagazine.lu



@femmes_magazine

SUIVEZ-NOUS SUR LES RÉSEAUX

Des concours, des actualités, des exclusivités et bien plus encore !

MES FEMMES FEMMES FEMMES FEMMES FEMMES FEMMES FEM



LES 5 LANGAGES DE L'AMOUR POUR VIVRE UNE RELATION PLUS ÉPANOUIE

L'approche de la période estivale est souvent prisée par de nombreux couples. Pourtant, pour certains couples, c'est aussi une période plus difficile qui révèle les problèmes sous-jacents du quotidien et notamment le manque d'amour accumulé durant toute l'année.

TEXTE : CÉLINE DOMEQ

Pourquoi cette période estivale ou les vacances peuvent-elles être un révélateur des difficultés dans notre couple ?

Lorsque nous sommes pris par le quotidien : le travail, les enfants, les amis, la famille, les activités, les tâches ménagères..., nous nous mettons principalement en pilote automatique. Notre principal objectif est de faire en sorte que tout se passe bien. Nous cherchons à limiter les problèmes, les difficultés et surtout à maintenir un équilibre. Dans cette attitude, le plus souvent inconsciente, nous mettons très souvent notre couple sur pause.

À l'arrivée des vacances, dans cette période où nous ralentissons, nous lâchons le contrôle et nous faisons le constat qu'il manque quelque chose dans notre couple. Nous essayons de passer du temps de qualité ensemble, de rendre des services, de faire des cadeaux ou d'avoir plus d'attention. C'est aussi le moment où nous prenons le temps de nous rapprocher physiquement et même de faire des compliments. Consciemment ou pas, vous essayez de remplir votre réservoir d'amour mutuellement grâce aux 5 langages de l'amour. Vous constatez le manque et c'est à ce moment que vous identifiez les difficultés. Ce réservoir est important, car lorsqu'il est rempli nous nous sentons aimés, comprises, soutenues et désirées. Ce réservoir devrait être nourri quotidiennement, et pas uniquement en période de vacances. La difficulté se trouve là, car en deux ou trois semaines, nous ne pouvons pas rattraper ce manque installé tout au long de l'année.

Comment ces 5 langages de l'amour peuvent-ils nous aider ?

Gary Chapman, auteur et conseiller conjugal, a écrit en 1992 *Les 5 langages de l'amour*. Ce livre nous permet de comprendre pourquoi et comment nous nous sentons aimés. Cette approche reste l'un des essentiels pour ne pas laisser sa relation de couple se détériorer. D'ailleurs

ce livre devrait être mis entre les mains des jeunes adultes qui démarrent une relation de couple. En prenant le temps de comprendre quels sont nos langages qui nous permettent de nous sentir aimés, nous pouvons mieux l'expliquer et l'exprimer à notre partenaire. Quand nous savons comment notre partenaire se sent aimé, nous pouvons aussi, au quotidien, faire le nécessaire pour nourrir notre relation. Pour découvrir le secret des couples qui durent au-delà des vacances et au-delà du début idyllique de la relation, il est nécessaire d'apprendre à se comprendre l'un et l'autre. Gary Chapman décrit 5 formes de langage de l'amour : les paroles valorisantes, les cadeaux, les services rendus, les moments de qualité et le toucher physique. La difficulté se trouve lorsque nous utilisons un langage qui n'est pas privilégié par notre partenaire ou vice versa.

Découvrons plus en détail ces 5 langages de l'amour.

Les paroles valorisantes constituent le premier langage de l'amour. Au sein d'un couple, se soutenir par des paroles douces, encourageantes, est un essentiel. Dans le quotidien, nous avons tendance à faire très facilement des reproches sur ce qui ne va pas au lieu de valoriser ce qui va bien.

Les cadeaux, le 2^e langage de l'amour, est la façon de donner des preuves d'amour à notre partenaire. Il ne s'agit pas forcément de cadeaux achetés, il s'agit d'attention par un geste : une fleur cueillie, un post-it sur le miroir pour dire je t'aime, un petit déjeuner préparé ou encore de prendre une journée de congé pour prendre soin de son partenaire qui est malade. Nous attendons toujours des occasions spéciales pour une attention ou pour un cadeau. La difficulté dans ce langage de l'amour c'est de le nourrir tout au long de l'année sans attendre une occasion spéciale.

Le 3^e langage de l'amour est les services rendus. Rendre service au quotidien même lorsque nous sommes fatigués est un challenge. Pourtant, si nous avons ce

langage privilégié, nous devons prendre le temps d'expliquer clairement ce que représentent ces services. Quels sont les actes qui permettent de se sentir aimé, car ils ne seront pas les mêmes pour vous, votre partenaire, vos amis,...

Les moments de qualité sont le 4^e langage de l'amour qui est privilégié pendant les vacances. Pendant ces moments de qualité, nous distinguons les dialogues de qualité pendant lesquels les partages d'expériences, de sentiments et d'avis sont à l'honneur. Et les activités que l'on pratique ensemble pour (re)créer du lien. Voilà pourquoi pour certains les vacances vont aider à retrouver ce sentiment ou l'on se sent aimé et pour d'autres non si ce n'est pas un langage préféré.

Le 5^e et dernier langage de l'amour est le toucher physique regroupant plusieurs types de touchers : de la tendresse à la sexualité. Se tenir la main, se prendre dans les bras, poser la main sur l'épaule, faire l'amour sont des gestes que nous essayons de remettre en place pendant cette période estivale.

Comment faire pour que les vacances et le quotidien profitent à notre couple ?

N'attendons pas les vacances pour mettre en place des attitudes où nous nous sentons aimés. Les vacances vont être un sas, mais ce n'est pas suffisant pour que notre couple traverse les mois sereinement lorsque le réservoir est totalement vidé. Notre quotidien est aussi important, voire plus que les périodes estivales. Les vacances devraient être notre moment, où nous renforçons encore plus nos langages de l'amour et non pas le moment où nous compensons un manque quotidien. Pour cela, nous devrions connaître nos langages de l'amour et faire en sorte chaque jour de nourrir celui de notre partenaire et d'expliquer clairement à notre partenaire comment nourrir le nôtre jour après jour. Profitez de cette période estivale à venir pour découvrir vos langages et pour mettre en place des petites actions au quotidien. ●

ENFANTS SURDOUÉS, INTELLECTUELLEMENT PRÉCOCES OU À HAUT POTENTIEL

INTELLIGENTS MAIS ÉGALEMENT TRÈS SENSIBLES

Votre fils a appris à lire tout seul à 4 ans ? Votre fille développe des raisonnements particulièrement pointus pour son âge ? Votre enfant vous épuise par ses questions (compliquées) ? Alors vous êtes peut-être le parent d'un enfant surdoué ou bénéficiant d'un Haut Potentiel Intellectuel (HPI) comme on dit.

TEXTE : FABRICE BARBIAN





Les personnes HPI sont une petite rareté en soi puisque les spécialistes estiment qu'elles ne représentent qu'entre 2 et 3 % de la population. Pour vérifier que votre enfant fait partie de cette petite communauté, il faudra qu'il réalise quelques tests visant à déterminer son QI (quotient intellectuel) qui devra alors atteindre un minimum de 130. C'est le cas ! Félicitations à vous puisque la surdouance comme on l'appelle, se transmet de façon héréditaire, en grande partie en tout cas.

CALMER LE JEU

Cela dit, le QI n'est qu'un indicateur. Le fait d'être HPI ne garantit en rien un avenir radieux, une pleine réussite scolaire, un bel épanouissement. À l'opposé, cela ne veut pas dire non plus qu'il faut s'attendre à ce que l'enfant passe à côté des plaisirs offerts par la vie, soit

incompétent socialement ou ingérable à l'école. À propos d'école, précisons-le d'emblée : non, tous les enfants nuls à l'école et les turbulents de première classe ne sont pas des surdoués qui s'ignorent ! En revanche, un surdoué peut effectivement être en échec scolaire car il s'ennuie ou rencontre des difficultés à s'adapter aux méthodes d'enseignement (d'où l'importance de détecter assez tôt une éventuelle « précocité »). Il peut aussi faire le choix d'assurer des notes moyennes, histoire d'assurer sa « tranquillité », par exemple. Si votre enfant possède de grandes capacités sur le plan intellectuel, sur le plan affectif et en ce qui concerne l'apprentissage de la vie, il a besoin de vous pour se construire. Il importe notamment de ne pas lui mettre la pression et de vouloir le préparer absolument à accomplir de grandes choses, plus tard, au bénéfice de l'humanité toute entière.

“
Être intelligent ne vaccine pas contre les difficultés et les problèmes
 ”

INTELLIGENTS ET HYPERSENSIBLES

Les enfants HPI partagent des points communs. Ils sont généralement très curieux et créatifs. Comme indiqué précédemment, ils se démarquent souvent par la richesse de leur vocabulaire. Leur langage est beaucoup plus étoffé que celui des autres enfants du même âge. Ils sont aussi désireux d'apprendre et de comprendre. Les domaines en lien avec la métaphysique et les questions existentielles (la vie, la mort, l'origine de l'univers...) les taraudent souvent. Leurs facultés (rapides) de compréhension et d'observation font qu'ils peuvent aussi faire preuve de beaucoup d'humour, ce qui leur permet notamment de s'intégrer et de tisser des liens.

Hypersensibles, également ? À lire la littérature dédiée, beaucoup de personnes HPI sont effectivement très sensibles et empathiques. Leurs facultés d'apprentissage, la diversité de leurs centres d'intérêts et l'intensité avec laquelle elles fonctionnent et apprennent font qu'elles accumulent des savoirs, des capacités d'analyse (et de déduction) qui les amènent à voir les « choses » autrement (avec lucidité) ou que les « autres » peinent à percevoir. Elles ont aussi une conscience collective forte et sont souvent très préoccupées (pour ne pas dire révoltées) par l'injustice, par exemple. Les enfants peuvent aussi se sentir « différents » ou « incompris » ce qui s'accompagne d'émotions parfois compliquées à gérer en cas de conflit, de remarque, de rejet ou de moquerie.

Cela peut se traduire par un fort besoin d'isolement, de l'anxiété, de l'ennui (notamment à l'école), des colères, un manque d'estime de soi, une grande intolérance ou bien encore une quête de perfectionnisme. D'où l'importance de bien entourer et d'accompagner les enfants surdoués, comme on le fait (ou devrait le faire), de ceux qui le sont moins.

Cela dit, répétons-le, un « zèbre » (voir ci-contre) peut aussi se sentir bien dans sa tête, être en phase avec lui-même et dès lors très « sociable » et épanoui.

UN PEU DE... DISCRÉTION

La tentation est grande d'informer la terre entière que son fils ou sa fille affiche de grandes capacités intellectuelles. Mieux vaudrait néanmoins ne pas le répéter à l'envi ne serait-ce que pour éviter que l'enfant ne devienne un « objet » de curiosité. Ce qui pourrait le fragiliser ainsi que ses frères et sœurs qui n'ont pas forcément les mêmes capacités intellectuelles. Lorsque l'enfant entre à l'école, plutôt que d'en parler tout de suite, comme pour annoncer la couleur, mieux vaut peut-être attendre un peu et voir comment la situation évolue.

Pour des raisons positives ou négatives, le sujet devrait rapidement être abordé par l'enseignant. Il sera toujours temps de prendre ensuite des dispositions pour qu'ils puissent s'épanouir. Faut-il dire à son enfant qu'il est HPI ? Oui, dès lors qu'il est en âge de comprendre et en choisissant bien ses mots, le terme « surdoué » n'étant pas le plus approprié. De toute façon, très tôt, il va se rendre compte qu'il est différent – qu'il y a comme un « décalage » – avec ce que cela peut avoir de positif et de négatif, d'avantages et d'inconvénients, de réussites et de désillusions. Être intelligent ne vaccine pas contre les difficultés, les problèmes et les douleurs... ●

POURQUOI UN ZÈBRE ?

Avant tout, pour éviter de parler de « sur-doué » (donc supérieur aux autres), d'enfants « hors-norme » ou d'intellectuellement précoce. « Zèbre » parce que tous les zèbres se ressemblent et que leurs rayures leur permettent de se fondre dans le paysage. Mais leurs rayures étant uniques, il n'y en a pas deux pareils. C'est aussi le seul équidé qui n'a jamais été domestiqué par l'Homme.

Le terme « Zèbre » a été inventé par la psychologue française Jeanne Siaud-Facchin, spécialiste du surdouement.



PERSONNES À HAUT POTENTIEL ÉMOTIONNEL (HPE)

L'une des principales différences entre les personnes HPI et les HPE réside dans l'équilibre respectif de l'investissement des potentiels intellectuel et émotionnel.

Pour le dire simplement, les HPI ont un quotient intellectuel très élevé (mesuré par le QI) et souvent un quotient émotionnel assez élevé. Les HPE, à l'inverse, ont un potentiel émotionnel très élevé (mesuré par le QE) et souvent un quotient intellectuel assez élevé. L'équilibre du « potentiel », ou de la surdouance, est donc différent, ce qui influence leur manière d'aborder et de traiter les informations.

Les HPE se distinguent généralement par leur bonne estime « de soi ».

Ils se connaissent bien et savent prendre soin d'eux-mêmes sur le plan affectif, ce qui est moins évident pour un HPI plus dans « l'intellect ».

©Andréane de Berry

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



SWEETPEA & WILLOW

GARDEN PARTY

Les beaux jours reviennent et il est grand temps de profiter de son extérieur. Un extérieur que l'on veut élégant, agréable, pratique et à la pointe des tendances. Couleurs, mobilier, ambiance lumineuse, plantations...

Voici nos précieux secrets pour concevoir un outdoor à faire pâlir les voisins !

TEXTE: MARINE BARTHÉLÉMY

PLAN D'ATTAQUE

À l'approche de l'été, les envies d'extérieur se font de plus en plus sentir. Et à raison, cet espace peut facilement devenir un havre de paix à condition de bien le penser et l'aménager selon vos besoins et vos envies. Vaste terrasse, petit balcon ou coquette loggia... Commencez par estimer la superficie dont vous disposez et découpez la zone en plusieurs petits espaces. En fonction de vos besoins, il faudra définir par exemple un espace pour manger, un espace pour jardiner, un espace détente, un espace pour les enfants, un espace pour faire du sport... Ensuite, pour harmoniser l'ensemble, réfléchissez aux matériaux qui composeront votre extérieur. Le revêtement de sol est l'un des éléments centraux de votre espace extérieur. Les possibilités sont quasi infinies avec pour chacune des intérêts de taille. Le bois apporte par exemple une allure chaleureuse et intemporelle. Dalles caillebotis ou lattes, ce choix vous revient ! Vous pouvez opter pour des bois résineux comme le pin et l'épicéa ou des bois exotiques comme le bankirai, l'almendrilo, le padouk, l'ipé ou le teck qui ont l'avantage de résister à l'usure du temps et aux intempéries. Grès, terre cuite, tomettes, carreaux de ciment... Le dallage en carrelage assure quant à lui modernité et design.

Enfin, la pierre naturelle offre un charme authentique et est, en prime, très résistante. Ardoise, granit, pierre ocre ou bleue, choisissez-la brossée ou striée pour éviter de glisser par temps de pluie. Enfin, si vous lorgnez sur un petit coin de pelouse mais que votre extérieur ne permet pas de semer de l'herbe, il est toujours possible d'opter pour du gazon synthétique (comptez 30 à 60 euros le m² selon la qualité). Un dupe longtemps boudé en décoration mais idéal pour amener une touche végétale à n'importe quel balcon ou terrasse. Pensez néanmoins à le changer tous les 10 ans.



LAGOON

“
Les bois exotiques comme le bankirai, l'almendrilo, le padouk, l'ipé ou le teck ont l'avantage de résister aux usures du temps et aux intempéries
 ”

INVITATION À LA DÉTENTE

Pièce centrale d'un espace extérieur, le salon de jardin se veut à la fois chaleureux et pratique. Cette année, la tendance est au mobilier d'extérieur léger et naturel, aux lignes épurées, aux accents rétro et aux teintes discrètes. Puisque le confort est de mise, jouez avec des assises duveteuses et confortables

ou avec une accumulation de coussins colorés qui apporteront des touches acidulées à l'ensemble. Côté matériaux, l'acacia ou l'eucalyptus, repérés notamment chez Westwing, résistent relativement bien aux intempéries (il faudra huiler le bois une fois par an pour le protéger). Bon marché, plus légère et facile à entretenir, la polyrésine (Alice's Garden, IKEA) permet de déplacer facilement vos meubles si vous manquez de place.

Enfin, les salons en fer forgé ou en acier époxy constituent une alternative plus contemporaine mais ont l'inconvénient d'être plus fragiles et de rouiller plus facilement. Pour un endroit cocooning à la pointe des tendances, misez sur des couleurs lumineuses et élégantes : vert tilleul, jaune tournesol, écru, kaki, ivoire et ocre avec des touches de noir. Et puisqu'on est mieux à l'abri des regards indiscrets, pensez à installer des canisses ou des haies pour une belle intimité.

AU NATUREL

Faites la part belle à la Nature avec des plantes bien choisies. Les arbustes en pot peuvent faire élégamment office de brise-vue. Mais tous ne s'y prêtent pas. Si l'espace à aménager est ensoleillé, misez sur l'Escallonia, un petit arbuste d'ornement à feuillage brillant et persistant toute l'année, qui supporte difficilement le vent. Plus atypique avec ses pousses rouges, le Photinia x fraseri est plutôt compatible avec une exposition mi-ombragée. Avec ses grappes de petites fleurs blanches, le troène de Californie offre, quant à lui, un rideau végétal occultant très intéressant puisqu'il a l'avantage d'être résistant au froid, à la chaleur et à la pollution.

Il existe également des arbres bien adaptés à la culture en pot. C'est notamment le cas de l'Erable du Japon qui apporte une touche zen à votre extérieur ou le Charme commun qui supporte les températures très basses. De nombreuses variétés d'arbres fruitiers nains comme les pêcheurs, les pruniers, les orangers, les

citronniers, les abricotiers, les pommiers ou les poiriers ont une croissance limitée (ils atteignent une taille de 1,50 mètre de haut maximum) et s'épanouissent bien en pot, sur un balcon par exemple.

“

Pour un endroit cocooning à la pointe des tendances, misez sur des couleurs lumineuses et élégantes : vert tilleul, jaune tournesol, écru, kaki, ivoire...

”

Afin de faciliter leur fructification, pensez à les installer où il y a le plus d'ensoleillement et veillez à ce qu'ils soient protégés du vent. Ils devront aussi être rentrés à l'abri en hiver. Attention tout de même, si vous optez pour des arbres en pot, vérifiez bien que votre balcon est en mesure de supporter le poids de l'arbre, de son pot ainsi que du terreau qu'il contient. ●



SARAH LAVOINE
CHAISE LONGUE



FERMOB
LAMPE BALADEUSE



IKEA

JEUX D'OMBRES

Gage d'une ambiance feutrée et conviviale, l'éclairage n'est pas à négliger et compte pour beaucoup dans l'atmosphère que l'on veut créer. Des lampes guinguettes ou de fines guirlandes apportent un air festif à l'extérieur. Des sphères ou des gros cubes lumineux pour une touche fun, des lanternes et photophores à poser ici et là pour s'évader et cocooner tout l'été. Appliques, bornes, spots... Pensez également à l'éclairage solaire, de faible consommation et parfaitement autonome.

Miele



Sublimez **vosre maison**

Choisissez un expert pour votre
nettoyage de printemps.
Et sublimez votre habitation.



Scannez le QR code et
découvrez nos actions.

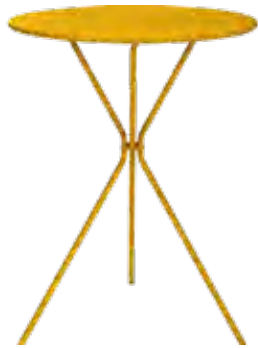


MARSHMALLOW



H&M HOME

Qui ne se rappelle pas avec émotion des délicieux marshmallow arc-en-ciel que l'on savourait lors des fêtes d'anniversaire des copains ? Ce retour en enfance est une vraie bouffée d'énergie pour votre décoration d'intérieur et d'extérieur. Donnez vie à votre habitat grâce aux couleurs survitaminées que sont le rose bonbon, le bleu azur et le jaune citron.



HABITAT
TABLE



IKEA
COUSSIN



QB MAKER
CACHE POT



DESENIO
POSTER



LA REDOUTE INTERIEUR



TAKA TOMO
VERRE



RAAWII
COUPE



ROCHE BOBOIS
CHAISE



SMEG
PRESSE AGRUME

The SAVE DATE

TEXTE ET SÉLECTION : FABIEN RODRIGUES

05-08.06

THÉÂTRE

ESCHER THEATER

PAS UN POUR ME DIRE MERCI

La famille, un peu, beaucoup, à la folie ? Comment s'occuper d'une personne malade, sans pour autant renoncer à sa propre vie ? Il faut de l'amour pour y survivre. De l'humour aussi. Et de la patience, beaucoup de patience. Partant de témoignages de personnes touchées de près ou de loin par les maladies psychiques, Jean Bürlesk et Renelde Pierlot imaginent l'histoire d'une famille « à table » avec la folie. D'un humour doux-amer à des séquences plus sombres, les enfants passent de l'admiration pour la mère fantasque à la prise de conscience de l'anormalité de leur vécu, pour progresser lentement vers le début d'une émancipation. Le pari : sensibiliser à la délicate gestion de la maladie mentale au sein de la famille en proposant un spectacle intime et puissant, où la folie ira jusqu'au bout – et l'amour aussi.

WWW.THEATRE.ESCH.LU

CATHERINE LORENT & UGO LI

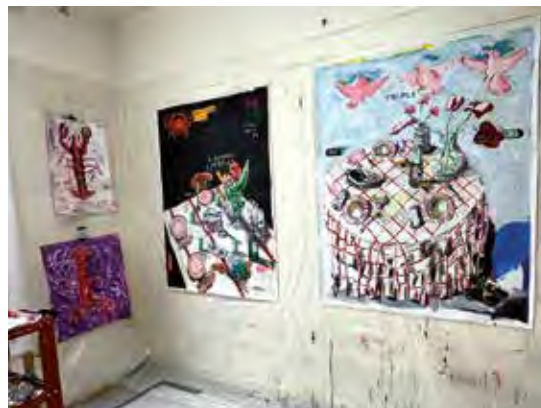
Pour sa première exposition estivale de 2023, la jeune galerie Reuter Bausch a choisi de mettre en lumière et en dialogue deux artistes en vue : Catherine Lorent et Ugo Li. Né et résidant à Paris, ce dernier met au centre de son travail l'improvisation, l'injonction qui lui impose la peinture, qui dicte son trait de pinceau. Il repasse, barre, efface, rature, pour ne laisser, le plus souvent, qu'une infime partie du dessin initial... Les situations immersives de Catherine Lorent remettent en question, quant à elles, des catégories bien établies en combinant la peinture, le dessin, la sculpture, la performance, la musique et les décors de théâtre dans des installations débordant de références et de résidus visuels et acoustiques. Toutes ses mises en scène sont produites non sans une touche d'humour, offrant une certaine distance par rapport à la réalité et une relation plus profonde avec elle...

WWW.REUTERBAUSCH.LU

Jusqu'au 24.06

EXPOSITION

REUTER BAUSCH ART GALLERY



Jusqu'au 20.08

EXPOSITION
CNA



THE HAND THAT TOPPLES THE TOWER

Pour sa saison estivale, le CNA présente l'exposition *The Hand that topples the Tower* des artistes Vanessa Brown et Mike Bourscheid au Waassertuerm+Pomhouse, c'est-à-dire dans l'ancien château d'eau reconverti à l'arrière du bâtiment qui offre un cadre toujours aussi exceptionnel aux travaux qui y sont exposés.

Du 6 mai au 20 août, les deux propositions artistiques seront ainsi présentées conjointement dans ce site industriel emblématique de Dudelange et inviteront le visiteur à plonger dans une expérience multimédia... Dans le socle de la tour, l'artiste luxembourgeois Mike Bourscheid présente une série photographique inspirée de l'architecture du château d'eau, réinterprétant de manière ludique sa stature à piliers sous forme humaine.

La cuve de l'ancien réservoir d'eau accueille quant à elle l'installation Sunny Side Up and other sorrowful stories, une projection du court métrage *Agnes* produit par l'artiste. Au Pomhouse, l'exposition >>>000 / Gravity de Vanessa Brown présente une série d'œuvres vidéo, de textiles, de sculptures et d'œuvres sonores autour d'un thème particulier : le trou.

WWW.CNA.LU

08-11.06

FESTIVAL
ESCH-SUR-ALZETTE

FRANCOFOLIES

Le festival Les Francofolies Esch/Alzette, dernier-né de la grande famille Francofolies dispersée à travers le monde, aborde des ambitions assumées. Se voulant porteur d'une image à portée internationale de la ville et du pays, le festival s'inscrit dans la défense du multiculturalisme luxembourgeois et de la transmission de l'héritage vivant de la Francophilie et de la Francophonie au Grand-Duché. Et niveau line-up, dire que cette nouvelle édition envoi du lourd serait un euphémisme : DJ Snake, Orelsan, Angèle, Vitalic, La Femme, Louise Attaque, Izia, Disiz, Jeanne Added et bien d'autres artistes locaux et internationaux seront présents pour une journée qui s'annonce mémorable et pour débiter l'été comme il se doit et dans le respect de l'environnement. Un engagement comme véritable fil « vert » des Francofolies...

WWW.FRANCOFOLIES.LU

11.06

CONFÉRENCE
MUDAM

I UTTER OTHER BY SLAVS AND TATARS

Dans le cadre de son cycle *The Radio Disaster Series : Colonialism in camouflage* consacré à la pensée décoloniale et à son utilisation possible, le Mudam propose pour cette seconde édition *I Utter Other*, qui se penchera notamment sur le cas curieux de l'orientalisme slave dans l'Empire russe et au début de l'URSS. Cette étude de l'Orient dans l'Orient complique les notions de politique identitaire et de connaissance au service du pouvoir, offrant un contrepoint crucial, voire un antécédent, à l'Orientalisme d'Edward Said (1978) - une critique postcoloniale quelque soixante ans avant la lettre. Slavs and Tatars est un collectif artistique de renommée internationale qui se consacre à la région située à l'est de l'ancien mur de Berlin et à l'ouest de la Grande Muraille de Chine, connue sous le nom d'Eurasie...

WWW.MUDAM.LU

09 au 11.06

EXPÉRIENCE

SUBTILE, 21A AVENUE GASTON DIDERICH



LIVE PORTRAIT EXPERIENCE

“

Si, tout comme moi, vous êtes fan absolu.e d'art contemporain, de design et de vintage, je vous emmène vivre une expérience incroyable dans un endroit fabuleux : se faire tirer le portrait par une pépite en la matière, j'ai nommé Véronique Van Der Wielen chez Subtile. Ce que j'aime en plus de cette expérience live, c'est bien évidemment le lieu, mais aussi sa propriétaire, Catherine. La galerie est un petit coin de paradis caché qui regorge d'œuvres sublimes, ce qui en fait l'endroit idéal pour un tea time entre amis et en famille. C'est un must go à découvrir sans attendre. Croyez-moi : il n'y en a pas beaucoup, des endroits comme ça dans la région ! Pour cet événement, pensez bien à réserver rapidement votre session, les places sont limitées.

” - Elfy Pins

WWW.SUBTILE.STYLE

La sélection d'Elfy

DE SUPERMIRO

Concert incontournable ou exposition à ne pas louper, chaque mois, Elfy sélectionne le meilleur des événements juste autour de vous.



Elfy Pins

FONDATRICE DE SUPERMIRO



supermiro.oo

Tous les bons plans et sorties faits pour toi, sont sur **SUPERMIRO**. 100 % local. 100 % good mood

14.06

CONCERT

ROTONDES

GLASS BEAMS

L'énigmatique artiste australien Glass Beams rayonne d'un psychédéisme fait de riffs entêtants et de mélodies vertigineuses... *Mirage*, le premier album de l'artiste, témoigne d'un penchant pour l'instrumentation cosmique, les gammes orientales et les polyrythmies imprégnées de krautrock, et propose quatre compositions issues d'une profusion de sons et d'influences. « Mon père est né en Inde et a emménagé ici à l'âge de 17 ans. En cherchant de l'inspiration et de la musique dans la région natale de mon père, j'ai trouvé une mine de musique classique indienne, de musique disco et de musique pop qui ont constitué les éléments de base de cet album... ». Prometteur !

WWW.ROTONDES.LU

15.06

CONCERT
CASINO 2000



LA GRANDE SOPHIE

Chaque détail ressemble à la Grande Sophie dans son album à venir. Un retour hyper créatif, des sons aux arrangements jusqu'à l'image bleue du cyanotype de sa pochette qu'elle a pris soin de réaliser... Sa voix est au centre du projet, sa texture se pose sur des chansons tour à tour pop, folk, rock où les ambiances font le grand écart entre profondeur et légèreté. Ce 9^e album promet un automne chaleureux, mais à découvrir juste avant l'été à Mondorf-les-Bains !

WWW.CASINO2000.LU

Passez un séjour inoubliable dans le gîte « floater » à Dudelange,

installé sur
l'ancien bassin de
refroidissement
de l'aciérie, doté
d'une vue imprenable
et à quelques minutes
à pied du centre-ville.



floater

DUDELANGE,
ON DIRAIT
LE SUD

LIEWE WÉI AM SÜDEN


DIDDELENG
VILLE DE DUDELANGE
www.dudelange.lu

Réservation: www.simpleviu.com

21.06

EXPO / CONCERT

CENTRE POMPIDOU-METZ

FÊTE DE LA MUSIQUE

À l'occasion de la fête de la musique, rendez-vous dans le jardin du Centre Pompidou-Metz pour un DJ set aussi exceptionnel que le cadre qui l'accueille... Au gré des vagues de l'Atlantique, DJ Atlantic met à l'honneur les musiques d'Afrique et de la diaspora à l'aube des indépendances. Il puise dans les rythmes ancestraux tournés vers un futur ouvert à tous les possibles cosmo-psychédélics. Et pourquoi ne pas prendre le temps de l'après-midi pour découvrir *Bonne Chance*, la première exposition personnelle dans une institution française du duo d'artistes Elmgreen et Dragset et première exposition monographique occupant tout l'espace de la Grande Nef du musée ? Art et fête, toujours de concert au Centre Pompidou-Metz...

WWW.CENTREPOMPIDOU-METZ.FR

29 & 30.06

DANSE

GRAND THÉÂTRE

VLAEMSCH (CHEZ MOI)

Qu'est-ce qu'une identité ? Qu'est-ce que cela signifie pour un artiste d'être flamand quand l'art ne s'arrête pas aux frontières ? Voilà les questions que pose *Vlaemsch (chez moi)*, premier volet d'un nouveau diptyque du chorégraphe iconique Sidi Larbi Cherkaoui, dont le public a souvent pu voir le travail au Grand Théâtre. Dans cette création, Cherkaoui entre en confrontation avec les racines flamandes dont il a hérité du côté maternel. Pour cela, il invite trois artistes flamands à explorer leur relation avec la Flandre : l'artiste visuel Hans Op De Beeck, le musicien Floris De Rycker et le designer Jan-Jan Van Essche. La scène devient un lieu de mémoire où se rencontrent passé, présent et futur, et le mouvement un travail de mémoire dans lequel les racines d'une prétendue identité flamande sont déterrées, déracinées et réarrangées...

WWW.THEATRES.LU

À partir du 30.06

**FESTIVAL
WILTZ**



FESTIVAL DE WILZ

Le Festival de Wiltz, qui se déroulera du 30 juin au 15 juillet 2023 dans le cadre historique du château de Wiltz, présente à nouveau un line-up très alléchant. Avec notamment à l'affiche Selah Sue, diva belge de la soul, du R&B et de la pop, qui fera l'honneur de sa présence au festival musical le plus pittoresque du pays, tout comme Die Comedian Harmonists, avec de grands classiques de la fin des années 1920 (*Veronika, der Lenz ist da, Mein kleiner grüner Kaktus*). L'auteur-compositeur Maarten Devoldere de Warhaus, également chanteur principal du groupe belge Balthazar, apportera quant à lui son tout nouvel album *Ha Ha Heartbreak*. Le Festival de Wiltz, fondé en 1953 déjà, a mis l'accent sur les performances théâtrales dès les premières années, une tradition culturelle perpétuée lors de cette édition 2023 avec la représentation du classique du théâtre pour enfants *Emil et les Détectives*. À voir également : le spectacle *New York, New York* de la chanteuse de Broadway Adrienne Haan mais aussi le concert de gala de la Weeltzer Musik, accompagnée de la chanteuse de world music luxembourgeoise Marly Marques...

WWW.FESTIVALDEWILTZ.LU

La série de concerts
dans le cadre idyllique
du jardin du Cloître

concerts



19.07 ME
21:00

Eldorado

Catherine Graïndorge

20.07 JE
21:00

Poliverse

Pol Belardi &
United Instruments of Lucilin

21.07 VE
21:00

Travel on the Beat

presented by *De Gudde Wëllen*
& *Itinérantes*

22.07 SA
21:00

Without Boundaries

21:00 Maria Chiara Argirò
22:00 Katy De Jesus
23:30 Fais le Beau

19 > 22.07.23



neimenster.lu

neimënster | 28, rue Münster | Tél.: +352 / 26 20 52 1

neimënster

Jardin du Cloître | tout public
€ 22 / 9 - 50 (pass 3 soirées)

Partenaire institutionnel

LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Culture

Partenaire officiel

pwc

Les Théâtres de la Ville de Luxembourg

vo
tre maison,
vo
tre saison,
vo
tre abonnement.

saison

23 · 24

abonnez-vous sur
www.lestheatres.lu

théâtre-s
de la Ville de
Luxembourg

VILLE DE
LUXEMBOURG

News FOOD

TEXTE : FABIEN RODRIGUES



Un été à haute teneur vanillée

Les grands pâtisseries et chocolatiers en sont fêrus, elle est parfois surnommée l'or noir de la pâtisserie : la vanille offre une richesse organoleptique extraordinaire et un plaisir intemporel qui ne perd jamais en intensité. L'artisan star Pierre Marcolini, qui a fondé sa maison à Bruxelles en 1995, a ainsi sélectionné pour ses créations estivales 5 vanilles d'exception: la vanille Bourbon de Madagascar, la vanille bleue de la Réunion, la vanille de Ceylan, la vanille de Tahiti et celle de Nouvelle-Calédonie. Il s'est ensuite attelé à les sublimer à travers une collection au doux nom de « Destination Vanille » : des pralines d'été, des guimauves ultra gourmandes et un tendre financier... Plaisirs coupables assumés, à retrouver par exemple au Cloche d'Or Shopping Center ou au corner des Galeries Lafayette Luxembourg !

Ça bulle

Dernier-né des bars à champagnes de la capitale luxembourgeoise, Bobo Chic a ouvert discrètement ses portes début mai en plein cœur piéton de la Ville. À deux pas de la Grand Rue, ce nouvel établissement cossu optimise son espace grâce à un décor lumineux et chaleureux, une décoration sophistiquée sans en faire trop, un demi-étage en fond de salle qui donne du relief et une carte remplie de belles références. De grandes maisons incontournables en magnum à la bouteille de petit producteur, Bobo Chic a de quoi étancher toutes les soifs effervescentes ou presque, mais aussi les petites fringales grâce à des tapas, des planches, mais aussi un peu de caviar - what else ! Cerise sur le gâteau : une petite terrasse où voir et être vue...

COULEUR CAFÉ



Du bon café au Royal Hamilius ? C'est en tout cas la promesse de Do For Love, nouvelle adresse « Specialty Coffee » située face à l'arrêt de tram. Belle hauteur sous plafond, grande baie vitrée, enseigne hipster juste ce qu'il faut, décor « boutique » et pâtisseries gourmandes, l'endroit pourrait clairement s'imposer comme un atout supplémentaire pour cette place forum qui a encore bien du mal à trouver son standing... Et la petite terrasse à l'avant donne presque envie de rater sa correspondance ! À la tête de l'établissement, on trouve le barista Jordan Siedlewski associé à deux amis de longue date, Ilies Haddadji et Vivian Reydel.

SUSHI BRANCHÉ

Enfin une adresse qui donne envie de (re)sortir à Hollerich ! Avec un décor de néo-bodéga nippo-brésilienne où l'on se sent à l'aise, de bonnes idées dans les assiettes et des spiritueux bien choisis, il n'en faut en effet pas plus pour donner envie de s'attabler chez Favela Sushi, le nouveau repère d'António Pires. Le lieu est presque caché, à quelques pas de l'ancien Cat Club, mais une fois la porte passée, il n'y a qu'à se laisser porter : on retrouve évidemment un bel éventail de nigiris, makis, futomakis, sashimis, gunkans et autres temakis, disponibles en « Favela Combos ». Mais on se rue aussi volontiers sur les soupes miso ou sunomono « du chef », sur le Favela Gunkan roussi au chalumeau – et avec un œuf de caille coulant, rien que ça – sur tout ce qui se passe avec du maquereau, sur une petite mousse passion en dessert et sur un excellent cocktail à la cachaça ! Favela Sushi propose aussi un menu du midi très attractif...



CHICHE REPETTITA

Après une ouverture à Esch-sur-Alzette en 2021 et la conversion de Yabani à Leudelange en 2022, la sage levantine et solidaire Chiche! continue son joyeux bout de chemin en renforçant sa présence en Ville avec une seconde adresse, à Bonnevoie cette fois. Une carte gourmande très proche de celle du grand restaurant du Limpertsberg, un personnel composé en grande partie de réfugiés en phase d'intégration professionnelle, une ambiance conviviale : les ingrédients qui font le succès du projet de Marianne Donven sont une fois de plus au rendez-vous. Et l'établissement en aura bien besoin : ce coin face aux Rotondes n'est malheureusement pas connu pour garder ses locataires bien longtemps... Souhaitons à cette belle nouvelle enseigne de briser le cycle !

UN RESTAURANT MÉDITERRANÉEN FESTIF



KONRAD

Pain pita, caviar de poivrons grillés, bruschetta, espresso martini... Le Konrad Cafe & Bar vous propose une cuisine méditerranéenne, 100 % fait maison, et une carte de cocktails à tomber ! Établi dans la charmante rue du Nord, l'établissement organise tout un tas d'événements dont des concerts de musique live. Un endroit chaleureux et convivial où on se sent bien, comme à la maison, et où on peut se restaurer à toute heure de la journée.

7 Rue du Nord, Luxembourg
Tél. : 26 20 18 94 – info@konrad.lu

Horaires d'ouverture :
7 jours / 7 de 10h à 01h



Esquimaux

COCKTAIL MOJITO

TEMPS DE PRÉPARATION : 20 MINUTES
TEMPS DE CUISSON : 10 MINUTES
TEMPS DE RÉFRIGÉRATION : 24 HEURES
TEMPS DE CONGÉLATION : 12 HEURES MINIMUM
INGRÉDIENTS POUR 10 PERSONNES

Ingédients

SORBET MOJITO :

- 2 citrons verts non traités
- 380 g d'eau
- 12 g de menthe fraîche
- 130 g de sucre cassonade
- 80 g de glucose atomisé
- 5 g de stabilisateur pour sorbets
- 260 g de jus de citron vert
- 100 g de rhum blanc

Recette

01. Prélevez les zestes des citrons verts à l'aide d'un zesteur ou d'une râpe Microplane®.
02. Dans une casserole, portez l'eau à ébullition avec les zestes de citron vert et les feuilles de menthe. Ajoutez le sucre cassonade, le glucose atomisé et le stabilisateur.
03. Mélangez et portez le tout à 100 °C, à l'aide d'un thermomètre sonde.
04. Mixez le mélange. Laissez refroidir rapidement à 4 °C, puis ajoutez le jus de citron vert et le rhum blanc.
05. Laissez infuser 24 heures au réfrigérateur.
06. Passez le mélange au chinois et mixez-le. Mettez-le en turbine.

MONTAGE

07. Placez les moules à esquimaux au congélateur.
08. Mettez le sorbet mojito en poche à douille et remplissez les moules à mi-hauteur, ajoutez les bâtons et finissez de remplir les moules avec le sorbet en lissant.
09. Remettez les moules remplis au congélateur 12 heures minimum avant de démouler.





À boire avec

« THE BOSS » PROSECCO MILLESIMATO 2022, FERRO 13



C'est Le Prosecco super cool de la maison Ferro 13. Cinq passionnés de vins provenant de cinq régions différentes se sont rejoints dans ce projet, où chaque vin reflète la personnalité de ses fondateurs. Une petite bulle pour faire pétiller ce mojito sous forme d'esquimau. Sa fraîcheur s'alliera avec les saveurs du citron vert et de menthe, et son dosage en sucre sera là pour continuer sur la gourmandise. Avec tout ça, le début de l'été est assuré !

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

Plus de recettes

Givré. L'art de la pâtisserie glacée en 60 recettes d'Emmanuel Ryon



Plongez dans l'univers gastronomique de la pâtisserie glacée avec ces 60 recettes proposées par Emmanuel Ryon, Meilleur Ouvrier de France : des glaces et des sorbets classiques et singuliers, des gâteaux de voyage, des esquimaux, des granités, des yaourts et des desserts glacés, mais aussi des boissons.

Avec la contribution de Mélanie Martin, et Delphine Constantini pour les photographies. Éditions de la Martinière

Horoscope

TEXTE : HÉLÈNE MACK

Le signe du mois

GÉMEAUX

du 21.05 au 21.06

Amour : Le Soleil vous exalte et portée par un amour partagé, vous rayonnerez et diffuserez votre chaleur autour de vous. **Travail** : Tout n'est pas négatif, mais cela vous demandera un peu plus de concentration, si vous voulez éviter les maladresses. **Vitalité** : Apprenez à vivre ici et maintenant.

CANCER

du 22.06 au 22.07

Amour : Les amours seront au beau fixe avec Vénus dans votre signe, un regain de sentiments complices vous attend. **Travail** : Vous gagnez en motivation, un courage époustouflant vous habite et vous escaladez la montagne pierre par pierre. **Vitalité** : Suivez vos intuitions avec sagesse.

LION

du 23.07 au 22.08

Amour : Avec Mars, vous allez alterner entre des phases de totale insouciance et des moments de gravité profonde. **Travail** : Avec la pleine Lune du 3, vous ferez preuve d'une grande acuité de jugement et vous saurez expliquer ce que vous ressentez. **Vitalité** : Votre capital d'énergie sera très puissant.

VIERGE

du 23.08 au 22.09

Amour : Mars et le Soleil freinent votre intimité, faites-vous une douce violence, soyez plus disponible, vos liens affectifs y gagneront.

Travail : Une période des plus favorables, Vénus et Mercure en harmonie permettent une énergie mentale surprenante.

Vitalité : Votre calme intérieur revient.

BALANCE

du 23.09 au 22.10

Amour : Des événements se profileront pour vous faire avancer, à vous de bien tenir le gouvernail sans dualité de cette période. **Travail** : Vous cherchez à libérer du temps et de l'énergie pour vous concentrer sur des projets qui vous tiennent à cœur. **Vitalité** : La détente reste indispensable.

SCORPION

du 23.10 au 22.11

Amour : Mars en conflit, il pourrait y avoir des étincelles dans l'air si vous ne prêtez pas une oreille attentive à votre conjoint. **Travail** : Votre ambition se densifie et tend à vous entraîner dans des schémas qui ne sont plus adaptés à la situation présente. **Vitalité** : Apprenez à contrôler vos angoisses.

SAGITTAIRE

du 23.11 au 21.12

Amour : Il est important de s'adapter rapidement aux changements et de chercher des solutions créatives pour gérer les défis. **Travail** : L'accent est mis sur l'influence de Jupiter et Mars qui dynamise vos projets, c'est une configuration qui pourrait être risquée. **Vitalité** : Belle énergie vitale.

CAPRICORNE

du 22.12 au 20.01

Amour : Vous prendrez cette période bien en main afin de trouver les solutions qui s'imposent. **Travail** : Une forme de désir de transcendance vous habite, peut-être en raison de l'intensité

uranienne avec laquelle vous ressentez toute chose. **Vitalité** : Vous donnez libre cours à vos envies.

VERSEAU

du 21.01 au 18.02

Amour : Une période haute en couleur, laissez-vous guider par votre sensibilité, Vénus vous mènera vers les bonnes personnes. **Travail** : Mars opposé, vous ferez preuve d'une grande acuité de jugement et vous saurez expliquer ce que vous ressentez. **Vitalité** : Maîtrisez vos pensées.

POISSONS

du 19.02 au 20.03

Amour : Saturne implique de prendre des risques calculés ou de faire preuve de créativité pour maximiser les avantages de la situation. **Travail** : Il est important de prendre le temps de réfléchir, de planifier, d'agir avec détermination. **Vitalité** : Forte intensité émotionnelle.

BÉLIER

du 21.03 au 20.04

Amour : Vénus en aspect avec Jupiter jouera à fond dans un climat d'effervescence et de fébrilité au sein de la famille. **Travail** : L'appui de Mercure dans votre secteur financier vous rend plus opportuniste et surtout plus encline à préserver vos intérêts. **Vitalité** : Votre énergie monte en flèche.

TAUREAU

du 21.04 au 20.05

Amour : Protégée par une belle harmonie de Vénus, vous laissez vos soucis à la porte et vous profitez de votre famille ou de vos amis. **Travail** : Les conflits entre Mercure et Mars seront peut-être le point de départ de changements que vous voulez opérer. **Vitalité** : Un peu plus de stress.

APRIL Summer

*Votre destination
de l'été!*



*Retrouvez les indispensables Beauté
dans vos parfumeries April et sur april-beauty.lu*



PANTHÈRE
DE
Cartier

Cartier Boutique - 13 Avenue Monterey, 2163 Luxembourg - +352 (0) 27 47 88 67

