

FEMMINES

Decembre
n° 250

WISHLIST

SPÉCIAL
CADEAUX DE NOËL

SOCIÉTÉ

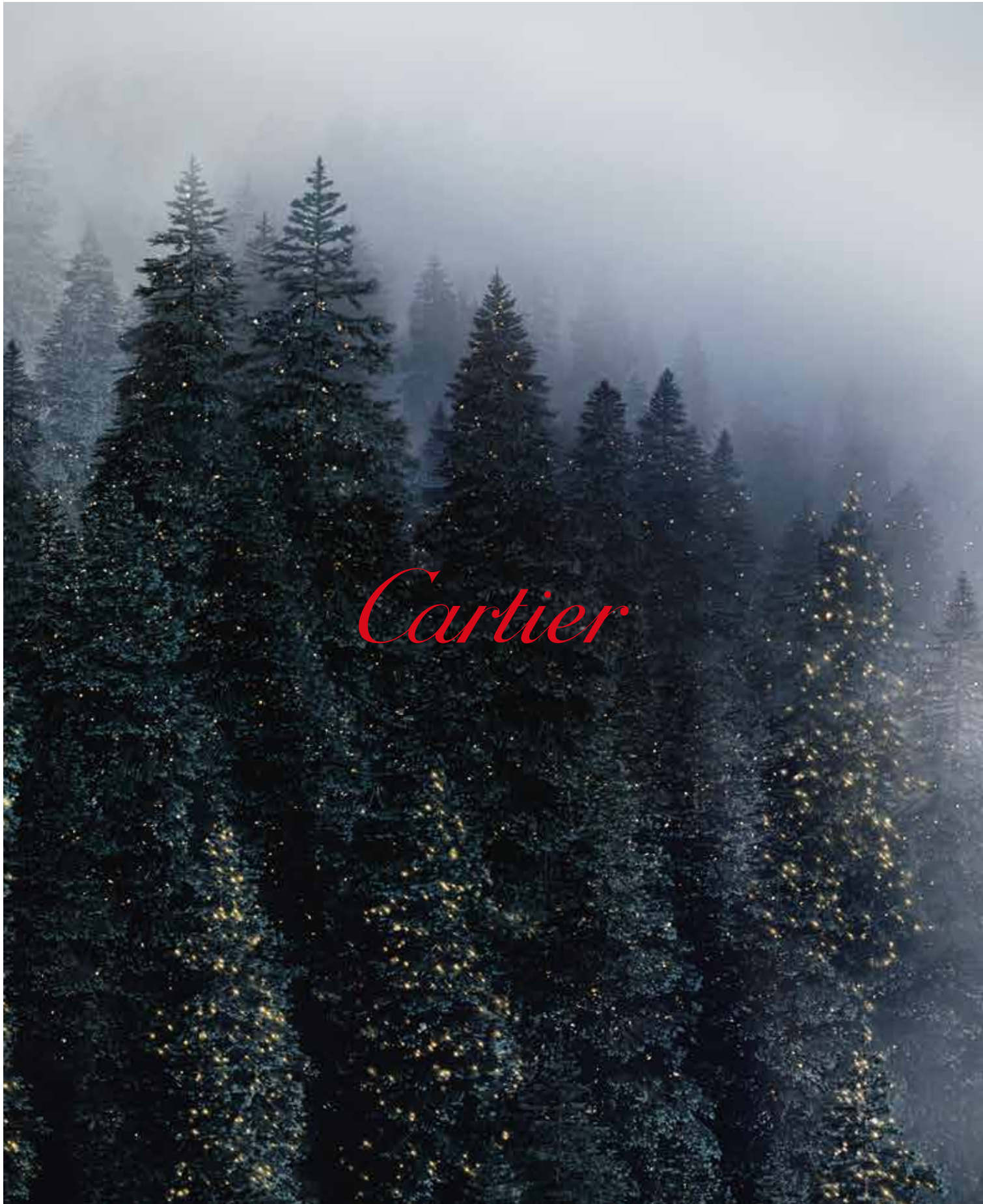
RÉSOLUTION :
VOYAGER PLUS
DURABLE EN 2024

INTERVIEW DU MOIS

DR. MARTINE GOERGEN,
NOUVELLE DIRECTRICE
GÉNÉRAL DU CHL

MODE

Santa baby









Édito


LA MAGIE DE NOËL




À l'approche imminente de Noël, l'esprit de cette période particulière s'empare de tous. Les rues et les maisons s'illuminent de décorations, créant une ambiance chaleureuse et festive. Les sapins, ornés de guirlandes scintillantes, ajoutent une touche d'émerveillement à cette célébration tant attendue. Mais Noël va bien au-delà d'une simple fête. C'est un moment privilégié pour se rassembler afin de célébrer l'amour, la gratitude et la générosité.



La trêve de Noël, un concept qui remonte à plusieurs siècles, nous rappelle d'ailleurs un épisode marquant de l'Histoire. Dans ses périodes les plus sombres, les soldats ont fait preuve d'une compassion sans précédent en déposant les armes pour célébrer Noël ensemble. Ce geste de paix et de fraternité nous rappelle que, malgré nos différences, nous sommes tous humains, animés par le besoin universel d'amour et de compréhension. Ainsi, la paix est au cœur de cette célébration, établie en objectif fondamental et universel.



Noël nous rappelle aussi l'importance de la solidarité et de l'empathie envers nos semblables. C'est une période propice pour tendre la main à ceux dans le besoin, pour partager notre abondance avec ceux qui en manquent. Les traditions de Noël transmises de génération en génération nous rappellent également nos racines et notre héritage culturel. Les chants de Noël, les délicieuses odeurs des pâtisseries traditionnelles et les cadeaux soigneusement emballés sont autant de symboles qui nous transportent dans une atmosphère féérique remplie de joie et d'espoir. Alors que nous nous préparons à célébrer cette saison magique, souvenons-nous de l'essence même Noël : l'amour, la paix et le partage. Que cette période de l'année nous rappelle à tous les valeurs qui nous unissent en tant qu'êtres humains et nous incitent à faire preuve de compassion et de gentillesse envers notre prochain.



Joyeuses fêtes

MARIA PIETRANGELI, RÉDACTRICE EN CHEF





NANIS
ITALIAN JEWELS



FABBRICA
DEL LUSO
ITALIANO
CONTEMPORANEO

Bijouterie
HOFFMANN

1, coin Grand-rue
L-6730 Grevenmacher

5, av. de la Porte-Neuve
L-2227 LUXEMBOURG



COUVERTURE

Look réalisé avec la collection Silver Season de la marque **Be Creative Make Up**.
En vente exclusivement chez **ICI PARIS XL**.



MODE / 16

© George at Asda

20200

EXEMPLAIRES CERTIFIÉ CIM



WISHLIST / 32

© Swarovski

01. MODE

NEWS MODE / 08

INTERVIEW CRÉATEUR / 12

Yukihiro Katsuta :
Responsable de la Recherche
et du Développement
pour UNIQLO

MODE / 16

Santa Baby

WISHLIST / 32

Spécial cadeaux de Noël

02. SOCIÉTÉ

L'INTERVIEW DU MOIS / 46

Dr. Martine Goergen :
Respect, tolérance, humilité

NEWS SOCIÉTÉ / 56

BUSINESS / 58

Cadre supérieur :
Un triste privilège ?

FINANCE / 62

Quelles prestations
familiales au Luxembourg ?

SOCIÉTÉ / 72

Résolution : Voyager
plus durable en 2024

DOSSIER GREEN / 76

Au Luxembourg comme
dans le Grand Est :
La forêt en état de choc

DOSSIER / 78

La chute de l'enfant-chéri
de la sociale démocratie

03. BEAUTÉ

BIEN-ÊTRE / 36
Comment faire face
aux excès de fin d'année

NEWS HEALTHY / 44

BEAUTÉ / 48
Les secrets beauté pour
obtenir un teint parfait

BEAUTY CASE / 52

BEAUTY LAB / 54

04. ART DE VIVRE

DESIGN / 28
Grain de café,
grand cru signé Cartier

MOODBOARD / 40

WE ARE FAMILY / 66
Chien, chat, serpent...
Envie d'adopter un animal
domestique ?

INTIMITÉ / 70
L'essence de la réconciliation
dans le couple

SAVE THE DATE / 82

BOOKS / 88

NEWS FOOD / 92

RECETTE / 96

HOROSCOPE / 98



ourg

DIRECTRICE ET RÉDACTRICE EN CHEF

Maria Pietrangeli

RÉGIE PUBLICITAIRE

WAT Éditions Sàrl

DIRECTRICE COMMERCIALE

Julie Kieffer

CONSEILLERS EN COMMUNICATION

Aymeric Grosjean / Kevin Martin

STUDIO DE CRÉATION

WAT Éditions Sàrl

GRAPHISTE

Dorothee Dillenschneider

RÉDACTEURS

Marc Auxenfants / Fabrice Barbian
Marine Barthélémy / Lisa Beys
Céline Domecq / Magali Eylenbosch
Marie-Line François / Fabien Grasser
Charlotte Kaiser / Julie Kieffer
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.

News MODE

TEXTE : CHARLOTTE KAISER

LE MANTEAU THELMA

La Maison annécienne Fusalp poursuit sa conquête citadine, n'hésitant pas à proposer des looks originaux et élégants.

Dans sa collection Automne/Hiver 2023, elle propose une pièce à l'identité bien marquée qui traduit très justement cet état d'esprit : le manteau Thelma Bloom. Confectionné en drap de laine chaud, ce manteau oversize, est idéal à porter durant l'intersaison ou en hiver. Son col tailleur fait écho à l'ancestral savoir-faire tailleur de Fusalp. Afin de structurer de façon délicate la silhouette féminine, les équipes créatives ont imaginé une coupe croisée, parée de boutons pressions cachés et accentuée par une ceinture ajustable. Reprenant les codes du ceinturon militaire, cette ceinture ponctue cet élégant look d'une touche technique et pratique, correspondant bien à l'ADN de la marque.



BALLERINES VERSION LUXE

Évoquant par leur nom et leur silhouette la beauté de la danse, une passion artistique chère à Christian Dior tout autant qu'à Maria Grazia Chiuri, les ballerines Dior Ballet - dévoilées au sein de la collection Dior croisière 2024 - risquent (pour une fois) de faire l'unanimité. Ces souliers, disponibles en noir ou en nude, s'habillent d'un cuir de veau matelassé, sur lequel s'esquissent les lignes graphiques de l'icône cannaie, en hommage à l'héritage du couturier-fondateur. Alliant élégance et confort, ils se distinguent par un nœud délicat en gros-grain sur le devant, orné d'une perle en résine blanche signée CD, inspirée des iconiques boucles d'oreilles Dior Tribales. Des objets de désir intemporels qui rendent, plus que jamais, leurs lettres de noblesse à ces chaussures trop souvent décriées.

Loewe

Parajumpers



Golden Goose

LE CONCEPT STORE
MULTIMARQUES
CHIC & TENDANCE

Fidèle à l'esprit haut de gamme qui caractérise les magasins Vincent Verlaine, la boutique WOMEN vous offre une expérience unique, depuis mai 2023. Plongez-vous dans une atmosphère raffinée et singulière qui vous enveloppera dès votre entrée dans la boutique, située dans le cœur historique de Luxembourg. Que vous cherchiez un look sportswear élégant ou une tenue plus formelle, l'équipe de conseillers professionnels vous guidera à travers toutes nos meilleures pièces pour composer votre style.

Dénichez vos futures pépites chez Vincent Verlaine WOMEN !

Voici quelques-unes des marques disponibles :

GOLDEN GOOSE, JACOB COHEN, SEVEN,
PARAJUMPERS, NOTSHY, DSQUARED, LOEWE, COURRÈGES,
HANA SAN, RRD, PREMIATA, etc...

BOUTIQUE FEMME

57, Grand-Rue - L-1661 Luxembourg - Tél. : 273 983

BOUTIQUE HOMME

12, Grand-Rue - L-1660 Luxembourg - Tél. : 31 01 99

BOUTIQUE HOMME & FEMME

Z.A.C op Herbett - L-3885 Schifflange - Tél. : 28 84 59 33

www.vincentverlaine.com



vincent
verlaine

THE 1 D'IKKS

La griffe française IKKS présente son nouveau it-bag, venant grossir sa ligne d'accessoires, THE 1. Ce sac à main forme trapèze, matelassé en agneau noir raffiné, est doté d'une bandoulière en chaîne XXL et de quelques subtils détails (on pense notamment aux clous argentés) qui lui confèrent une allure punk-rock irrésistible. Minimaliste, chic et faussement classique, il se porte en bandoulière ou sur l'épaule pour un usage quotidien, de jour comme de nuit. « J'ai imaginé, avec le studio accessoires, un sac à la fois intemporel et totalement nouveau dans sa construction. Un sac en décalage avec ses codes classiques au travers d'une identité très rock et de lignes audacieuses », résume Marianne Dreuilhe, la directrice des collections chez IKKS.

Le nouveau it-bag de la marque se décline en trois coloris et en trois formats.

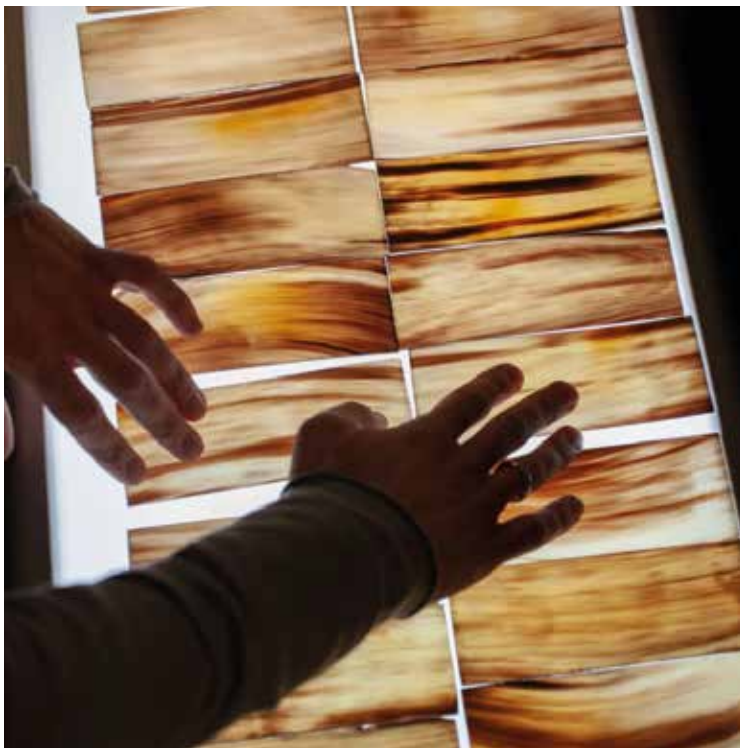


TIFFANY FORGE

Tiffany & Co. dévoile sa toute dernière collection de bijoux, baptisée Tiffany Forge. Fabriquée en argent sterling, cette collection célèbre le cheminement unique de chaque individu. Son design met en avant des liens qui ne sont pas fermés, mais ouverts et sans contrainte, symbolisant ainsi une ouverture d'esprit face aux détours de la vie. Tiffany Forge rend hommage à la riche tradition de chefs-d'œuvre en argent sterling qui a toujours été ancrée dans l'histoire de la maison. La nouvelle collection Forge se décline en une gamme complète de créations, toutes arborant un motif à maillons ouverts audacieux. Ces pièces sont proposées en argent sterling poli ou noirci. La collection comprend une variété de chaînes étroites et larges, des colliers, des bracelets, des bagues et des boucles d'oreilles qui jouent avec les échelles et la dimensionnalité.

88

C'est l'âge de Maggie Smith, la célèbre professeure McGonagall dans *Harry Potter*. Célébrant les beautés de tous les âges, l'actrice incarne la dernière campagne de la marque de luxe Loewe.



OPTIQUE DENUIT VOUS REMERCIE DE VOTRE FIDÉLITÉ ET VOUS SOUHAITE DE

JOYEUSES FÊTES

Distinguez-vous avec élégance

2 RUE DE L'ALZETTE, L-4010 ESCH-SUR-ALZETTE - TÉL. : 54 32 74



OPTIQUE
— DENUIT —

Yukihiko Katsuta

RESPONSABLE DE LA RECHERCHE ET DU DÉVELOPPEMENT POUR

UNIQLO



Le 26 octobre dernier, la marque Uniqlo a ouvert son tout premier point de vente luxembourgeois, en plein cœur de la capitale. Connue pour son goût prononcé pour l'innovation et la fonctionnalité, la griffe née au Pays du Soleil levant a su imposer dans nos dressings des pièces intemporelles et confortables qui font nos looks du quotidien. Yukihiko Katsuta, responsable R&D pour Uniqlo, nous dévoile les coulisses créatives du nouveau venu Grand-Rue.

TEXTE : CHARLOTTE KAISER | PHOTOGRAPHIES : UNIQLO

La mode est un marché très concurrentiel. Comment avez-vous réussi à tirer votre épingle du jeu ? Qu'est-ce qui vous distingue ?

Nous proposons des vêtements *LifeWear* en accord avec nos valeurs japonaises de simplicité, de qualité et de durabilité. Ces derniers, bourrés de détails ingénieux et pratiques, sont conçus pour le quotidien et s'adaptent à tous les looks en fonction des besoins journaliers de ceux qui les portent.

Les vêtements ne devraient pas imposer un style, mais être un moyen pour chacun d'exprimer le sien en les associant selon ses préférences. Nous écoutons au maximum les requêtes de nos clients et visons à créer des vêtements de qualité, à des prix abordables, répondant à leurs besoins changeants.

Quel est le processus créatif d'Uniqlo avant le lancement d'une collection ?

Chez Uniqlo, nous accordons une grande attention au processus de conception. Nous effectuons de nombreuses recherches, de multiples séances d'essayage et des contrôles de qualité. Ainsi, bien que nos prix soient abordables, notre processus est haut de gamme !

Parfois, le développement de nouveaux tissus peut prendre une année entière, car ils sont pratiquement tous élaborés en interne. C'est le cas de HEATTECH, qui a été développé en 2003 avec Toray Industries, la principale entreprise textile au Japon.

Ce vêtement révolutionnaire utilise une technologie japonaise qui transforme les vapeurs générées par le corps en chaleur et a nécessité plusieurs prototypes avant que nous soyons satisfaits du résultat et que nous puissions le lancer. Avec plus de 1,5 milliard de pièces vendues dans le monde depuis son lancement, cette technologie exclusive n'a cessé d'évoluer pour offrir davantage de fonctionnalités et de choix aux clients.



La marque collabore avec des créateurs de renom, comment choisissez-vous ces partenariats créatifs et comment parvenez-vous à les convaincre de travailler avec Uniqlo ?

Les collaborations d'Uniqlo avec des designers et des marques s'inscrivent dans le cadre de notre engagement à faire évoluer constamment *LifeWear*. En cherchant sans relâche l'excellence et en répondant aux nouveaux besoins des clients, nous nous associons à des créateurs de renom et d'autres partenaires externes partageant notre vision. Ensemble, nous combinons nos expertises pour concevoir des produits qui deviendront les basiques de demain. Collaborer avec Uniqlo offre aux designers une merveilleuse vitrine pour partager leurs produits dans le monde entier, touchant ainsi des centaines de millions de personnes. De plus, ils ont la

chance d'intégrer des technologies exclusives d'Uniqlo, telles que Blocktech et HEATTECH, tout en ajoutant leur touche personnelle aux produits développés.

Vous avez récemment travaillé avec la créatrice de mode britannique, Clare Waight Keller. En quoi cette collaboration est-elle différente des autres ? Pouvez-vous donner un aperçu du travail qui s'est déroulé en coulisses ?

La collection Uniqlo : C reflète le style décontracté et chic de tous les jours selon Clare Waight Keller. Elle a créé une garde-robe d'essentiels qui capture une esthétique moderne et facile à porter. Elle a pensé à tous les indispensables d'une garde-robe féminine, de la silhouette des manteaux à la fonctionnalité et à la polyvalence de ces derniers, jusqu'à la recherche de vêtements qui se prêtent autant à la ville



couleurs magnifiques et des coupes sophistiquées pour un look chic sans effort.

Comment parvenez-vous à équilibrer la fonctionnalité et le design dans vos produits, étant donné que l'aspect pratique est une caractéristique clé d'Uniqlo ?

Alignée avec l'éthique LifeWear qui vise à améliorer la vie de chacun, la praticité est une priorité. En fait, cette notion pratique de la mode s'inspire des valeurs japonaises de vérité, de beauté et de vertu. Il faut que les vêtements que nous proposons répondent aux besoins primaires des gens. Un excellent exemple : les chemises sans repassage pour hommes, très faciles à laver et limitant les plis après le lavage. Un autre exemple est la technologie Blocktech, ce tissu offre une excellente performance hydrofuge. Les styles présentent des designs simples, mais avec de nombreux détails cachés pour braver les éléments naturels au Luxembourg, dans le plus grand confort !

Quel est le fil rouge de toutes ces collaborations ? Comment cohabitent-elles dans vos boutiques ?

Comme évoqué précédemment, nous privilégions des collaborations bénéfiques tant pour Uniqlo que pour les designers. La condition préalable est le désir commun de créer des vêtements fonctionnels et confortables.

La collection JW Anderson FW23, qui a été lancée exclusivement dans le magasin Uniqlo Grand-Rue avant la sortie mondiale, puise son inspiration dans les classiques britanniques et le style universitaire vintage. La gamme associe la réflexion du LifeWear d'Uniqlo, conçue en tenant compte des besoins quotidiens de chacun, à la vision ludique de la mode de JW Anderson. Cette collaboration, destinée aux hommes et aux femmes, se trouve dans un espace dédié au rez-de-chaussée du magasin Uniqlo luxembourgeois. •

qu'à la campagne. Dans ce dressing quotidien complet et intemporel, on ressent une certaine aisance et une fluidité.

Cette collection a amélioré certains de nos produits phares, en se concentrant notamment sur les vêtements d'extérieur, les bas et les tricots. Ainsi, la collection Uniqlo : C s'intègre parfaitement au reste de la gamme principale d'Uniqlo.

Une de vos plus grandes collaborations vous unit avec le designer français Christophe Lemaire. Comment avez-vous réussi à créer un vestiaire basique et tout aussi désirable ?

Nous sommes ravis d'avoir Christophe Lemaire à la tête du centre de Recherche et Développement de Paris. Avec son équipe de designers et de modélistes, ils sont chargés de créer la ligne Uniqlo U pour laquelle ils réinventent les vêtements de tous les jours en utilisant des matériaux innovants et des silhouettes contemporaines inédites.

Uniqlo U fait partie de la collection Uniqlo et n'est pas une collaboration. Nous cherchons à intégrer des articles à succès qui ont d'abord été développés sous l'étiquette Uniqlo U dans la gamme principale. C'est le cas du tricot 3D utilisant la technologie spéciale WHOLE GARMENT® de l'entreprise japonaise SHIMA SEIKI, qui a d'abord été introduite dans les robes Uniqlo U avant d'être étendue à d'autres articles pour femmes et hommes.

Chaque saison est conçue avec une précision maximale et dans le but de créer une garde-robe moderne et fonctionnelle. Cette saison, la nouvelle gamme Uniqlo U propose des essentiels faciles à porter, chics et élégants.

Christophe Lemaire résume la collection ainsi : « créer des vêtements amis dans lesquels on se sent bien - rien qui vous contraint, rien qui vous déguise ». C'est une interprétation élégante de LifeWear offrant un équilibre parfait entre fonctionnalité et confort décontracté, associé à des

AMBIANCE SEVENTIES AVEC PRISUNIC



ASSIETTE
de Jean Pierre Garrault



LAMPE
de Odile Mir



PORTE SERVIETTE
de studio design prisunic



TABOURET
de Gae Aulenti

Fort du succès de sa première rétrospective, Monoprix remet le couvert et fait une nouvelle fois revivre l'héritage du design culte de Prisunic en vous offrant un voyage dans les années 70. L'occasion de s'offrir (à petits prix) des pièces iconiques de mobilier et de déco.

Ce second opus ultra-désirable, qui mêle objets cultes de l'ère Prisunic et créations seventies inédites, célèbre plus que jamais « le design à la portée de tous ». À partir du 8 décembre, les amoureux et nostalgiques des années 70 (et tous les autres) pourront découvrir des assises et luminaires aux nuances pop dessinés par Odile Mir, des tabourets et tables en métal signés Gae Aulenti mais aussi de la vaisselle funky imaginée par Jean-Pierre Garrault ou encore un tapis géant aux motifs géométriques de Stéphane Tissinier qui reprend le graphisme initié par son père Jacques Tissinier.



CHAISE
de studio design prisunic



CHARIOT
de studio design prisunic

**À DÉCOUVRIR EN EXCLUSIVITÉ DANS LES MAGASINS
MONOPRIX À PARTIR DU 8 DÉCEMBRE 2023**

MONOPRIX

Monoprix Fort Bourbon
3-11 Rue du Fort Bourbon • Tél. : 28 48
71 1 Ouvert en semaine de 8h30 à 20h

Les deux magasins sont ouverts
le dimanche de 10h à 19h
Ouvert 7 jours sur 7

Monoprix Guillaume
2 Pl. Guillaume II • Tél. : 27 87 21 1
Ouvert en semaine de 8h à 20h

SANTA BABY

Comme dirait Mariah Carey : it's time! Sortez vos plus belles tenues et vos accessoires les plus fancy, c'est le moment de célébrer la magie de Noël et le réveillon de la Saint-Sylvestre. Si vous avez encore besoin d'inspiration, on a regroupé pour vous toutes les tendances mode pour briller de mille feux en cette fin d'année.

TEXTE & SÉLECTION : JULIE KIEFFER





MANGO



H&M



fusalp

8 AVENUE MONTEREY, LUXEMBOURG



CKS



VERITAS



RIANI



pall



White
Christmas

Des centaines d'idées cadeaux, un seul lieu !

Pall Oberpallen est ouvert 7 jours sur 7

+ DE 100 MARQUES FASHION - 2 RESTAURANTS - ÉPICERIE - DÉCO - FLEURS - JOUETS - CARBURANT

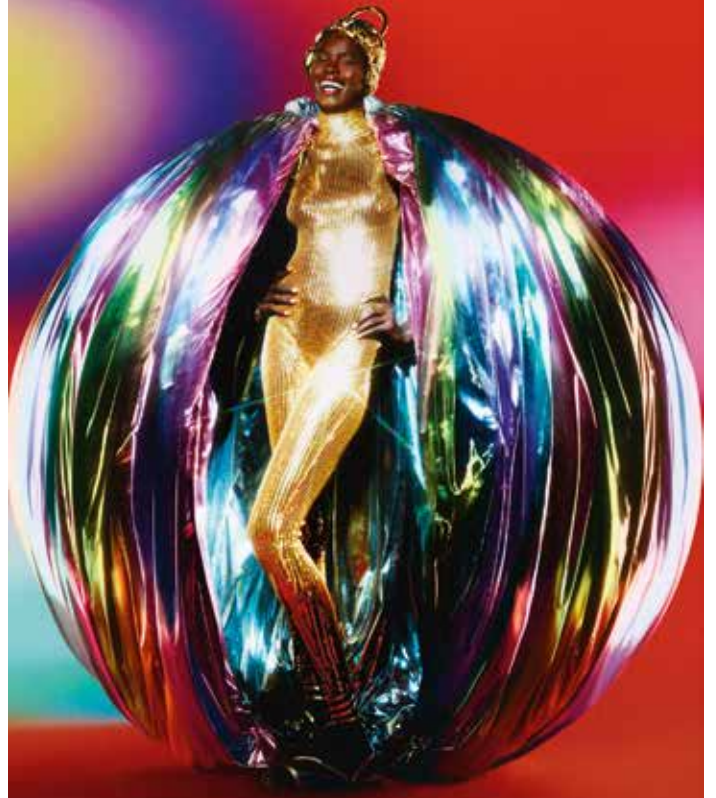


GEORGE AT ASDA



LE GRAND MAGASIN DES MERVEILLEUX

LE NOËL DE MES RÊVES
PAR CHARLES DE VILMORIN



*Galleries
Lafayette*

001 116 020 PARIS

 GALERIES LAFAYETTE LUXEMBOURG
103 GRAND RUE
DU LUNDI AU SAMEDI DE 10H À 19H
ET LE DIMANCHE DE 14H À 18H

ENJOY* SUR [GALERIESLAFAYETTE.COM](https://www.gallerieslafayette.com)
* À DÉCOUVRIR



MALIPARMI

ice
watch



NATAN



69€

PASSION ELLE & LUI
Bijouterie
Notre passion vous va si bien !

ice-watch.com



GRAIN DE CAFÉ, GRAND CRU SIGNÉ CARTIER

Collection de joaillerie incontournable dans les années 50-60, Grain de Café, reflète tout l'ADN, le savoir-faire et le style de la maison Cartier. Quand la sophistication du diamant rencontre l'élégance de deux ors, cela donne naissance à des pièces uniques et délicieusement intemporelles... Retour sur une collection mythique joliment revisitée.

TEXTE : MARINE BARTHÉLÉMY | PHOTOGRAPHIES : CARTIER

MOTIF PHARE

Le motif Grain de Café apparaît pour la première fois en 1938, sous l'impulsion de Jeanne Toussaint, directrice de la création chez Cartier. Inspirée des fruits que la nature nous offre, cette collection est née du profond désir de faire de l'extraordinaire avec de l'ordinaire. Palmiers, fruits, feuilles de laurier...

“

L'objectif était de concevoir des pièces aussi subtiles qu'ostentatoires, à la fois sensuelles et pratiques

”

À partir des formes du quotidien que beaucoup considéreraient comme anodines, Jeanne les regarde différemment et leur donne vie à travers des bijoux qui cristallisent une flore éphémère. L'objectif était de concevoir des pièces aussi subtiles qu'ostentatoires, à la fois sensuelles et pratiques, riches de sens. Les multitudes pampilles, serties de diamants, valent les unes à côté des autres, pour offrir un jeu de lumière et d'éclat chatoyant, vibrant à chaque mouvement sur la peau. Trente artisans joailliers ont travaillé à la création de cette collection et ont réussi à transposer la profondeur de la couleur ébène d'un grain de café en or éclatant. Pour atteindre cette prouesse technique, plus de soixante prototypes ont été nécessaires, comme en témoignent les incroyables dessins que la maison Cartier nous laisse entrevoir, notamment sur son site internet.

CLASSIQUES DU GENRE

La collection compte plusieurs paires de boucles d'oreilles, bagues, colliers



et broche mêlant or jaune 750/1000, or gris 750/1000 et diamants, un bracelet orné de rubellites, une variété de tourmaline dont la teinte tire vers le rouge, le rose voire le violet. Deux pièces de la collection jouent la carte de l'audace en revêtant un or rose délicat, incrusté de diamants et d'obsidiennes noires, évoquant toute la puissance aromatique et formelle d'un grain de café. Parmi les nouveautés proposées par la Maison : un sautoir tout en légèreté serti de 8 diamants taille brillant et 14 diamants taille princesse ainsi qu'une paire de boucles d'oreilles ornée au

total de 16 diamants taille brillant et 2 diamants taille princesse pour 1.11 carat. Deux modèles aux lignes rétro et raffinées, évoquant ainsi tout le charme des années 50.

VIRTUOSITÉ

Sans doute aucun, la collection révèle un savoir-faire authentique et chaque détail est savamment pensé. De la conception à la réalisation, les modèles témoignent de la volonté d'un design unique, faisant la part belle aux formes et aux mouvements de chaque empiècement.

On y aperçoit un jeu de textures et un subtil mariage des couleurs : l'or jaune, gris ou rose est tour à tour lisse, strié, ciselé, godronné ou tressé, s'articulant à merveille avec les grains de café la plupart du temps piqués de diamants de différentes tailles ou de pierres fines colorées. L'audace est dans les associations et les enchevêtrements d'éléments qui tombent en cascade, interprétés et réinventés à l'infini, créant ainsi de délicats bouquets de joaillerie. « Par la simple utilisation de l'or, sans d'autres fioritures, Grain de Café fait naître une nouvelle préciosité en jouant avec la lumière, les finitions ou les volumes... En découle une collection polyphonique avec un supplément d'âme » confie Marie-Laure Cérède, actuelle Directrice de Création Joaillerie et Horlogerie.



BROCHE



BRACELET



BOUCLES D'OREILLES



“
L'or jaune, gris ou rose
est tour à tour lisse, strié,
ciselé, godronné ou tressé,
s'articulant à merveille
avec l'audace formelle
des grains de café
”

VISAGES ICONIQUES

Au fil des décennies, la collection rencontre un indéniable succès. Une popularité florissante intimement liée au fait que, très vite, ces bijoux sont

aimés et adoptés par Grace de Monaco, princesse nouvellement couronnée dans les années 1950, qui arbore volontiers l'un des somptueux colliers de la collection dans un mythique portrait de 1956 paru dans le Financial Times. Aujourd'hui encore, l'aura et la délicatesse de cette collection signature perdurent,

notamment à travers des ambassadrices de choix et de talent. C'est donc tout naturellement que l'actrice Elle Fanning, figure incontournable du cinéma américain, est choisie en 2023 pour devenir le visage de la nouvelle campagne Grain de Café et incarner les valeurs ô combien précieuses de la Maison. ●

BIJOUX À FEUILLETER

Ciselage, sertissage, laquage, assemblage... Quoi de plus inspirant que de se plonger, étape par étape, dans l'intimité créative des Maisons de Haute Joaillerie ? À travers, de beaux livres à offrir ou à s'offrir, plusieurs d'entre elles nous dévoilent les coulisses de leur Atelier. Parmi les nouveautés : *Le Dictionnaire Merveilleux* de Van Cleef & Arpels (Flammarion), *Haute Joaillerie* de Chanel (Thames & Hudson), *Fred le Joaillier solaire* (Flammarion).



THE
NEW

i5

100% ELECTRIC



DONNONS PRIORITÉ À LA SÉCURITÉ.

Informations environnementales : bmw.lu

15,9-20,6 KWH/100 KM • 0 G/KM CO₂ (WLTP)

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

POUR ASSUMER VOTRE CÔTÉ *girl boss*



TEXTE & SÉLECTION : JULIE KIEFFER



ALESSI
CARAFE



SWAROVSKI



BY CHARLOT
PLANTE



BAOBAB
BOUGIE



MARTINELLI LUCE
LAMPE

Entre coups de cœur et cadeaux à petit prix,
la rédaction vous a concocté une wishlist de
cadeaux à offrir ou se faire offrir...



APPLE
CASQUE AUDIO



HERMÈS
BOB



GUERLAIN
PARFUM



LETANNEUR
PORTE-DOCUMENTS



NUXE
HUILE SÈCHE



MARGAUX LONNBERG
BLAZER



LACOSTE
MONTRE



CARTIER
PORTE-CARTES

GENAVEH
CHOCOLATIER
ARTISANAL
LUXEMBOURGEOIS



1 rue Philippe II, Luxembourg Ville

www.genaveh.lu

POUR ÊTRE SUR VOTRE 31

toute l'année



TEXTE & SÉLECTION : JULIE KIEFFER



GUCCI
GANTS



H&M



GALERIES LAFAYETTE
FOULARD



DYSON
SÈCHE-CHEVEUX



LOUIS VUITTON
LIVRE

Objets design, bijoux tendances, accessoires iconiques... Cette petite liste pensée avec amour vous aidera à faire mouche le jour j!



LOEWE
SAC À MAIN



GENAVEH X BERNARD-MASSARD
COFFRET



MORGAN
ESCARPINS

Maryse Hoffmann

BIJOUTERIE HORLOGERIE
by S. Streff

LUXEMBOURG



FAITES BRILLER VOS PROCHES

Vous cherchez un bijou en or ou en diamant à offrir pour Noël ? Trouvez le cadeau parfait à mettre sous le sapin en parcourant notre magnifique sélection, pour tous les goûts et tous les budgets.



Bijouterie Maryse Hoffmann by Sandy Streff - Stresa S.a.r.l.
11a, avenue de la Porte-Neuve, L-2227 Luxembourg
Tél. : 47 18 73

www.bijoux-streff.lu



BVLGARI
PARFUM



CHANEL
BROCHE



BOTTEGA VENETA
CEINTURE



CARTIER
BOUCLES D'OREILLES



BE CREATIVE MAKE UP
SET MASCARA





COMMENT FAIRE FACE

aux excès de fin d'année

Ah les fêtes de fin d'année... Un moment hors du temps qui concentre ce que la vie a de mieux à nous offrir : des retrouvailles en famille ou entre amis autour d'une belle table. Une période qui rime forcément avec plaisirs gourmands à profusion, ce qui n'est pas pour nous déplaire ! Mais elle peut aussi être éprouvante pour le foie, alors suivez nos conseils pour que la soirée ne tourne pas au vinaigre.

TEXTE : CHARLOTTE KAISER

Au cours du mois de décembre, il n'est pas rare de voir nos bonnes résolutions flancher à l'appel d'une bonne bûche ou d'une verrine au saumon. Et c'est bien normal ! Les fêtes sont aussi là pour nous rappeler que les plaisirs de bouche contribuent grandement à notre bonheur quand ils sont consommés raisonnablement. Parce qu'il faut l'avouer, la fin d'année est aussi et surtout synonyme d'excès en tout genre. Du gras, du sucre, de l'alcool, tout y passe ! Des repas festifs et copieux qui risquent de laisser des traces...

FAITES UNE PRÉTOX !

Alors pour ne pas faire vivre un enfer à votre foie et être en pleine forme à l'approche des fêtes, vous pouvez anticiper ces écarts en optant pour un prétox. Quésaco ? Contrairement à la détox qui entend compenser les excès après coup, la prétox est une méthode healthy qui vous invite à repenser votre alimentation en amont. Très plébiscitée outre-Manche, cette cure se réalise sur une courte durée (7 jours) avant le début des festivités. L'idée est de bannir les sucres, les produits industriels tout en réduisant votre consommation d'aliments riches en graisses saturées, tels que les aliments frits, les fast-foods

et les viandes grasses. En somme, il faut privilégier une alimentation saine qui fait la part belle aux fruits, aux légumes frais et aux céréales complètes.

“

Il faut l'avouer la fin d'année est aussi et surtout synonyme d'excès en tout genre

”

Pour ne pas vous laisser tenter par ce qui pourrait dépasser de vos placards, vous pouvez prendre un moment pour préparer l'ensemble des menus qui rythmeront votre prétox, en s'inspirant du batch cooking. Alors sur le papier cela ne vous fait peut-être pas rêver, mais une papillote de poulet moutardé aux petits légumes accompagnée d'un riz complet n'a jamais fait de mal à personne ! Et si vous manquez d'idées pour le reste de la semaine et que vous aimez passer du temps en cuisine (pas trop longtemps quand même), faites un tour sur Instagram. La plateforme regorge de recettes qui allient diététique et gourmandise.

Parce que oui, il est possible de manger sainement sans avoir l'impression de s'affamer et c'est justement ce qu'on cherche ici. Se priver totalement de manger serait contre-productif. Il faut trouver un juste milieu et surtout vous faire un peu violence en concoctant vous-même tous vos petits plats.

DU THÉ À PROFUSION

Outre l'alimentation, pensez aussi à surveiller ce que vous buvez ! Pendant le prétox, on zappe l'alcool, mais aussi les boissons sucrées et celles qui contiennent des édulcorants. On veille à boire suffisamment d'eau tout au long de la journée. Si vous avez du mal à mener à bien cette mission, n'hésitez pas à glisser dans votre gourde des fruits ou des légumes frais (concombre, agrumes, fruits rouges), mais aussi du gingembre ou des herbes aromatiques (menthe, basilic, thym). Le thé sera également votre meilleur allié. Vous pouvez par exemple consommer du thé vert. Riche en antioxydants, ce dernier possède de nombreux bienfaits tant pour le corps et l'esprit. Laissez-vous également tenter par un thé Oolong, capable de réduire les graisses et de chasser les toxines du corps, ou par un thé blanc qui booste le métabolisme. Pour continuer sur cette



sont à garder toute l'année ! Vous pouvez aussi en profiter pour aller à la piscine ; il est vrai que l'idée peut paraître saugrenue étant donné les températures à venir, mais l'activité comporte de nombreux bienfaits pour la santé physique et mentale. En plus de solliciter tous vos groupes musculaires, la natation est un sport parfait pour éliminer la cellulite et brûler de nombreuses calories. Une fois dans l'eau, c'est aussi un bon moyen pour oublier les tracas du quotidien puisque la pratique accessible à tous (même à ceux qui ont des douleurs au dos ou aux articulations) est un puissant anti-stress.

Pour rester dans la catégorie souvenir d'enfance, vous pouvez également ressortir la corde à sauter qui faisait votre bonheur dans la cour de récré. Un exercice qui permet également de solliciter tous vos muscles. ●

ET APRÈS LES FÊTES ?

On reste bien évidemment sur cette lancée en privilégiant une alimentation allégée et une bonne hydratation. On profite aussi de cette période un peu plus calme pour se reposer et profiter de son entourage !

3 000

En moyenne, nous ingurgitons, lors du repas du 25 décembre, pas moins de 3 000 calories. Et cela peut considérablement augmenter en fonction de votre consommation d'alcool. Pour rappel, une femme a besoin de 2 000 calories par jour (environ 2 500 pour un homme). Mais ne culpabilisez pas, Noël n'arrive qu'une fois par an...

lancée et pour favoriser l'hydratation, préparez-vous également des bouillons de légumes. On s'inspire volontiers des recettes asiatiques en optant pour des champignons, du chou pak choï, des carottes, de la citrouille, du gingembre... Des mets faciles à préparer, sains et parfumés qui vous aideront à aborder les fêtes sereinement et avec bon goût !

UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE

Trop froid pour aller courir ? Faites quelques exercices devant votre télévision ou motivez-vous à aller en salle pour pratiquer l'activité de votre choix. C'est plus que jamais le moment de tester les séances HIIT. Ce format d'entraînement par intervalles alterne périodes d'exercice intense et périodes de repos ou d'activité légère. Le HIIT permet de brûler rapidement beaucoup de calories et de perdre du gras tout en

développant sa masse musculaire. Autre intérêt : il augmente le métabolisme, et ce plusieurs heures après l'entraînement.

“
**Outre l'alimentation,
 pensez aussi à surveiller
 ce que vous buvez!**
 ”

Si vous êtes loin d'être une grande sportive et même si le froid est saisissant, descendez quelques stations plus tôt si vous prenez les transports ou prenez un vélo si votre logement ne se trouve pas très loin de votre lieu de travail. En arrivant, prenez les escaliers plutôt que l'ascenseur. Ces bonnes habitudes

SOU SCHMAACHT LËTZEBUERG

LE LOCAL. C'EST L'IDÉAL

Promouvoir l'agriculture, la viticulture et l'horticulture luxembourgeoise est le cheval de bataille de la Chambre d'Agriculture. La campagne Sou Schmaacht Lëtzebuerg initiée en 2009 en est une belle expression. Le site sou-schmaacht-letzebuerg.lu un indispensable outil ! Vous pouvez notamment y trouver un éventail de produits locaux mais aussi des recettes pour préparer au mieux vos repas festifs de fin d'année.



La campagne Sou Schmaacht Lëtzebuerg « bat les champs » depuis 2009 et se nourrit de l'engagement des producteurs et de l'adhésion des consommateurs, des distributeurs et des restaurateurs. Pour continuer son parcours sur ce chemin vertueux, la Chambre d'Agriculture a multiplié les outils promotionnels et incitatifs. Le site internet sou-schmaacht-letzebuerg.lu en est un et non des moindres. Cette vitrine pour l'agriculture locale, accessible à tous, répertorie l'ensemble des restaurants et cantines qui proposent des menus ou plats intégralement ou majoritairement concoctés avec des ingrédients

luxembourgeois ! Pour les retrouver, il faut suffit de cliquer sur la rubrique Gastronomie. En cette période de fêtes de fin d'année, c'est plus que jamais le moment de (re)découvrir la richesse de nos produits locaux et le savoir-faire des producteurs en vous rendant dans un des 191 restaurants et cantines qui ont d'ores et déjà signé la convention gastronomie. Ces bonnes adresses s'emploient autant que possible à favoriser les produits du terroir dans l'assiette pour notre plus grand bonheur !

DES PRODUITS LOCAUX SUR VOS TABLES DE FÊTES

Quant à la rubrique Producteurs, elle offre plus particulièrement aux consommateurs de se diriger vers l'éleveur, l'agriculteur, le viticulteur ou encore l'horticulteur le plus proche. Où que vous habitiez, il y a un producteur près de chez vous. Il vous suffit de générer la carte de géolocalisation pour le trouver et vous assurer de prendre la bonne direction ! Grâce au site, vous avez aussi accès à un vaste catalogue référençant l'ensemble des produits issus de l'agriculture luxembourgeoise. L'occasion de faire quelques emplettes, en vue des fêtes, pour faire rougir de plaisir les fins gourmets de votre entourage et soutenir la production locale. Privilégier les circuits courts est gage de qualité ! Et cette année, on mise sur le local même

pour les cadeaux gourmands. De nombreux producteurs proposent des paniers garnis de produits locaux qui éveilleront les papilles de vos proches.

DES AVANTAGES À LA PELLE !

Manger local c'est consommer des produits frais, arrivés maturation et donc regorgeant de nutriments. Manger local c'est également réduire l'impact environnemental en limitant les transports mais aussi en consommant des produits cultivés dans les respects des normes nationales. Manger local c'est enfin un gage de transparence et de traçabilité.



DES FÊTES MAGIQUES



MAISONS DU MONDE

Peu importe la décoration que vous choisirez pour célébrer les fêtes de fin d'année, pourvue qu'elle scintille de mille feux dorés et pailletés... Petit conseil, optez pour des éléments en velours bleu cobalt. L'ensemble confèrera une touche à la fois raffinée et délicate, créant ainsi une formule magique parfaite pour un intérieur accueillant, prêt à recevoir chaleureusement amis et famille.



WESTWING
BOULES DE NOËL



H&M
VASE



HOMESENSE
CASSE-NOISETTE



MAISON DEVERGNE
COUSSIN



KERIA
SUSPENSION



CARTIER
BOULE À NEIGE



SWAROVSKI
DUO DE SAPINS



LA REDOUTE INTÉRIEURS
CANAPÉ



BLOOMINGVILLE
CHARIOT

Elena Beiner

UNE PROFESSIONNELLE AU SERVICE DES DÉFIS IMMOBILIERS DE SES CLIENTES

Agent indépendant au sein du leader mondial de l'immobilier RE/MAX, Elena Beiner va lancer sa propre agence immobilière. Sportive passionnée et sponsor d'équipes et d'événements sportifs, elle compte apporter ses expériences et une touche humaine à sa clientèle, dans un secteur qui affiche actuellement un dynamisme modéré.

Elena Beiner



Genevoise d'origine, Elena Beiner a longtemps travaillé dans le négoce et le financement de matières premières en Suisse et à Londres. Repérée par un chasseur de tête, elle rejoint une société luxembourgeoise spécialisée dans les matières premières pour la métallurgie. Mais suite au Covid, cette dernière ferme ses portes au Grand-Duché. Elena Beiner rejoint alors RE/MAX en tant qu'agent immobilier indépendant. Plus de 3 ans après, elle décide de lancer sa propre agence, au sein du même réseau immobilier. Elle se confie sur ses carrières, ses passions et sur sa vision entrepreneuriale.

Elena Beiner, en quoi consiste concrètement votre métier actuel ?

Je suis agent immobilier indépendante certifiée – certificat délivré par la Chambre de Commerce du Luxembourg – et diplômée de « Real Estate Economics and Finance » auprès de la London School of Economics and Political Science. Concrètement, je m'occupe des achats, des ventes et des locations de biens d'habitation ou commerciaux, pour le compte d'un portefeuille de clients : et ce, du studio jusqu'aux propriétés de luxe. À ce titre, je suis également Luxury Real Estate Professional, RE/MAX Collection, la division Luxe du groupe. Nous ne sommes que quatre à porter ce titre au Luxembourg. Je suis en outre numéro 3 YTD (year to date) RE/MAX Luxembourg Octobre 2023.

Vous exerciez auparavant dans la finance dans le domaine des matières premières. En quoi consistait vos missions ?

Elles consistaient entre autres à négocier avec les banques les lignes de crédit nécessaires au financement des transactions de matières premières. J'ai exercé ce métier de négociante pendant 17 ans, à Genève, Lugano, Zug et à Londres, avant de rejoindre au Luxembourg il y a 5 ans, une société spécialisée dans le commerce et la distribution de matières premières pour les fonderies, les aciéries et d'autres industries de métaux. L'expé-

rience a pris fin avec le covid et la fermeture de ma société pour raisons économiques. Le Luxembourg n'étant pas une plateforme de négoce de matières premières, j'avais le choix entre retourner en Suisse, ou bien me lancer dans un challenge professionnel complètement différent. À l'époque, je voulais me diriger dans l'entrepreneuriat. En 2014 déjà, j'avais obtenu un Executive MBA auprès de l'IE Business School de Madrid, une école qui prône l'esprit entrepreneurial. Et j'avais toujours rêvé d'être indépendante et de lancer un jour ma propre affaire. Je connaissais un peu RE/MAX, un réseau mondial est très présent en Amérique du Nord et en Europe. J'ai donc rejoint le groupe, pour y débiter ma nouvelle carrière d'agent immobilier.

Qu'est-ce qui vous pousse plus de trois ans après à vous lancer dans cette nouvelle aventure entrepreneuriale ?

C'est, d'une part le désir de développement personnel, de construire et de faire grandir un projet professionnel. Et d'autre part la volonté de réussir. Mais de réussir différemment : avec ce défi que le marché immobilier luxembourgeois est devenu plus compliqué, dans un contexte de financement des biens rendu difficile par des taux d'intérêts élevés. Le secteur a certes beaucoup souffert. Si je tire un bilan de ces dernières années, je note qu'elles ont tout de même été fructueuses pour moi. Et mon résultat 2023



ELENA BEINER, EMBA • AGENT IMMOBILIER CERTIFIÉ

Meilleur Agent - RE/MAX Strassen 2022/2023 • #3 YTD RE/MAX Luxembourg Octobre 2023
Platinum Club • elena.beiner@remax.lu • www.remax.lu/elena • Tél. : +352 661 22 82 77

est convaincant. J'ai d'ailleurs reçu un prix pour mes résultats 2022 lors de la 50^{ème} Convention Internationale Annuelle de RE/MAX à Las Vegas.

Vous restez cependant dans le réseau. Pourquoi ?

Le concept à des avantages : je gèrerais mon entreprise en toute autonomie, sans pourtant être jamais seule dans mes opérations quotidiennes ou dans ma planification d'affaires à long terme. Un solide réseau offre en outre un soutien important en termes de formation, de références, de marketing, de technologie et d'administration. Il vous permet d'atteindre votre plein potentiel en vous concentrant sur ce que vous faites le mieux.

Dans ce contexte, quelles qualités doit-on avoir pour mener à bien une telle entreprise ?

L'espoir et la ténacité. Le négoce des matières premières consistait à trouver des clients, des fournisseurs et des financements ; c'est un domaine et une profession qui ne sont pas faciles. C'était un challenge journalier qu'on retrouve dans le métier de l'immobilier. Sauf qu'ici, il y a également tout un aspect humain, que j'adore, basé sur une relation de confiance durable entre le client et l'agent.

Quelle touches personnelles et expériences apporterez-vous dans ce projet ?

Les expériences professionnelles et personnelles, bonnes et mauvaises, nous apprennent à bien comprendre les clients, et donc à mieux les accompagner dans leurs défis immobiliers. Une transaction immobilière en effet, c'est plus qu'un simple achat, qu'une simple vente doublés d'une opération financière. Il s'agit ainsi d'apporter un service de qualité à des clients, parfois à un moment bien particulier où ces personnes et leurs proches traversent une période facile ou difficile de leur existence... Et qui vendent ou achètent parfois à regret



et par obligation. Il y a donc bien souvent une démarche très personnelle et émotionnelle derrière les transactions de biens.

“

Les expériences professionnelles et personnelles, bonnes et mauvaises, nous apprennent à bien comprendre les clients, et donc à mieux les accompagner dans leurs défis immobiliers

”

Comment comptez-vous vous différencier des autres agences du groupe et de vos concurrentes ?

Chacun a sa méthode de travail. Comme nous sommes tous indépendants, nous ne gérons pas nos relations client exactement de la même manière. Je compte me positionner et me différencier grâce à un marketing, un plan marketing et une méthode personnalisés et adaptés à chaque client. Et ce, en apportant le maximum de service pour que les transactions immobilières soient réalisées avec succès, et pour la plus grande satisfaction des deux parties. Mon business et mon agence reflèteront également mes valeurs !

Des valeurs de sincérité et d'empathie, mais aussi d'engagement et d'implication. 90% des décisions d'achat ou de vente émanent des femmes. En tant que femme, je peux ainsi comprendre leurs défis et exigences en matière de choix immobiliers, et donc répondre au plus près de leurs attentes.

Vous êtes très active dans le sponsoring sportif. Comptez-vous continuer cette activité ?

Je joue au golf et je pratique d'autres sports. Et je considère que l'immobilier et le sport vont très bien ensemble : ce sont deux disciplines dynamiques. Le sport est aussi une passion que je partage avec de nombreux clients et partenaires d'affaires. Le sponsoring m'apporte par ailleurs une visibilité et une très belle opportunité de mêler mon travail à mes passions. Concrètement, je sponsorise l'équipe de football féminine du Racing Union Lëtzebuerg (champions de la saison 2022-2023), des tournois de golf, ainsi que le Golf Cup by Henri Leconte & Friends.

Quel message souhaiteriez-vous communiquer à nos lectrices et lecteurs ?

En cette période de fêtes et de fin d'année, je leur souhaite de passer de bonnes fêtes et leur transmets mes meilleurs vœux pour l'année 2024.

News HEALTHY

DANSER : LE MOUVEMENT, C'EST LA CLÉ!

TEXTE : LISA BEYS



Mince et en pleine forme!

Danser pendant 30 minutes permet de brûler près de 200 calories, tout en se faisant plaisir ! Activité physique complète, elle sollicite différents groupes musculaires et améliore la force, la flexibilité, l'endurance et la coordination. Elle contribue également à améliorer la posture, l'équilibre et la stabilité. Selon les différents types de danse, il est possible de cibler les zones du corps à affiner ou à muscler : jambes (tango), taille (danse orientale), fesses (salsa), bras (danse africaine).

À TOUT ÂGE

La danse stimule le cerveau, et l'apprentissage d'une nouvelle chorégraphie est excellent pour la mémoire et la concentration. Plusieurs études scientifiques démontrent que la danse réduit les effets du vieillissement du cerveau : danser régulièrement diminue de 76 % les risques de démence sénile sur les personnes âgées de 75 ans et plus (New England Journal Of Medecine, Einstein Aging Study).



QUAND LA DANSE fait recette

Le nom de Charli D'Amelio ne vous dit rien ? Intronisée « reine de TikTok » par le *New York Times*, cette jeune femme de 19 ans s'est hissée dans le top 3 mondial du réseau grâce à ses chorégraphies, et à ses 150 000 millions d'abonnés. Un business juteux : selon *Forbes*, les stars de TikTok facturent 500 000 dollars pour une seule publication en collaboration avec une marque ! Le chiffre d'affaires global de TikTok est aujourd'hui estimé à 9,4 milliards de dollars.

TOUS FOUS DU DJEMBEL®

Inspiré des mouvements, des sonorités et de la dynamique des danses africaines, le djembel® est le nouveau sport tendance. Concept ultradynamique, condensé de toutes les danses africaines : c'est le sport idéal pour se remettre en forme tout en s'amusant, et allier fun et fitness !

Soigner par le mouvement

France Schott-Billmann est psychanalyste et pionnière de la danse-thérapie. Elle a écrit plusieurs ouvrages de référence sur le sujet, notamment *La thérapie par la danse rythmée : les bienfaits de la transe* (Éditions Odile Jacob, 2020). Une séance de danse-thérapie se déroule individuellement ou en groupe, et vise la prise de conscience de soi et la libération de tensions et de blocages inscrits dans la mémoire du corps. Elle peut notamment être recommandée pour les patients suivants des traitements lourds, comme des chimiothérapies.



1,7 MILLIARD

C'est le nombre d'utilisateurs actifs dans le monde sur TikTok en 2022. En Europe, ils sont 150 millions ! L'appli chinoise est présente dans 155 pays : la danse, langage universel, est au cœur de son succès, et ses chorégraphies reprises par ses milliers d'utilisateurs à travers la planète.



NOTRE COUP DE CŒUR : GROW WITH JO

C'est la chaîne YouTube à retenir absolument : la belle Johanna (« Jo »), @growwithjo sur Insta, propose à ses 4,6 millions d'abonnés des vidéos alliant danse et fitness, avec une bonne humeur contagieuse. Loin des corps ultra-standardisés, elle propose gratuitement des centaines de vidéos ultra-inclusives. On rentre chez soi après sa journée, on ouvre YouTube, et c'est parti ! L'idéal pour se défouler en musique : on vous met au défi de ne pas devenir complètement accro !

Dr. Martine Goergen

RESPECT, TOLÉRANCE, HUMILITÉ

C'est une femme qui prendra les rênes du CHL au printemps prochain. Y ayant fait toute sa carrière, le Dr. Martine Goergen connaît bien l'établissement. Le travail est colossal, la fonction prestigieuse. Mais pour elle, il faut rester humble et continuer à apprendre de tous. Elle parle de ses priorités à l'hôpital tout en évoquant ses passions, le sport, la philosophie, la mode et surtout son besoin de contact humain et social. Rencontre avec une femme élégante et chaleureuse au Café Amore.

TEXTE : KARINE SITARZ | PHOTOGRAPHIE : CHL

Dr. Martine Goergen



En mars 2024, vous deviendrez la première femme à occuper le poste de Directeur général du Centre Hospitalier de Luxembourg, plus gros établissement du pays.

Effectivement, le CHL emploie quelque 2700 personnes, c'est le onzième plus gros employeur du Luxembourg, la première entreprise de cette taille qui aura une femme à sa direction. C'est une belle reconnaissance de mon parcours. J'ai commencé au CHL en 2001 comme chirurgienne viscérale, je suis passée cheffe de département en 2009 avant de devenir Directeur médical en 2017. Je suis préparée pour mon nouveau poste, j'ai notamment suivi une formation diplômante de deux ans en management à Sciences Po Paris, obtenue en 2022.

Où avez-vous grandi? Quelle jeune fille étiez-vous? D'où vient votre goût pour la médecine?

Je suis une fille de la Moselle entourée d'une famille de vignerons. Il n'y avait pas de médecin dans la famille. Jeune, je m'intéressais à la biologie, je voulais devenir vétérinaire, mais la découverte de la génétique et l'inspiration d'un de mes professeurs au Lycée Michel Rodange m'ont

amenée à la médecine. J'ai choisi l'Université Libre de Bruxelles. Il n'y avait pas que la médecine, j'ai fait du piano jusqu'à 18 ans et puis j'ai toujours aimé les bijoux et la mode, aujourd'hui encore, en particulier les créations des stylistes Rick Owens et Yohji Yamamoto.

Qu'est-ce qui pousse une jeune femme à se spécialiser en chirurgie viscérale ?

Quand j'ai fait mes premiers stages, il a été tout à coup clair que je m'orienterais vers la chirurgie. À l'époque, en 1992, il n'y avait pas beaucoup de femmes chirurgiens. Et si je me suis spécialisée en chirurgie viscérale, une chirurgie lourde avec beaucoup d'urgences, c'est pour sa double approche à la fois intellectuelle et manuelle. Il faut prendre rapidement les décisions et l'on voit tout de suite les résultats. J'ai fait ma spécialisation en partie à Bruxelles et ai passé un an à l'hôpital 12 de Octubre à Madrid où j'ai fait de la transplantation hépatique puis un an à l'hôpital Beaujon à Paris où je me suis aussi occupée de chirurgie hépatique. J'ai terminé ma formation en 1998 à Bruxelles et je suis revenue au pays.

Qu'est-ce qui vous a amenée au CHL et à y rester ?

Le CHL est, par son statut, l'hôpital qui ressemble le plus à un hôpital universitaire. J'ai pu y développer de nouvelles formes de prises en charge. Dès mon arrivée, je me suis occupée entre autres de chirurgie de l'obésité même si la clinique de l'obésité que j'ai créée n'a elle ouvert qu'en 2009. Aujourd'hui, la clinique reçoit quelque 1000 patients par an avec une prise en charge pluridisciplinaire. 20% des personnes sont opérées, les autres ont des prises en charge médicales.

Vous avez aussi contribué au développement de la chirurgie mini-invasive...

Je suis « née à la chirurgie » avec cette chirurgie mini-invasive, dans les années 1990. J'ai vraiment baigné dedans et cela m'a toujours tenu à cœur le fait que

la chirurgie nuise le moins possible. À la direction médicale du CHL, je me suis ainsi engagée pour l'implémentation de la chirurgie robotique.

“

Le patient est au cœur de l'hôpital, il faut continuellement améliorer sa prise en charge, lui proposer les meilleurs parcours possibles

”

Continuerez-vous vos activités de chirurgienne ?

Actuellement, j'ai deux matinées de chirurgie et une matinée de consultations. Après le 1^{er} mars, j'aimerais garder une activité clinique, mais je ne sais pas ce qui sera possible.

Au cours de votre parcours, avez-vous eu des obstacles en tant que femme ?

J'ai toujours eu la chance d'avoir de bons patrons et je n'ai jamais rencontré d'obstacles, ni ici ni ailleurs. Mais il faut travailler « comme un homme », ce qui veut dire ne pas revendiquer d'être traité comme tel et agir différemment...

Directeur général du CHL, quelles seront vos priorités ?

Ce qui m'importe avant tout c'est le patient, sa prise en charge, toujours à améliorer. Il y a aussi les grands projets à suivre : le nouveau CHL qui ouvrira en 2028 et le projet d'une nouvelle KannerKlinik prévue pour 2035. Par ailleurs, comme on est un hôpital public avec des médecins salariés, il faut veiller à notre attractivité, ce qui n'est pas évident, surtout en cas de pénurie de médecins. Il faut qu'on voit nos avantages : recherche, enseignement... Pour certaines spécialités, comme l'anesthé-

sie ou la radiologie, très bien rémunérées dans le libéral, il est difficile de convaincre avec notre « système solidaire ». Mais on a de nombreux services nationaux, comme la neurochirurgie, la pédiatrie et l'immuno-allergologie, avec une masse critique et de vrais moyens, c'est ce qu'il faut pérenniser, car c'est ce qui attire.

Avec un emploi du temps si chargé, trouvez-vous le temps pour la famille, les hobbies, d'autres engagements ?

Comme mon mari est chirurgien, on a le même train de vie, ça aide et puis il cuisine pour moi quand je rentre tard (*rires*). Mon fils, lui, est grand, il a 23 ans. Côté hobbies, je fais du sport - crossfit, course, musculation en salle - cela me ressource. Et le dimanche, je lis. J'aime tout particulièrement la philosophie, elle me fait avancer personnellement et nourrit mon regard sur les autres. Côté engagement, je suis administratrice de la Fondation Kriibskrank Kanner et de la Chaîne de l'Espoir. ●

Questions à la volée

UN MUSICIEN :

David Bowie, sa musique m'a toujours fascinée de même que son look toujours un peu excentrique.

UNE PERSONNALITÉ :

Angela Merkel, sans juger sa politique, en tant que femme humble au pouvoir dans un grand pays.

UNE DESTINATION :

Pour me ressourcer, j'aime revenir aux mêmes endroits, depuis une dizaine d'années à Cadix l'été, en Autriche l'hiver pour le ski.

UNE PHILOSOPHIE DE VIE :

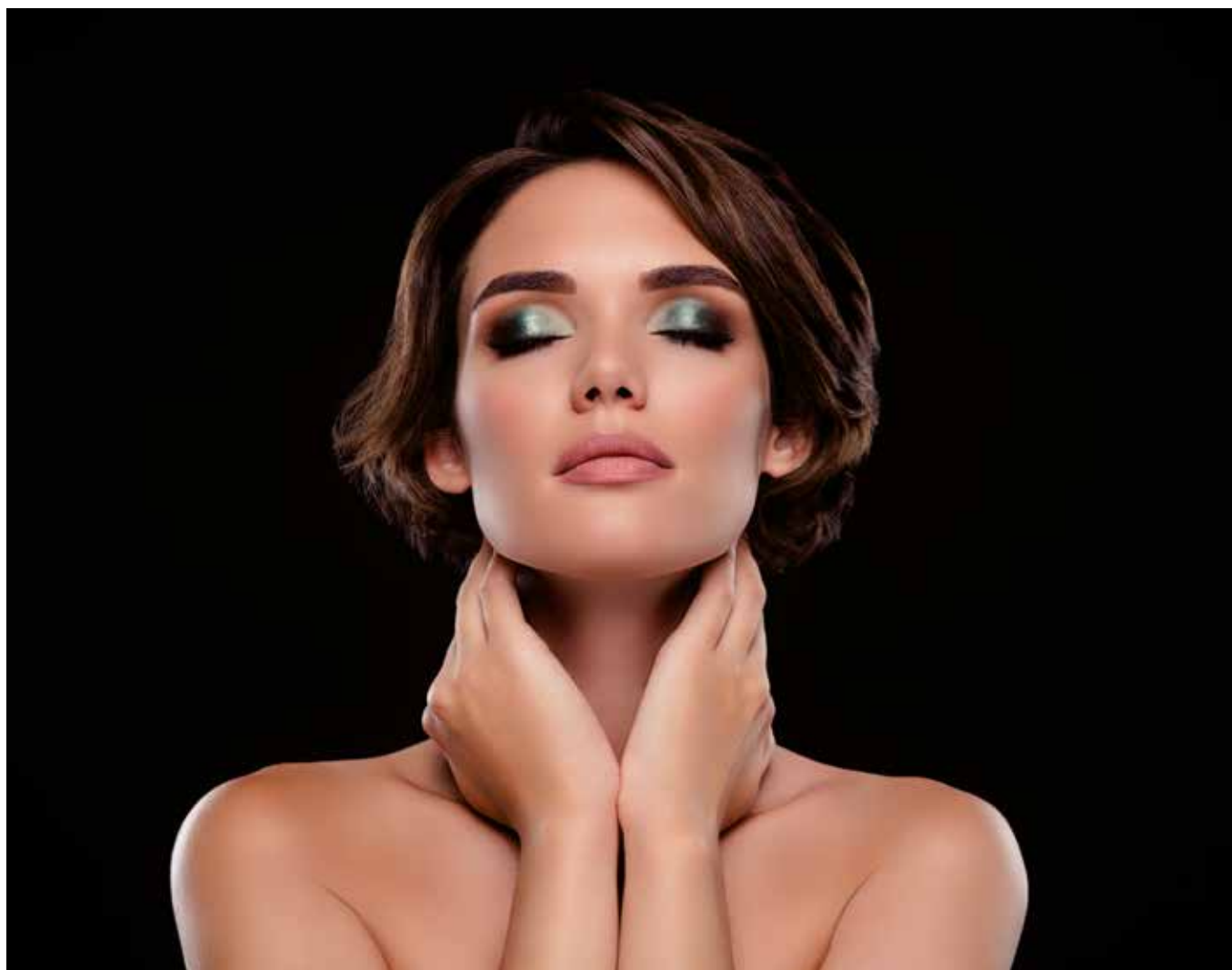
La tolérance, la curiosité et l'ouverture à l'autre.

Les secrets beauté

POUR OBTENIR UN TEINT PARFAIT

Vous enviez le teint frais et glowy des stars sur les plus beaux tapis rouges et malgré des efforts répétés devant votre miroir, vous avez du mal à le reproduire à l'identique? Pas de panique, on vous livre toutes nos astuces à intégrer à votre routine beauté pour afficher invariablement (et quotidiennement) un teint parfaitement glowy.

TEXTE : MARIE-LINE FRANÇOIS





MB

MAISON DE LA BEAUTÉ

SKIN CARE AND BEAUTY

PLUS DE 20 ANS D'EXPÉRIENCE



LIFTING 3D JAPONAIS



UNIQUE AU LUXEMBOURG



Ce soin performant et unique, crée au Japon, apporte une efficacité visible et durable par la combinaison d'un massage du dos, du décolleté et du visage.

Les effets :

- Peau naturellement rajeunie, liftée et raffermie,
 - Muscles du dos décontractés,
 - Posture corrigée,
- Port de tête plus harmonieux,
 - Détente profonde,
 - Circulation énergétique.



OFFREZ LE CADEAU PARFAIT

SELON VOS ENVIES ET VOTRE BUDGET

Le bien-être en cadeau en quelques clics, commandez votre cadeau de Noël sur notre e-shop ou directement à l'institut.



PCA skin

GUINOT

LPG

THALGO

GEMOLOGY



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

Retrouvez l'ensemble de la carte des soins
sur www.maisondelabeaute.lu



Un teint frais, des joues rosées, une brillance naturelle... Tous les professionnels vous le diront : le teint, c'est la base de tout bon maquillage. Alors que vous prévoyez de réaliser un smoky eye pour fêter la nouvelle année ou de tracer un parfait trait d'eyeliner argenté, vous devez de connaître ces secrets beauté pour obtenir un teint parfait. Pour avoir l'effet bonne mine de Bella Hadid ou Rosie Huntington-Whiteley, on ne le répétera jamais assez, mais il faut d'abord avoir une peau en bonne santé.

L'HYDRATATION RESTE LE MAÎTRE-MOT

L'idée est d'appliquer une crème adaptée à votre type de peau, laissez-la pénétrer quelques minutes avant de rentrer dans le vif du sujet. Pour adapter soins et traitements aux besoins et aux spécificités de votre peau (normale, mixte, grasse, ou sèche), vous pouvez réaliser un diagnostic chez un dermatologue. Ce dernier vous aidera à mieux comprendre votre épiderme et ainsi le garder en bonne santé. Pensez aussi à boire suffisamment d'eau tout au long de la journée. L'hydratation contribue à maintenir l'élasticité de la peau et à prévenir la formation de rides prématurées. Une alimentation saine et équilibrée joue aussi un rôle essentiel. Intégrez des aliments riches en antioxydants, en vitamines et en acides gras essentiels tels que les fruits, les légumes, et les poissons gras pour favoriser la régénération cellulaire et préserver l'éclat de la peau. Et même en hiver, pensez à protéger votre peau des effets néfastes du soleil en appliquant régulièrement une crème solaire. Les rayons UV peuvent causer des dommages à long terme, comme le vieillissement prématuré de la peau et l'augmentation du risque de cancer.

LES BONS GESTES

Après avoir intégré toutes ses bonnes habitudes, revenons à notre principal sujet : les techniques de maquillage à connaître pour obtenir un teint parfait. Il existe plusieurs gestes à adopter. Pour préparer votre peau, et si vous en ressentez le besoin, vous pouvez appliquer un primer. Cette base transparente, qui s'applique après la crème de jour et avant le fond de teint, permet d'unifier, de protéger et de lisser le grain de votre peau. Un produit multifonction qui s'invite de plus en plus dans les troussees à maquillage puisqu'il permet aussi d'améliorer la tenue de votre make-up. Choisissez ensuite un fond de teint de la même couleur que votre peau pour obtenir une couvrance uniforme et naturelle. Appliquez-le en fines couches pour éviter l'effet masque en partant du centre du visage vers l'extérieur et assurez-vous de ne pas mettre trop de matière sur les zones du visage où la peau est plus fine (contour des yeux et sillons naso-géniens). On dissimule ensuite les cernes et les imperfections à l'aide d'un anticernes. Choisissez un produit d'une teinte légèrement plus claire que votre fond de teint et appliquez-le légèrement sous les yeux et sur les zones d'ombre pour un teint lumineux et uniforme.

L'EFFET GLOWY

Pour soigner les finitions, mais surtout pour éviter la brillance excessive, posez un voile léger de poudre libre sur la zone T du visage (ou toutes autres zones saillantes). Cela vous permettra d'obtenir un teint glowy à souhait. Cette technique de maquillage vise à donner à la peau un éclat naturel et lumineux. Contrairement à un teint mat, qui a tendance à avoir un fini peu éclatant, elle cherche à mettre en valeur la luminosité naturelle de la peau. On finit par sculpter le visage en appliquant un blush (rose ou abricot

très léger) sur les pommettes pour ajouter une touche de couleur naturelle à votre teint, donnant ainsi l'impression d'une peau radieuse. Il vous suffit de tracer un trait sous votre œil et de l'estomper avec vos doigts ou un pinceau.

Apportez la touche finale à votre make-up en utilisant un highlighter. Qu'il soit liquide, en poudre ou en stick, il vous permettra de redéfinir l'ovale de votre visage tout en apportant la juste dose de lumière sur des zones précises telles que les pommettes, l'arête du nez, l'arcade sourcilière et l'arc de Cupidon.

Vous pouvez ensuite utiliser un fixateur pour prolonger la tenue de votre make-up. ●

“

Le maquillage de teint glowy est une technique qui vise à donner à la peau un éclat naturel et lumineux

”

Les coups de cœur de la rédaction



YVES SAINT LAURENT
TOUCHE ÉCLAT - LE TEINT



SISLEY
PHYTO-TEINT ULTRA ÉCLAT

TROIS QUESTIONS À ÉMILIE BUONO

MAKE-UP ARTIST POUR PARIS 8

Quels sont les trois éléments clés pour obtenir un teint parfait selon vous ?

Il est essentiel de bien choisir les produits que vous allez utiliser. Trouver la teinte de fond de teint qui vous correspond est essentiel. Celui-ci doit se rapprocher au maximum de la carnation de votre peau. Il faut aussi opter pour la texture qui s'accorde à votre type de peau. Si vous avez une peau à tendance sèche, évitez les produits mats.

Au contraire, si vous avez la peau grasse, je vous déconseille d'utiliser les fonds de teint brillants ou huileux. Une fois les bons produits trouvés, il est primordial de bien les appliquer. C'est un peu comme en cuisine, il ne suffit pas d'avoir les bons produits pour faire une bonne recette! Avec un fond de teint, utilisez un pinceau ou une éponge pour obtenir l'effet escompté.

Pourriez-vous partager des astuces pour intégrer des produits illuminateurs dans la routine quotidienne de maquillage,

afin d'obtenir un éclat naturel sans paraître trop scintillante ?

L'idée est d'inclure un soin du visage (crème de jour ou crème illuminatrice) dans votre routine maquillage. Il est possible de mélanger ce produit à votre fond de teint. Vous aurez alors un effet glow et une finition bonne mine naturelle. Il faut éviter aussi de choisir des cosmétiques trop pailletés.

Quelle est la faute de maquillage courante à éviter, mais que beaucoup de personnes commettent ?

Je dirais que la plupart de mes clientes n'osent pas sortir de leur zone de confort, elles ont un maquillage type depuis des années qu'elles ne changent jamais. C'est une des plus grosses erreurs en maquillage. Les tendances évoluent, il faut aussi s'adapter à la saison et comprendre que votre peau n'a pas les mêmes besoins en fonction de votre âge. L'idéal serait de tester des couleurs et des textures différentes tout au long de l'année pour faire évoluer son maquillage.

Un Noël éblouissant AVEC PARIS 8

CRAQUEZ POUR CHOYER VOS PROCHES. OPTEZ POUR LA SÉLECTION PARIS 8 !



Coffret Libre
Eau de Parfum 50ml - Édition de Noël
YVES SAINT LAURENT

Coffret Burberry Goddess
Eau de Parfum 50ml – Édition de Noël
BURBERRY

Coffret Fame
Eau de Parfum 50ml – Édition de Noël
RABANNE



Le Male Elixir
Parfum
JEAN PAUL GAULTIER

Extra Dimension Skinfinish
Poudre Highlighter - Édition de Noël
MAC COSMETICS

Hair rituel
Spray fixant invisible 250ml
BY SISLEY



NEVE FRESCA
Bougie de Noël 200gr
ACQUA DI PARMA

Studio Radiance
Fond de teint sérum 30ml
MAC COSMETICS

Luxe Cheek & Highlighting Palette
Palette pour le teint - Édition de Noël
BOBBI BROWN



-20%* DÈS 45€ D'ACHATS
GRÂCE À VOTRE CARTE CLIENT



MUST-HAVE

01 ANTI-ÂGE

L'acide hyaluronique, actif phare de la médecine esthétique, est naturellement présent dans l'organisme, il disparaît rapidement (75% en 30 ans). La formule de hyalushot associe deux acides hyaluroniques (haut et bas poids moléculaires) pour un effet de comblement immédiat. Le premier est plus résistant à la dégradation qu'un acide hyaluronique classique. Le second pénètre en profondeur et cible les zones spécifiques. Chaque dose de hyalushot équivaut à trois injections classiques. Son embout ultra fin permet une application précise dans les rides et les sillons du visage. Simple, rapide et efficace, hyalushot offre des résultats bluffants et instantanés : une peau visiblement plus jeune et radieuse. **Hyalushot Wrinkle corrector. Dior.**



02

VITALITÉ



Une formule innovante huile/eau, favorise une absorption optimale par la peau. Conçu pour régénérer la peau et lui redonner sa vitalité, ce soin agit en profondeur pour atténuer les rides marquées, offrant ainsi un teint plus jeune et éclatant et visiblement raffermi. Après deux semaines d'utilisation régulière, les résultats sont visibles : la peau est nourrie et régénérée en profondeur, bénéficiant d'une hydratation intense. Les rides, autrefois marquées, sont réduites, laissant place à une sensation cutanée ferme et douce. L'emballage est entièrement recyclable, contribuant ainsi à la préservation de notre planète. **Crème de Nuit Anti-Age Intensif. Louis Widmer.**

ÉCLAT

03



Une crème aux agents actifs tels que la vitamine B3, la vitamine E et le squalane, connue pour ses nombreux bienfaits. La vitamine B3 renforce la barrière cutanée, réduit les rougeurs et diminue l'apparence des pores, tandis que la vitamine E protège la peau des agressions extérieures et des radicaux libres. Le squalane, quant à lui, offre des propriétés hydratantes, apaisantes et anti-âge. Enrichie en huiles précieuses comme l'huile d'argan, le beurre de karité et l'huile de camellia japonica, cette crème anti-âge hydrate, apaise et régénère la peau en profondeur pour plus de douceur, de souplesse et d'éclat. **Riche Care. Celestetic.**

ENVOÛTANT ✨

04

Cette nouvelle fragrance est une véritable symphonie parfumée. Les accords floraux subtils de jasmin et de rose se mêlent à des notes fruitées de poire et de pêche, créant ainsi un parfum à la fois doux et vibrant. De plus, des notes de café et d'amande poudrée ajoutent une touche de chaleur et de gourmandise à la composition. Des notes de tubéreuse, de fleurs blanches, de jasmin sambac et de fleur d'oranger apportent une dimension florale et envoûtante. Des notes de fèves tonka, de bois de santal, de vanille et de cacao ajoutent une profondeur et une sophistication supplémentaires à la composition. **Mood for art Woman. Annayake.**



05

BELGE, VÉGAN ET DURABLE

La formule extrêmement couvrante de ce rouge à lèvres habille les lèvres d'une couleur mate et intense ultra longue tenue – jusqu'à 10 heures – sans transfert et résistante à l'eau. Plus pigmentée que jamais et extrêmement légère, cette formule douce libère une couleur très audacieuse en un seul coup et vous donne une allure royale. Une nouvelle marque de cosmétiques belge, végane et durable. **Rouge à lèvres QC Signature. Queen C Cosmetics.**

depuis 1847


MONDORF
Domaine Thermal

OFFREZ *une bulle de* **BIEN-ÊTRE**

**Cette année,
pour les fêtes, optez pour un
cadeau thermal :**

*massage relaxant, journée de détente
au bord des piscines, nuitée 4 étoiles ou
dîner à deux. Les idées sont nombreuses
pour combler vos proches et les éblouir.*

Découvrez un large
choix d'idées cadeaux
sur **mondorf.lu**



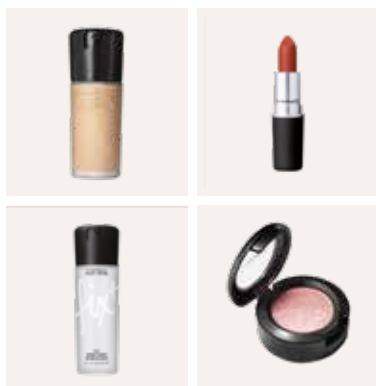
et à nos réceptions

On a testé pour vous !

Chaque mois, une influenceuse luxembourgeoise donnera son avis sur un produit ou une gamme beauté. Un avis à retrouver ici et sur Instagram !

Fond de teint Sérum Studio Radiance
Rouge à lèvres Powder Kiss
Brume fixante Fix+
Far à paupière Dazzleshadow

DE MAC COSMETICS



Pour réaliser un maquillage de fêtes des plus mémorables, MAC Cosmetics vous propose un kit d'indispensables à avoir absolument dans votre trousse de maquillage : un fond de teint sérum Studio Radiance (disponible en 56 teintes) offrant 24 heures d'hydratation et une couvrance moyenne modulable, un fard à paupières ultra pigmenté Dazzle Shadow à la formule crémeuse, un rouge à lèvres Powder Kiss (Devoted to Chili) procurant un flouté romantique de couleurs estompées ainsi qu'une brume fixante Fix+ pour prolonger la tenue du maquillage, hydrater et apaiser les peaux fatiguées.

JEU CONCOURS ! LA GAMME EST À GAGNER SUR INSTAGRAM :



AMÉLIE

INFLUENCEUSE DU MOIS

📍 seenbyamelie

« Ayant une peau à tendance sèche, j'ai beaucoup aimé le fond de teint qui reste léger et n'assèche pas la peau. Le rouge à lèvres est une belle surprise. Je ne porte habituellement pas de rouge à lèvres mat mais celui-ci a une très bonne tenue et la couleur est parfaite pour l'hiver. Enfin, l'ombre à paupières est très belle et festive ! De couleur claire, elle illumine tout de suite le regard. Le côté pailleté étant fort prononcé, je la conseillerais pour le soir uniquement. »



DOROTHÉE

« Il n'y a pas grand chose à redire sur les produits de cette célèbre marque professionnelle. Le rouge à lèvres a un effet velours magnifique, le fond de teint ne s'oxyde pas et possède une excellente tenue. Le fard à paupières s'applique facilement malgré quelques chutes. La brume fixante est efficace mais attention, l'ouverture peut s'obstruer de colle. »



CÉLINE

« Pour moi qui ne porte quasiment jamais de fond de teint celui-ci est idéal. Je l'applique uniquement sur mes rougeurs et il se fond parfaitement avec ma peau. Le fard est très riche en paillettes, à réserver pour vos makeup du soir ! Mon produit préféré de la sélection reste le rouge à lèvres, la teinte est vraiment parfaite pour la saison ! »



JULIE

« Le rouge à lèvres m'a particulièrement séduite ; enfin, un effet mat sans dessécher les lèvres, avec une pigmentation parfaite. Le fond de teint est une véritable innovation, un fond de teint soin offrant 24 heures d'hydratation et une couvrance modulable selon les besoins. Cependant, il ne lisse pas la peau comme promis. En ce qui concerne les fards à paupières, la teinte rose pailletée est polyvalente, parfaite pour le jour ou la soirée, avec la possibilité d'ajouter davantage de matière pour une touche 100% glitter. Sa tenue est un véritable atout. »

QUAND L'EXCELLENCE RENCONTRE L'ÉLÉGANCE



Nouvel institut de luxe au cœur de Luxembourg, niché dans une maison de charme, **La Maison Derma est un temple dédié à la beauté**, où l'excellence rencontre l'élégance pour satisfaire les attentes les plus élevées des clients. Les deux entrepreneuses, Sémiha, experte en maquillage permanent, et Claudia, spécialiste des soins visage, des soins anti-âges et des extensions de cils sont accompagnées d'une équipe polyvalente.

Elles sont fières de vous proposer une gamme complète de services de qualité, grâce à une collaboration avec la prestigieuse marque de cosmétiques Babor : soins du visage anti-âge, microdermabrasion, microneedling, radiofréquence, épilation laser et bien plus encore.

La Maison Derma offre également une expérience complète. Découvrez une salle dédiée au coaching sportif et bénéficiez des conseils nutritionnels personnalisés dispensés par Ruben.



GRAND CONCOURS DE NOËL À DÉCOUVRIR
SUR LE COMPTE INSTAGRAM @LA.MAISON.DERMA :
UN SAC LOUIS VUITTON À GAGNER !

6 RUE C-M SPOO, L-2546 GARE LUXEMBOURG - TÉL.: 621 620 422
www.lamaisonderma.com



News SOCIÉTÉ

NAZIH TRAD REMPORTE LA 7^E ÉDITION DU PRIX «MEILLEUR CRÉATEUR D'ENTREPRISE DANS L'ARTISANAT 2023»



© Laurent Blum

Nazih Trad (Carstec sàrl) a été désigné gagnant du Prix « Meilleur Créateur d'Entreprise dans l'Artisanat 2023 ». À ses côtés avaient été nominés Sue Dicken (All about hair sàrl), Katja Thommes & Nicola Leone (Die Wandmanufaktur sàrl), Chris Morheng (menuiserie Guy Morheng exploitation sàrl) et Lola Valerius (Valerius chocolatier sàrl), le jury a aussi décerné un coup de cœur aux sœurs Liva et Linna Karklina (Karli concept sàrl) et tous ont été chaleureusement félicités par le jury. Organisé par la Chambre des Métiers, en partenariat avec BGL BNP Paribas, le Prix « Meilleur Créateur d'Entreprise dans l'Artisanat » vise à encourager et récompenser celles et ceux qui se sont lancés dans une aventure entrepreneuriale en créant ou en reprenant une entreprise artisanale depuis 2 années au moins et 5 années au plus. Trad (Carstec sàrl) a été désigné gagnant du Prix « Meilleur Créateur d'Entreprise » et a remporté un chèque de 6.000 euros, offert par BGL BNP Paribas. Le succès fulgurant de l'entreprise n'a pas manqué d'impressionner le jury. Outre l'excellence visée par le chef d'entreprise, c'est aussi le volet du caractère RSE d'une partie de l'activité, en visant l'adaptation des véhicules pour des personnes à mobilité réduite, que les membres du jury ont tenu à souligner.

IA détecte le diabète en 10 secondes

Une étude récente de « Mayo Clinic Proceedings : Digital Health » a mis en évidence une approche novatrice pour détecter le diabète de type 2. En utilisant de courts échantillons vocaux (6-10 secondes), combinés à des renseignements de santé de base comme l'âge et le poids, les scientifiques ont développé un modèle d'IA capable de déterminer si une personne a le diabète de type 2. Le taux d'exactitude atteint 89 % chez la femme et 86 % chez l'homme. Pendant la recherche, 267 participants, à la fois diabétiques et non-diabétiques, ont été invités à enregistrer une phrase spécifique sur leur téléphone plusieurs fois par jour pendant deux semaines. Après la collecte de 18 000 enregistrements, 14 éléments acoustiques distincts ont été analysés pour différencier les voix des diabétiques de celles non-diabétiques. Les capteurs présents dans les smartphones, tels que les accéléromètres et les enregistreurs de fréquence cardiaque, recueillent des données qui permettent au système de détecter des symptômes révélateurs du diabète, comme la léthargie, une augmentation du rythme cardiaque, et bien d'autres encore. Bien que cette innovation laisse entrevoir la possibilité de révolutionner le dépistage précoce du diabète, elle n'est pas sans inconvénients : précision, confidentialité et sécurité, acceptation de la part des professionnels de santé et enfin obstacles réglementaires.

CLARENCE : JOINT-VENTURE PROXIMUS & LUXCONNECT POUR UN CLOUD SOUVERAIN DÉCONNECTÉ

Dévoilée lors du Google Distributed Cloud Launch Event, la joint-venture puise son origine dans une ambition partagée : celle de créer un cloud souverain déconnecté, conçu pour répondre aux besoins des entreprises. Les deux entreprises offrent ainsi une proposition de valeur intéressante aux entreprises en s'inscrivant dans la ligne directrice d'indépendance et d'autonomie numérique et digitale européenne et en permettant de garder le contrôle sur l'accès et l'intégrité des données. Clarence est la combinaison de deux mots forts pour les sociétés fondatrices : Clarity & Transparency; des notions qui se retrouvent également dans les valeurs de la joint-venture. L'association de Proximus et LuxConnect est également représentée dans les couleurs de la nouvelle société. Le nuage, quant à lui, symbolise le produit commercialisé au sein de la joint-venture. Souveraineté, sécurité, fiabilité et innovation sont les maîtres-mots de Clarence pour fournir une solution répondant aux besoins des clients.

REPROGRAMMATION HOMOLOGUÉE

Établie au Luxembourg depuis 2022, l'entreprise WOT donne un coup d'accélérateur à la révolution automobile en se positionnant comme la seule entreprise du pays à proposer une solution de reprogrammation moteur homologuée, compatible avec un large éventail de marques et de motorisations. La reprogrammation moteur consiste à modifier certains paramètres de la gestion moteur contenus à l'intérieur du calculateur d'un véhicule. Grâce à une coopération avec la SNCA, l'équipe de WOT assure la légalité de la démarche en gérant elle-même l'homologation de la voiture reprogrammée. Convaincus que l'excellence et la durabilité sont les piliers de l'avenir de l'industrie automobile, les fondateurs respectent scrupuleusement les normes antipollution les plus strictes. La reprogrammation ne se limite pas aux moteurs thermiques : WOT a pour ambition d'étendre son offre à plus de 500 modèles d'ici 2025, incluant des moteurs diesel.



L'AFRIQUE, PROCHAIN CHAMPION MONDIAL DE LA MODE

Selon un rapport de l'UNESCO, l'Afrique a le potentiel pour devenir un leader mondial de l'industrie de la mode, à condition que les acteurs du secteur et l'écosystème de la mode bénéficient d'un soutien accru des décideurs publics. Le continent se distingue en tant qu'important producteur et exportateur de textiles, tout en étant un marché importateur dynamique. De plus, il connaît un engouement croissant pour le Made in Africa, notamment chez les jeunes. La croissance rapide du secteur numérique facilite les échanges commerciaux intra-africains et met en lumière les jeunes talents dans les domaines de la haute couture, des métiers d'arts et de l'habillement. Une augmentation significative de 42 % de la demande pour les articles africains de haute couture est prévue dans les dix prochaines années. Le rapport souligne également quatre défis à relever pour exploiter pleinement le potentiel de l'industrie de la mode en Afrique : renforcer la protection juridique des créateurs et des professionnels, investir dans les petites et moyennes entreprises, établir des normes environnementales exemplaires et améliorer la transmission des savoir-faire et de la formation. Ces mesures essentielles permettront de soutenir le développement de l'industrie de la mode en Afrique et de renforcer sa compétitivité sur le marché mondial.

Cadre supérieur :

UN TRISTE PRIVILÈGE?

Présentée comme une récompense par l'employeur, la promotion hors convention collective d'un collaborateur assidu et compétent dans la hiérarchie et dans la grille salariale de l'entreprise s'avère un miroir aux alouettes quand les conditions fixées par le législateur ne sont pas respectées.

TEXTE : MARC AUXENFANTS

Michel Di Felice



Michel Di Felice, qui peut être considéré comme cadre supérieur?

Conformément à l'article L.162-8 du Code du travail, un salarié est à considérer comme relevant du statut de cadre supérieur lorsqu'il dispose d'un salaire nettement plus élevé que celui prévu par la convention collective pour les autres salariés, d'un véritable pouvoir de direction effectif, d'une large indépendance dans l'organisation du travail et d'aucune contrainte horaire.

Selon son paragraphe 3, alinéa 2, les trois critères – salaire nettement plus élevé, fonction d'autorité et large liberté horaire – s'appliquent de manière cumulative. Le paragraphe 3, alinéa 1 précise lui que les conditions de travail et de salaire des cadres supérieurs ne sont pas réglementées par la convention collective, sauf disposition contraire de celle-ci ou de l'accord subordonné conclu pour le personnel ayant ce statut.

Comment mesure-t-on ces trois critères?

La législation reste muette sur le montant d'une rémunération « nettement plus élevée » que celle des salariés par la convention collective. Mais si au fil du temps, la jurisprudence luxembourgeoise a essayé

Revalorisation professionnelle ou cadeau empoisonné? « Les privilèges liés au statut de cadre supérieur peuvent vite se relativiser voire s'amenuiser, si on les compare avec les avantages des salariés couverts par

une convention collective » explique Michel Di Felice, Conseiller de direction à la Chambre des Salariés du Luxembourg. « Il s'avère que beaucoup l'ayant reçu ne bénéficieraient pas des conditions qui lui sont liées ».

de préciser cette notion, elle n'est pas unanime sur ce point.

Ainsi, un arrêt de la Cour d'appel du 7 juin 2018 a décidé qu'une rémunération mensuelle de 13,6 % plus élevée que celle prévue par la convention collective si elle avait été applicable remplit la condition d'une rémunération nettement plus élevée pour être considérée comme cadre supérieur. Dans un arrêt du 28 avril 2020, la Cour d'appel retient qu'une augmentation de la rémunération mensuelle de 20% est suffisamment importante pour que la rémunération soit considérée comme « nettement plus élevée ».

Dans un autre arrêt du 8 juillet 2021, la Cour a relevé qu'il n'est pas interdit à un employeur de payer davantage à son salarié que ce qui est prévu au départ. Le paiement d'heures supplémentaires ne suffit cependant pas à lui seul à établir que le salarié n'était pas un cadre supérieur. Cette notion ne se limite pas en principe au seul salaire mensuel brut, mais correspond à la rémunération globale annuelle perçue par le salarié concerné. Et le seul fait de disposer d'une voiture de service ne saurait être suffisant pour qualifier le salarié comme cadre supérieur.

Que précise la loi sur le temps de travail des cadres supérieurs ?

Selon la loi, le Code du travail en matière de temps de travail ne s'applique pas pour les cadres supérieurs. Toutefois, il ne faut pas oublier que ceux-ci restent des salariés et que l'employeur a donc une obligation de santé et de sécurité au travail.

Qu'en est-il de l'appréciation de l'autonomie, de l'indépendance et de la flexibilité des cadres supérieurs ?

Encore une fois : parfois, les cadres supérieurs oublient qu'ils restent des salariés de leur employeur. Ce ne sont donc pas des travailleurs indépendants. Dans un certain nombre de litiges, les cadres supérieurs

ont essayé de justifier leur absence, du fait qu'ils ne sont pas soumis aux contraintes du temps de travail, ce qui est juste ! S'il existe une certaine flexibilité, un employeur garde toutefois un pouvoir de direction. Il peut donc demander un compte-rendu du travail effectué, ou convoquer son salarié dans une réunion à une heure précise de la journée.

“

Parfois les cadres supérieurs oublient qu'ils restent des salariés de leur employeur

”

Qui vérifie que ces trois critères sont bien respectés ? L'ITM intervient-il dans ce domaine ?

D'office, il n'y a pas de contrôle. Si le salarié en question s'adresse à l'ITM, celle-ci devrait vérifier si les conditions sont remplies ou non, au moins donner un feedback au salarié. La question est effectivement de se demander si l'ITM interviendrait. En principe, elle devrait le faire pour informer l'employeur sur le problème. Les salariés peuvent toujours consulter un syndicat en cas de doutes.

Pourquoi un cadre supérieur serait-il exclu de la convention collective ?

On sait très bien que les cadres supérieurs effectuent un certain nombre d'heures supplémentaires, dont la limite et la rémunération tomberaient dans le cadre de la législation du travail, s'ils étaient de simples salariés. Rien n'empêche toutefois les employeurs selon la loi de maintenir un cadre supérieur dans sa convention collective. Mais je n'ai pas connaissance d'un tel cas. Mais en pratique, la plupart des conventions collectives déclarées d'obligation gé-

nérale pour un secteur – notamment bancaire, du bâtiment et génie civil – précisent expressément que les cadres supérieurs en sont exclus malgré la présomption légale d'exclusion désormais prévue par la loi. Ainsi en va-t-il de la convention collective des salariés des secteurs et d'autres conventions collectives déclarées d'obligation générale.

Qui vient vous voir pour des conseils sur ce sujet ?

Des personnes désignées comme cadres supérieurs par leurs employeurs (généralement des banques), qui veulent s'informer sur les avantages et surtout sur les inconvénients de ce statut. Il s'avère dans la discussion que beaucoup ayant reçu ce statut ne bénéficient pas des conditions qui lui sont liées, comme le critère du pouvoir de décision effectif qui fait bien souvent défaut.

Ainsi, ce qui, a priori, peut être considéré comme une revalorisation professionnelle, peut se révéler un cadeau empoisonné pour le cadre supérieur qui reste somme toute un salarié soumis aux ordres de son employeur et qui est obligé le cas échéant de travailler davantage sans pour autant bénéficier des majorations salariales correspondantes. Les privilèges liés au statut de cadre supérieur peuvent donc vite se relativiser voire s'amenuiser, si on les compare avec les avantages dont bénéficient les salariés couverts par une convention collective. Des salariés sont venus me consulter récemment, car leur employeur voulait promouvoir au statut de cadre supérieur 20 à 30% de son staff (une centaine de personnes). Là, il faut se demander si une telle démarche est normale, et quel est l'objectif de l'employeur.

Les cadres supérieurs frontaliers en « home office » sont-ils plus pénalisés que les autres salariés ?

Concernant les restrictions prévues en cas de télétravail pour un salarié frontalier,

je conviens que cela ne constitue pas un booster pour un salarié, d'accepter le statut de cadre supérieur, car il est traité de la même façon qu'un salarié ordinaire en ce qui concerne les seuils applicables en matière de sécurité sociale et d'imposition.

Mais il ne bénéficie pas des avantages d'une convention collective ou à défaut, des garde-fous minima prévus dans le Code du travail en ce qui concerne la durée de travail, les majorations applicables pour le travail supplémentaire, de nuit et de dimanche.

Cette restriction du télétravail pour les frontaliers pourrait donc peut-être servir de frein, voire de garde-fou protecteur pour le salarié, et constituer une justification de refus du statut de cadre supérieur dans les hypothèses où il ne remplit pas les conditions cumulatives prévues à l'article L.162-8.

Refuser ce statut proposé par l'employeur peut-il être considéré comme un motif de licenciement ?

Le fait de refuser le statut de cadre supérieur n'est pas considéré comme un motif de licenciement. Il n'y a pas de violation de l'obligation d'exécuter son travail.

Que dit la Loi

- Sont soumises aux dispositions d'une convention collective ou d'un accord subordonné toutes les personnes qui les ont signés personnellement ou par mandataire. (Art. L. 162-8)
- Lorsqu'un employeur est lié par de telles conventions ou accords, il les applique à l'ensemble de son personnel visé par la convention ou l'accord en cause.
- Sauf disposition contraire de la convention collective ou de l'accord subordonné, les conditions de travail et de salaire des salariés ayant la qualité de cadres supérieurs ne sont pas réglementées



par la convention collective ou l'accord subordonné conclu pour le personnel ayant le statut de salarié.

“
Le seul fait de disposer d'une voiture de service ne saurait être suffisant pour qualifier le salarié comme cadre supérieur
 ”

Toutefois, les parties contractantes qualifiées au sens des dispositions qui précèdent peuvent décider de négocier une convention collective particulière pour les

cadres supérieurs au sens des dispositions ci-dessus visées. Sont considérés comme cadres supérieurs au sens du présent titre, les salariés disposant d'un salaire nettement plus élevé que celui des salariés couverts par la convention collective ou barémisés par un autre biais, tenant compte du temps nécessaire à l'accomplissement des fonctions, si ce salaire est la contrepartie de l'exercice d'un véritable pouvoir de direction effectif ou dont la nature des tâches comporte une autorité bien définie, une large indépendance dans l'organisation du travail et une large liberté des horaires du travail et notamment l'absence de contraintes dans les horaires. La convention collective ou l'accord subordonné mentionnent les catégories de personnel non couvertes au sens de la présente disposition. •



Nouveau Touareg

À découvrir dès maintenant
chez votre partenaire Volkswagen.

Touareg R-Line

3.0 TDI 4MOTION 286 ch, boîte auto. 8 vitesses

ACTION 75 ANS

remise de **12.500 € TTC**

+ roues hiver
complètes **OFFERTES**



Vous trouverez plus d'infos sur volkswagen.lu ou chez votre concessionnaire.

Consommation moyenne nouveau Touareg (WLTP) : 8,2 l/100 km. Émissions CO₂ : 214 g/km. 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.lu ou contactez votre concessionnaire Volkswagen. Photo non contractuelle. Sous réserve de modifications ou d'erreurs. Offres valables pour des commandes jusqu'au 31.12.2023.

QUELLES PRESTATIONS FAMILIALES AU LUXEMBOURG ?

Du congé parental au chèque-service accueil, les résidents luxembourgeois et les frontaliers peuvent bénéficier de différents types de prestations familiales au Luxembourg destinés à compenser les charges dues principalement à la présence d'enfants dans le ménage.

TEXTE : MARC AUXENFANTS



Une des grandes nouveautés fut l'introduction de montants uniformes en matière d'allocations. Le montant de l'allocation familiale n'étant plus progressif selon le nombre d'enfants du foyer, mais désormais fixe et par enfant (de 265 euros à l'époque), quel que soit le nombre de frères et sœurs. Instauration également d'un montant uniforme pour l'allocation de rentrée scolaire. Autre grand changement : l'enfant ne doit plus nécessairement résider dans le ménage de celui qui ouvre droit à l'allocation.

POUR L'AVENIR DES ENFANTS

Avec la réforme, la Caisse nationale des prestations familiales (CNPF) créée en juin 1985, changeait de nom pour celui de Caisse pour l'avenir des enfants (CAE) ou « Zukunftskeess ».

La CAE a comme missions le paiement et la gestion des prestations familiales. Établissement public, son conseil d'administration compte 11 membres : un président nommé par le Grand-Duc, quatre représentants des syndicats des salariés les plus représentatifs sur le plan national, à savoir : Confédération générale de la Fonction publique (CGFP), Confédération syndicale indépendante du Luxembourg (OGBL) et Confédération

L'allocation familiale est une prestation financière destinée à aider les ménages à élever leurs enfants en compensant les frais financiers liés à leur entretien et éducation. Elle constitue une des branches de la sécurité sociale luxembourgeoise.

Il y a sept ans, le 23 juillet 2016 avec effet le 1^{er} août suivant, le pays réformait son système de prestations familiales et revoyait son dispositif dédié aux allocations familiales proprement dites, de naissance et de rentrée scolaire.

luxembourgeoise des Syndicats chrétiens (LCGB) ; trois représentants des chambres professionnelles patronales : Chambre de commerce, Chambre des métiers et Chambre d'agriculture et un représentant des professions libérales ; deux représentants du ministère de la Famille dans ses attributions ; un représentant du ministère du Budget. Hormis le président, les membres du conseil d'administration sont désignés pour une durée de 5 ans par le ministre de la Famille parmi les candidats présentés par les organisations et chambres membres. « Le conseil d'administration gère la caisse (nomination du personnel, décisions de principe, décisions définitives dans les affaires de prestations et de cotisations, projet de budget, compte d'exploitation, bilan, etc.), » précise le site de la CAE. Chaque enfant a donc droit, jusqu'à la fin de sa scolarité (ou ses 25 ans accomplis au plus tard) à une allocation mensuelle à partir du mois de sa naissance ; et à une allocation de rentrée scolaire à partir de ses 6 ans.

EN ESPÈCES ET EN NATURE

Deux types de prestations pour les familles et les enfants sont versées au Luxembourg au titre des allocations familiales : les prestations en espèces et les prestations en nature.

Les prestations en espèces actuelles englobent :

- l'allocation pour l'avenir des enfants, composée de l'allocation familiale de base et des majorations d'âge ;
- l'allocation de rentrée scolaire ;
- l'allocation spéciale supplémentaire en faveur des enfants handicapés ;
- les prestations de naissance, comprenant l'allocation prénatale, l'allocation de naissance proprement dite et l'allocation postnatale ;
- l'indemnité de congé parental ;
- l'allocation d'éducation (abolie au 1^{er} juin 2015).

Les prestations familiales en nature

concernent les chèques-service accueil. Introduits en 2009, ils visent à réaliser à long terme la gratuité des services de garde d'enfants.

Tout enfant mineur, à partir du mois de sa naissance jusqu'à l'âge de 18 ans accomplis, qui :

- a son domicile légal au Luxembourg ;
- réside au Luxembourg de façon effective et continue ;
- est un membre de famille de toute personne soumise à la législation luxembourgeoise et relevant du champ d'application des règlements européens ou d'un autre instrument bilatéral ou multilatéral conclu par le Luxembourg en matière de sécurité sociale et prévoyant le paiement de l'allocation familiale suivant la législation du pays d'emploi, à condition que l'enfant réside dans un pays visé par ces règlements ou instruments en question.

Cependant, les enfants des salariés détachés temporairement au Luxembourg et non affiliés à la sécurité sociale luxembourgeoise n'ont pas droit à l'allocation familiale.

JUSQU'À 25 ANS

Tout enfant majeur jusqu'à 25 ans accomplis au plus tard qui poursuit :

- sur place et à titre principal, des études secondaires classiques, secondaires générales ou y assimilées d'au moins 24 heures par semaine ;
- sur place et à titre principal, des études ou une formation adaptée à ses capacités dans un institut spécialisé de formation ou un centre de compétence en psychopédagogie spécialisée ;
- un apprentissage suivant les dispositions des articles L. 111-1 et suivants du Code du travail et dont l'indemnisation est inférieure au salaire social minimum.

Sont considérés comme membres de famille bénéficiant du droit à l'allocation familiale :

- les enfants nés dans et hors mariage ;
- les enfants adoptifs ;
- les enfants du conjoint ou du partenaire d'une personne qui travaille au Luxembourg (travailleurs frontaliers) sont également considérés comme membres de famille, à condition qu'ils partagent légalement avec le travailleur frontalier et son conjoint un domicile commun et une résidence effective et continue ; et que le travailleur frontalier pourvoie à leur entretien.

“

Le montant de base mensuel de l'allocation familiale s'élève actuellement à 299,86 euros

”

L'allocation familiale est payée :

- aux parents, si l'enfant est élevé dans le ménage commun ;
- dans le cas d'une résidence alternée, au parent librement choisi d'un commun accord ;
- dans les autres cas, à celui des parents ou à la personne physique ou morale, chez lequel, l'enfant a son domicile légal et sa résidence effective.

Les demandes d'allocations familiales peuvent être introduites auprès de la CAE par courrier via un formulaire de demande dûment rempli (voir sous « Services en ligne & Formulaires ») ou en ligne via MyGuichet.lu. ●

TROIS QUESTIONS À MAX HAHN

MINISTRE DE LA FAMILLE ET DE LA SOLIDARITÉ

Max Hahn



1.267.703.781,02 euros en 2021. Cette augmentation s'explique principalement par l'indexation de l'allocation familiale et la hausse du congé parental. La somme globale des trois tranches de l'allocation de naissance (prénatale, natale et postnatale) se montait à 13.297.767,78 euros contre 13.181.181,75 euros en 2021, soit une hausse de 0,88 %.

Le montant total de l'allocation familiale s'élevait quant à lui à 1.000.994.919,96 euros contre 939.103.367,02 euros en 2021, soit une augmentation de 61,89 millions d'euros, qui s'explique par les deux indexations de l'allocation familiale des 1^{er} avril et 1^{er} juillet 2022.

“
Au 31 décembre 2022, 119.533 familles avec 198.697 enfants ont bénéficié du montant complet de l'allocation familiale
 ”

Monsieur le Ministre, à combien se monte l'allocation familiale mensuelle actuelle ?

Depuis le 1^{er} octobre 2021, l'allocation familiale est soumise à l'indexation. Le montant de base mensuel de l'allocation familiale s'élève actuellement à 299,86 euros. À ce montant de base s'ajoute mensuellement la majoration d'âge de 22,67 euros pour les enfants de plus de 6 ans, et de 56,57 euros pour les enfants de plus de 12 ans. Concrètement, l'allocation familiale est donc de 299,86 euros pour les enfants de 0 à 5 ans,

elle s'élève à 322,53 euros (donc 299,86 euros plus 22,67 euros) pour les enfants âgés de 6 à 11 ans et pour les enfants à partir de l'âge de 12 ans l'allocation est de 356,43 euros (299,86 euros plus 56,57 euros).

Combien la CAE a-t-elle versé en 2022 au titre des allocations familiales ?

En 2022, le montant du volume global payé par la CAE (prestations familiales et indemnités de congé parental) était de 1.376.104.157,68 euros. Il était de

Combien de familles ont bénéficié des allocations familiales ?

Au 31 décembre 2022, 119.533 familles avec 198.697 enfants ont bénéficié du montant complet de l'allocation familiale, contre 117.985 familles avec 196.921 enfants au 31 décembre 2021. La progression du nombre moyen annuel des familles bénéficiaires de l'allocation familiale se chiffre à +1,32 % en 2022 contre +0,58 % en 2021. Le nombre moyen annuel d'enfants bénéficiaires affiche une progression de +1,08 % en 2022 contre +0,14 % en 2021.



Comme **Chris** fait ses démarches administratives en ligne, il a plus de temps à consacrer à sa famille.

MyGuichet.lu



Vos démarches administratives,
tout simplement, quand vous voulez,
où vous voulez et en toute sécurité.

 **Guichet.lu**



Chien, chat, serpent...

ENVIE D'ADOPTER UN ANIMAL DOMESTIQUE?

Excellente idée, car nul doute que s'occuper d'un animal procure beaucoup de plaisirs. Mais avant de passer à l'action, mieux vaut mettre ses émotions en sourdine et... réfléchir. Voici 10 questions à se poser et conseils à suivre pour éviter que la belle histoire d'amour ne vire au drame.

TEXTE : FABRICE BARBIAN

QUELLES SONT VOS MOTIVATIONS ?

C'est ballot comme question, mais il suffit d'aller faire un petit tour à la SPA pour se rendre compte qu'il vaut mieux s'interroger... avant. Mieux vaut éviter de se laisser guider par ses émotions ou de s'inventer des histoires. Adopter un chien pour avoir de la compagnie alors que vous vivez dans un studio et travaillez toute la journée, ce n'est pas un bon plan. D'autant que tous les chiens, comme les chats d'ailleurs, n'ont pas le cœur guimauve. Ils préfèrent peut-être « traîner dehors » que d'attendre sagement « maman » sur le canapé. Bref, assurez-vous d'être au clair dans votre tête, car adopter un animal est une responsabilité.

TOUTE LA FAMILLE EST D'ACCORD ?

Toute la famille est d'accord pour accueillir un nouveau membre ? Et si oui, tout le monde a bien compris qu'il devra assumer ses tâches, du style aller promener le chien tous les soirs. Et puis, ça serait un peu ennuyeux de se rendre compte que l'une ou l'autre des personnes dont vous êtes proche est allergique aux poils de chat, par exemple. Évoquez votre projet au préalable plutôt que de vouloir absolument jouer sur l'effet de surprise. Imaginez la scène : votre petite dernière qui fond en larmes en découvrant son petit chaton tout mimi et, tout à coup, votre compagnon se met à enquiller les « atchoums » à s'en fêler les côtes. Courage !

CHOISIR UN ANIMAL QUI VOUS CONVIENT

Il y a de multiples critères à prendre en considération avant de choisir un animal de compagnie, on va y revenir. Mais le premier, c'est certainement votre personnalité ou votre mode de vie. Un cocker, c'est mignon et affectueux tout plein, mais il va falloir jouer avec lui,



le faire cavalier (et vous aussi) et se coltiner des heures de nettoyage (surtout s'il a la bonne idée de se vautrer dans des bouses de vache, par exemple). Alors si vous êtes du genre casanier et « pas trop vite »... Faites quelques recherches, histoire de vérifier que vous avez des atomes crochus avec l'animal envisagé. Ou pas. Et opter pour un autre, le cas échéant.

C'EST PARTI POUR DURER

12 ans. 15 ans. 20 ans. C'est l'espérance de vie des chiens, des chats et des poissons rouges (sauf ceux que l'on gagnait autrefois dans les fêtes foraines, les anciens comprendront). Comprendre que, quel que soit l'animal de compagnie adopté, il faut s'attendre à ce que la relation s'étire sur plusieurs années.

ET DÈS LORS, IL VA FALLOIR CHANGER SES HABITUDES (DURABLEMENT)

Ça veut dire quoi changer ses habitudes ? Quelques exemples. Il va falloir sortir Médor plusieurs fois par jour, peu importe la météo, pour qu'il fasse ses besoins (la grosse commission c'est pour vous, n'oubliez pas vos gants) et reste en bonne forme. Les chats sont moins exigeants en la matière, c'est vrai, mais il faut se rendre disponible quand ils veulent un câlin, supporter leurs coups de folie et gesticulations nocturnes, s'activer quand c'est l'heure du repas et ne pas oublier de changer la litière. Ah ! Et si vous êtes un tantinet maniaque, ça s'annonce un peu tendu.

DES PLANS POUR LES VACANCES ?

À propos d'habitudes, vous faites comment pour les vacances et les week-ends sympas ? La famille ou les amis ? Pourquoi pas, mais alors discutez-en avec eux avant d'adopter et s'ils sont partants, arrangez-vous pour qu'ils fassent connaissance avec Garfield ou Sultan avant de déposer l'animal dans son lieu de villégiature. Vous éviterez de possibles carnages. Le contraire peut arriver aussi. Si la pâtée est bonne et la vie sympa chez la cousine, pas certain qu'Apollon ait envie de rentrer à la maison. Cela dit, il est toujours possible de laisser son animal de compagnie dans une pension, mais va falloir régler la petite note et éventuellement supporter les hurlements de vos enfants, sur la route des vacances. Cela dit, si la séparation est vraiment trop douloureuse, vous pouvez peut-être, les déposer eux aussi (dans la famille, pas à la pension).

UN ANIMAL, ÇA COÛTE DE L'ARGENT

Cela aussi, mieux vaut y penser, avant. À défaut d'adopter des cocottes qui se contenteront des « restes » (et donneront des œufs !), nourrir un animal implique un budget pour la nourriture, mais aussi pour les accessoires, jouets, équipements (pour des poissons, un aquarium c'est mieux), pour le toiletteur, le vétérinaire... Malin, peut-être d'investir aussi dans une assurance, certaines races étant particulièrement fragiles.

AU FAIT, UN MÂLE OU UNE FEMELLE ?

Selon les animaux et les races, cela peut avoir son importance. Adopter une chatte qui aura la possibilité de sortir, par exemple, peut réserver des surprises. Et si elle ne sort pas, mais n'est pas stérilisée, aussi, car la demoiselle sera alors régulièrement

“
Votre petite dernière qui fond en larmes en découvrant son petit chaton tout mimi et, tout à coup, votre compagnon se met à enquiller les « atchoums » à s'en fêler les côtes
 ”

« surexcitée ». Autre exemple, si vous adoptez deux souris (pour qu'elles se tiennent compagnie), mieux vaut vérifier les sexes. Deux mâles ne vont pas se supporter, entre deux femelles, cela pourrait bien se passer, un mâle et une femelle, vous serez rapidement envahi.

UN BÉBÉ OU UN ADULTE ?

L'un et l'autre ont des avantages et des inconvénients. Les jeunes nécessitent beaucoup d'attention, il va falloir leur apprendre les règles, voire prévoir

des cours de dressage. L'avantage, au-delà d'être « mimis », c'est qu'ils s'adaptent plus rapidement à leur nouvel environnement. Les animaux plus âgés sont souvent moins turbulents et la propreté est acquise. Cela dit, tous les animaux n'ont pas forcément eu la vie facile et il faut alors composer avec des comportements parfois « déstabilisants ».

ENVIE D'UN NAC ?

Les NAC, ce sont les nouveaux animaux de compagnie comme les lapins, les hamsters, mais également les furets, serpents et autres oiseaux. Autant d'espèces avec lesquelles, nous sommes généralement moins familiers (en tout cas spontanément). Mieux vaut donc bien se renseigner sur les habitudes et les besoins spécifiques de chacun de ces animaux en termes d'habitat et de nourriture. Nourrir un boa constrictor ou encore un python royal, par exemple, implique de lui donner des rongeurs, morts de préférence. Et il est préférable de bien décongeler la souris ou le rat, avant ! ●

Les animaux de la rédaction



LILA

« Depuis plus de 10 ans, j'accompagne fidèlement ma maîtresse. J'adore venir à la rédaction. Je me suis adaptée à la vie en ville très facilement ! Be careful : je déteste les autres chiens ! »



CHOUQUETTE

« D'abord voulue par les voisins du dessous, je suis arrivée par hasard dans les bras de la graphiste de la rédaction. Cela fait maintenant trois ans que ma maîtresse me comble d'amour au quotidien. »



SWAN

« Désirée et attendue depuis des années, mon colocataire a traversé la France pour venir à ma rencontre. Cela fait 2 ans que nous vivons ensemble, et la cohabitation est wouaffement chouette ! »



Noël à Dudelange



MARCHÉ D'HIVER

25.11. - 17.12.
Place Am Duerf



MARCHÉ DE NOËL TRADITIONNEL

08.12. - 17.12.
Pl. Hôtel de Ville



MARCHÉ DE NOËL MÉDIÉVAL

08.12. - 17.12.
Place Kinnen



OUVERTURES DOMINICALES

03.12. / 10.12. / 17.12.
Centre-ville

L'ESSENCE DE LA RÉCONCILIATION

dans le couple

Les disputes et les désaccords sont inévitables dans toute relation et peuvent tisser des cicatrices douloureuses si on ne les aborde pas avec soin. Malheureusement, nous n'apprenons pas à faciliter cette cicatrisation lorsque nous sommes en couple. Pourtant la réconciliation se révèle être un fil d'or, essentiel, mais souvent négligé, car elle permet non seulement de réparer les liens endommagés, mais aussi, de renforcer et d'embellir la relation.

TEXTE : CÉLINE DOMEQ



La réconciliation dans le couple dépasse la simple résolution d'un conflit. C'est un processus profondément humain qui invite à l'empathie, à la compréhension et, surtout, à la croissance mutuelle. Au-delà de l'acte de s'excuser, elle implique une véritable introspection, une remise en question de nos propres comportements et attitudes. Cela peut demander du courage, de la vulnérabilité, et surtout, une volonté sincère de voir et d'entendre l'autre dans sa totalité.

Pourquoi est-il si crucial de se pencher sur la réconciliation dans nos relations ?

Parce qu'elle est le cœur d'une relation saine et équilibrée. La réconciliation est une part incontestable de la communication et sans elle, les petites fissures peuvent devenir de grands gouffres, éloignant les partenaires l'un de l'autre. Avec elle, chaque conflit devient une opportunité d'apprendre, de grandir et de se rapprocher encore plus.

La réconciliation est un pilier central dans la construction et le maintien d'une relation de couple saine et durable. Lorsqu'on parle de réconciliation, il ne s'agit pas seulement de mettre fin

à une dispute, mais de comprendre, d'accepter et d'intégrer les leçons qu'elle apporte, afin d'éviter que les mêmes problèmes ne se répètent.

Dans une relation, les conflits sont inévitables. Ils sont le résultat de différences individuelles, de besoins et d'attentes distincts. Cependant, c'est la manière dont un couple gère ces conflits qui détermine la solidité et la santé de leur relation. Une réconciliation efficace ne signifie pas simplement effacer le conflit, mais plutôt le transformer en une force unifiant les deux partenaires. Elle nécessite un engagement à comprendre les perspectives de l'autre, à reconnaître ses propres erreurs et à travailler ensemble vers une solution mutuellement satisfaisante.

“

Appliquer la réconciliation dans son couple, c'est choisir d'investir dans la longévité et la qualité de la relation

”

L'absence de réconciliation, en revanche, peut laisser des cicatrices profondes. Les non-dits, les rancœurs et les malentendus non résolus s'accumulent, créant une distance et une méfiance qui risquent d'abîmer lentement les fondations d'une relation. Cette accumulation peut conduire à un point de rupture, où les problèmes deviennent trop lourds et complexes pour être résolus.

Par conséquent, appliquer la réconciliation c'est choisir d'investir dans la longévité et la qualité de la relation. Cela signifie reconnaître que chaque conflit est une occasion de mieux comprendre son partenaire et de renforcer le lien qui unit le couple. C'est un processus continu, qui demande

patience, compréhension et surtout, une communication ouverte et honnête.

Comprendre les langages de la réconciliation

La réconciliation dans le couple est un langage en soi, divers et nuancé. Inspirés par les travaux de Jennifer Thomas et Gary Chapman, découvrez les cinq langages de la réconciliation, chacun offrant une perspective unique pour restaurer l'harmonie dans la relation.

- 01. Exprimer ses regrets :** ce langage met l'accent sur l'importance de reconnaître l'impact de nos actions ou paroles sur notre partenaire. Il ne s'agit pas seulement de dire « Je suis désolé », mais de montrer que l'on comprend la douleur ou la frustration causée. Ce langage valorise l'empathie et la compassion, permettant à l'autre de se sentir compris et valorisé.
- 02. Reconnaître sa responsabilité :** ici, il est question d'admettre ses torts de manière directe et sans détour. Ce langage consiste à accepter la part de responsabilité dans le conflit, sans essayer de minimiser ou de détourner la faute. Cela exige une grande maturité et honnêteté, mais peut grandement contribuer à la guérison et à la confiance.
- 03. Réparer :** parfois, les mots ne suffisent pas, et des actions concrètes sont nécessaires pour montrer que l'on est sérieux dans son désir de réconciliation. Ce langage implique de prendre des mesures pour rectifier le tort causé, qu'il s'agisse de gestes symboliques ou de changements de comportement significatifs.
- 04. Se repentir sincèrement :** ce langage va au-delà de la simple reconnaissance des erreurs. Il s'agit de montrer un véritable changement de comportement et d'attitude, démontrant ainsi un

engagement sincère à ne pas répéter les mêmes erreurs. Cela requiert une introspection profonde et un désir réel d'améliorer la relation.

- 05. Demander pardon :** demander pardon est peut-être le langage le plus vulnérable. Il s'agit d'une ouverture du cœur, où l'on demande à l'autre de laisser de côté le grief pour recommencer sur de nouvelles bases. Ce langage demande du courage et de l'humilité, mais peut être incroyablement puissant pour restaurer la confiance et l'intimité.

Comprendre et utiliser ces langages de la réconciliation dans une relation n'est pas une tâche facile. Il s'agit d'un processus d'apprentissage, de compréhension de soi et de son partenaire. Savoir quel langage résonne le plus avec votre partenaire et avec vous-même peut transformer la manière dont vous gérez les conflits et renforcez votre relation.

La réconciliation dans le couple ne se limite pas à la résolution de conflits ponctuels ; elle apporte de profonds bénéfices qui peuvent transformer et enrichir la relation à long terme comme le renforcement de la confiance et de l'intimité. Chaque acte de réconciliation réussi est un cadeau que vous offrez à votre couple et à vous-même, car elle oblige à l'introspection et à l'empathie, des qualités essentielles pour la croissance personnelle. Les partenaires apprennent à mieux se connaître eux-mêmes et l'un l'autre, à reconnaître leurs propres défauts et à valoriser les qualités de l'autre. Cette évolution conduit à une relation plus mature, équilibrée et satisfaisante.

En fin de compte, la réconciliation n'est pas seulement une question de trouver le juste milieu après une dispute ; c'est une façon de vivre et d'aimer. C'est le cœur même d'une relation saine, un engagement continu envers l'harmonie, la compréhension et l'amour inconditionnel. ●

Peigi Rodan



Résolution :

VOYAGER PLUS DURABLE EN 2024

Avec le contexte géopolitique mondial actuel, il est facile de laisser les problématiques écologiques moins visibles car visuellement moins violentes, dans un coin de notre cerveau. En atteste, peut-être, la déconvenue du parti vert luxembourgeois aux dernières élections législatives. Pourtant, la régulation des émissions de carbone est plus que jamais impérieuse, et l'une de ses sources bien connues, les voyages, pourrait bien être un secteur phare pour mener le train de la décarbonation à destination...

TEXTE : FABIEN RODRIGUES | PHOTOGRAPHIE : IMS LUXEMBOURG

Fin octobre avait lieu la 12^e édition du Luxembourg Sustainability Forum (LSF), organisé par IMS Luxembourg. Son axe thématique principal en était « Behind The Scenes - Acting for Real Change », s'intéressant ainsi à ce qu'il se passe en matière de responsabilité, de durabilité et d'efforts à faire « dans les coulisses » de certains grands secteurs d'activité...

40 % des émissions totales pour le secteur du tourisme. Nous avons besoin de ralentir cette croissance voire d'avoir une décroissance en ce qui concerne ce trafic, de manière à limiter les émissions de gaz à effet de serre », a ainsi déclaré Ben Lynam, directeur de la communication de The Travel Foundation - un institut indépendant anglais spécialisé dans l'étude des potentiels touristiques - lors du panel dédié le 26 octobre dernier.

difficiles à décarboner », déplore-t-il à ce sujet. La seule « mesure » serait en effet de faire appel à du fuel durable, qui existe, mais ne concernerait, selon le spécialiste du tourisme, que 0,1 % des voyages pour le moment, et ce de plus sur des jets. L'autre voie à stimuler semble évidente : l'électrique et l'hydrogène, mais ce n'est pas pour tout de suite... Pour les avions certes, mais pas pour les structures d'accueil touristiques, qui tendent de plus en plus à fonctionner grâce aux énergies renouvelables et qui peuvent être évidemment privilégiées par les voyageurs lors de l'organisation d'un séjour.

“

Une des premières choses à faire est d'arrêter d'utiliser le transport comme une activité récréative en elle-même, comme avec une virée en hélicoptère ou en buggy

” Peigi Rodan

AGIR DÈS QUE POSSIBLE

Est-il possible de s'orienter vers une dynamique plus « slow-travel », un peu comme avec le mouvement « slow-food » apparu il y a une quinzaine d'années dans la gastronomie, et ainsi voyager de manière plus responsable dès l'année prochaine ? C'est un pari possible, mais qui rencontre encore beaucoup d'obstacles selon les experts présents au LSF. M. Lynam ne se fait d'ailleurs pas d'idées pour le moment : il faut assumer la croissance évidente du nombre de voyageurs, tout en ayant comme objectif sérieux de ne pas la faire rimer avec la croissance des émissions subséquentes : « Bien sûr, c'est entre autres sur l'aviation qu'il faudrait travailler en priorité, mais c'est un des secteurs les plus

MOINS LOIN, MAIS MIEUX

Lors d'un sondage effectué en temps réel pendant le panel en question, trois notions clés se sont démarquées lorsque le public s'est vu demander quels engagements seraient envisageables pour participer à un tourisme plus durable : le train, le vélo et rester en Europe. Ce qui a enthousiasmé Peigi Rodan, Sustainability Manager auprès de la plateforme de tourisme local et durable Withlocals... Selon elle, un des grands problèmes du tourisme actuel, outre son bilan carbone estimé à 8 % des émissions

Parmi ces derniers, le tourisme, bien évidemment, qui semble avoir repris de plus belle une fois les contingences pandémiques du Covid-19 - vite - oubliées. « Le tourisme est un émetteur important de gaz à effets de serre, en particulier le trafic aérien. La tendance actuelle est de 4 % de vol long-courrier, ce qui représente



totales de gaz à effet de serre, est le « tourisme leakage », c'est-à-dire le fait que l'argent dépensé par les touristes ne reste pas dans l'économie locale. « Dans certaines régions du monde, la part d'argent sortant immédiatement de l'économie locale est colossale, comme dans les Caraïbes ou en Thaïlande, où elle est estimée à 70 à 80 pourcents », précise celle qui croit fermement dans une approche plus holistique du voyage.

Une de clés pour parer, au niveau de chacun, à cette injustice sociale est de privilégier les organisations locales, ou celles interagissant directement avec les acteurs économiques locaux. Trouver ces circuits plus vertueux est d'ailleurs la spécialité de Withlocals. « Je comprends qu'aujourd'hui, on puisse être sensible aux prix, mais je pense qu'il faut être prêt à voyager moins, mieux et à payer un peu plus pour ce faire. Le surtourisme est nocif et générateur d'incivilités grandissantes, qui ont un impact négatif direct sur l'environnement », précise Peigi Rodan. Mais on trouve là l'une des autres « impasses » du tourisme responsable,

facilement compréhensible par l'exemple : un site historique ou autre a besoin des touristes pour pouvoir collecter les fonds nécessaires à son entretien, malgré le fait qu'un flux de touristes plus important - mais engrangeant plus de recettes donc - soit potentiellement néfaste à l'état même du site... C'est le serpent qui se mord la queue. Il est donc compliqué, voire parfois impossible, de trouver le juste équilibre. La jeune femme propose tout de même une première idée simple pour décarboner ses voyages : arrêter tout d'abord tout ce qui relève du transport comme activité en tant que telle : survols en hélicoptère, balades en quads ou en buggy, virées en jet skis ou en voitures de collection...

CHANGER LA NARRATION DU VOYAGE

La clé serait-elle donc de changer les notions de voyage et de tourisme à sa source, dans leur image collective comme leur conceptualisation par chacun ? C'est en tout cas l'avis de Felipe Koch, sociologue de l'imaginaire, qui se décrit lui-même comme un ancien

« collectionneur de destinations » repenti. Selon lui, il faut arrêter de voir son passeport comme une collection de bons points gagnants à chaque nouveau tampon et amener plus de sens à la notion de voyage : se reconnecter avec l'espace et le temps, la manière dont on utilise ce temps et la chance de pouvoir en profiter dans un espace donné.

Avant de choisir la bonne destination et les bons acteurs, repenser sa vision du tourisme et lui redonner un véritable sens, un objectif vertueux, est nécessaire selon M. Koch. Penser avant d'agir donc, une évidence pour beaucoup, mais qu'il apparaît urgent de rappeler pour les spécialistes du tourisme responsable : Ben Lynam a ainsi tenu à rappeler l'effet des émissions de carbone sur le climat et a pris pour exemple les températures caniculaires, devenues un vrai frein au tourisme au final, dans le bassin méditerranéen l'été dernier. Quant à Charlènes Descollonges, ingénieure hydrologue, qui est intervenue tout au long du LSF pour mettre en lumière nos impacts et dépendances à l'eau sur tous

LUXEMBOURG CITY UNDERGROUND

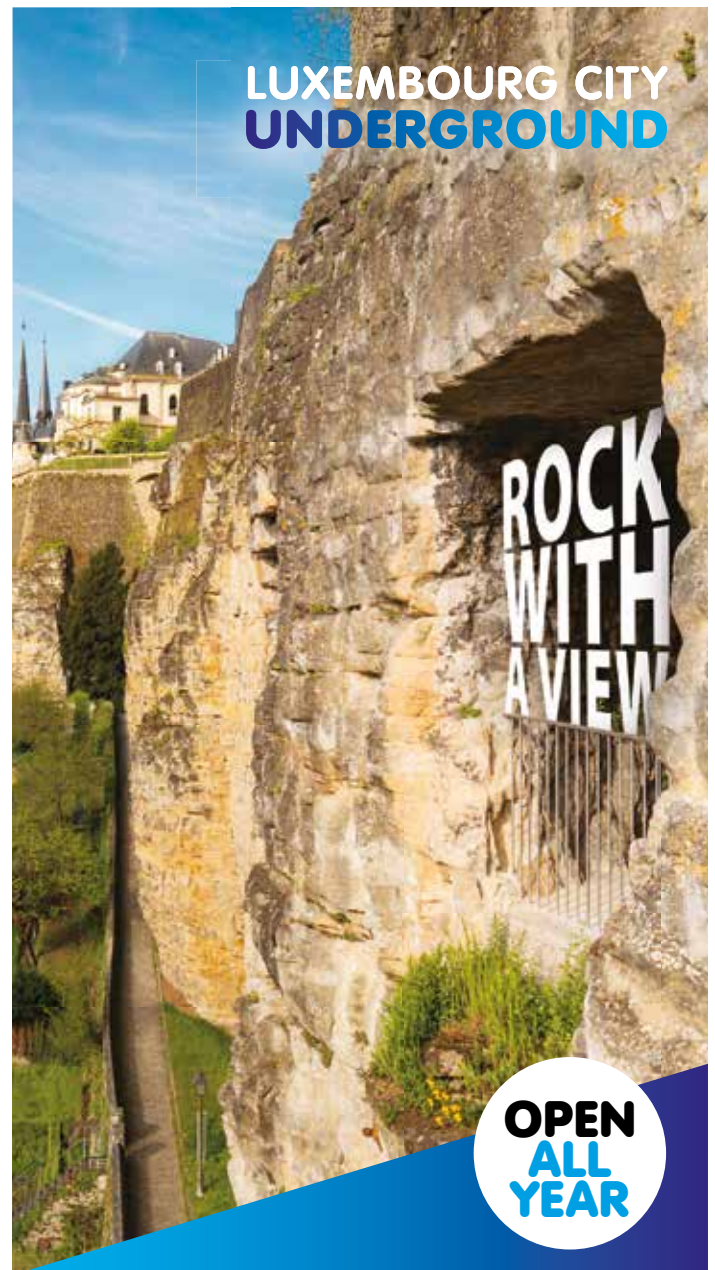
les aspects économiques de notre vie, elle s'est focalisée sur la différence qu'il peut y avoir en matière d'accès à l'eau potable en fonction des régions du monde et des écosystèmes, rappelant que les îles - destinations touristiques par excellence - font clairement partie des milieux les plus défavorisés en la matière...

AU LUXEMBOURG AUSSI

Voyager mieux à l'étranger c'est bien, mais il ne faut pas pour autant en oublier le Grand-Duché comme destination touristique. Le local, ça commence par le nôtre! Après une pandémie qui a poussé les gens à (re)découvrir le pays dans la mouvance « Vakanz doheim », le ministère du Tourisme n'a pas lâché l'affaire et a continué à stimuler le sex appeal touristique du Luxembourg. Ainsi, au printemps 2022, le ministre Lex Delles a réaffirmé les ambitions de son ministère en dévoilant la nouvelle stratégie touristique luxembourgeoise.

Au sein de celle-ci, certains objectifs liés à la responsabilité : « Améliorer la qualité de vie : le tourisme créera une valeur ajoutée tangible pour les résidents, les frontaliers et les touristes » par exemple, ou encore « Renforcer l'économie : grâce à des acteurs professionnels et des entreprises performantes, le tourisme en tant que secteur économique sera soutenu et renforcé », pour lesquels des champs d'action centraux sont également définis, tels que « Une qualité de séjour durable et accessible pour tous : les dimensions écologique, économique, sociale et culturelle de la durabilité sont prises en compte dans l'offre touristique » et « Une collaboration de confiance et des réseaux forts : le but est de mettre en place une étroite coopération entre les acteurs du secteur du tourisme, afin d'encourager un échange constructif tout en impliquant la population »...

Selon l'entité Visit Luxembourg, qui organisait elle aussi son forum en mai dernier, « le thème de la durabilité est devenu une partie intégrante du tourisme et fait de plus en plus partie des décisions de voyage individuelles, mais aussi du marketing de la destination et de la gestion de la destination en dans son ensemble ». Et on peut se rendre compte de cette volonté d'un tourisme local toujours plus durable grâce au renforcement progressif, mais certain de l'EcoLabel (www.ecolabel.lu), qui a pour objectif de promouvoir et de développer le tourisme durable au Luxembourg - et qui est aujourd'hui mis en avant par une petite cinquantaine d'établissements au Grand-Duché; ou encore de certifications internationales à la réputation éprouvée comme B Corp, pour Benefit Corporation, mouvement lancé en 2006, actif dans plus de 80 pays et pour lequel IMS Luxembourg est le point de contact national. Il reste encore un sacré bout de chemin à faire, mais voyager avec moins de carbone et plus de sens dès 2024, c'est possible! ●



OPEN
ALL
YEAR

THE BOCK CASEMATES DISCOVER EUROPE'S MOST BEAUTIFUL ROCKTOP

Tickets

luxembourg-city.com

Bock Casemates – Montée de Clausen

Luxembourg City Tourist Office – Place Guillaume II



luxembourg
city tourist office

AU LUXEMBOURG COMME DANS LE GRAND EST

LA FORÊT EN ÉTAT DE CHOC



Le Luxembourg et la région Grand Est ont pour atout de posséder de vastes forêts. Problème, cette richesse s'amenuise avec les changements climatiques. Des milliers d'arbres et d'importants massifs dépérissent. Un phénomène inquiétant qu'il est fondamental d'enrayer. Des plans sont activés.

TEXTE : FABRICE BARBIAN

Avec le changement climatique, tout le monde semble redécouvrir les bienfaits des arbres et des forêts. Et ces dernières n'en manquent pas. Les forêts absorbent du dioxyde de carbone (CO₂) et produisent du dioxygène (O₂), ce qui en fait l'un des poumons de notre planète. En France, elles absorbent 15% des émissions de gaz à effet de serre (mais cela se réduit au fil des ans). Elles agissent aussi comme des filtres naturels assurant la qualité des réserves d'eau. Autre atout : elles abritent toute une biodiversité avec des insectes, animaux, champignons, végétaux... Autant d'êtres vivants qui interagissent et se nourrissent les uns, des autres. Dans un registre encore différent, elles alimentent toute une économie qui est en phase avec la nécessaire transition écologique. Pour résumer, elles sont les alliées des Hommes et jouent un rôle déterminant dans leurs vies. Bonne nouvelle, la région Grand Est et le Luxembourg sont plutôt vernis en la matière. La première compte près de 2 millions d'hectares de forêts, ce qui représente 33% de son territoire. Un pourcentage qui est quasi identique (35%) pour le Grand-duché où elle s'étale sur 90 000 hectares.

DES MILLIERS D'HECTARES DÉPÉRISSENT

Le hic, c'est que depuis de nombreuses années déjà, des deux côtés de la frontière, les arbres meurent et des massifs entiers dépérissent. « L'état phytosanitaire des forêts est préoccupant. Les inventaires de la santé des forêts réalisés annuellement montrent une aggravation particulièrement alarmante depuis les 5 dernières années. Ceci est causé par l'augmentation de l'intensité et de la fréquence des événements climatiques extrêmes (la sécheresse notamment) dus au dérèglement climatique qui affaiblissent la vitalité des arbres et mettent en péril l'équilibre de l'écosystème forestier », explique le ministère de l'Environnement, du

Climat et du Développement durable, l'Administration de la nature et des forêts et Pro Silva Luxembourg dans un communiqué, daté de fin 2022. Un chiffre permet d'estimer l'ampleur des dégâts : 61,70%. C'est le taux des arbres nettement et/ou fortement endommagés ou des arbres morts, en 2022. Cela représente une hausse de 10 points par rapport à 2021 (source : ministère de l'Environnement). Les forêts du Grand Est sont au diapason. C'est peut-être même pire. « Les sécheresses, insectes et champignons déciment des centaines d'hectares », confirme l'ONF (Office National des Forêts). Ce qui entame les capacités des forêts à absorber du CO₂ - les forêts régionales n'absorbent quasiment plus de carbone, voire en émettraient davantage qu'elles n'en absorbent, avancent des experts -, fragilise les écosystèmes, à plus long terme des économies (énergies, matériaux)... Tout est lié.

DES PLANS DE SAUVEGARDE SONT ACTIVÉS

Un bilan très inquiétant à l'heure où les canicules et autres sécheresses s'enchaînent, alimentant, aussi, la multiplication des incendies. Des mesures spécifiques sont prises pour stopper (ou en tout cas, ralentir) les dépérissements et surtout « adapter » les forêts à la nouvelle donne climatique et aux évolutions futures. Les forêts du Grand Est servent de « laboratoires » à l'ONF qui a, entre autres projets, enclenché FuturForEst. Concrètement, la démarche consiste à planter 10 essences nouvelles, dont le Pin de Macédoine, le Séquoia toujours vert, le Chêne de Hongrie ou encore le Calocèdre, dans près de 70 îlots de deux hectares chacun, répartis dans des forêts privées et publiques du territoire. « Selon les scientifiques et les forestiers, ces essences sélectionnées devraient présenter les caractéristiques suivantes : être tolérantes au climat actuel et adaptées aux conditions climatiques futures, produire

du bois d'œuvre de qualité », précise l'ONF. Ce programme fera l'objet de tout un suivi dans la durée afin d'évaluer le comportement des essences (et de la biodiversité locale), d'anticiper les besoins et les approvisionnements en semences.

Depuis juillet dernier, la France s'est également dotée d'un Observatoire des forêts françaises. Un plan national de renouvellement forestier est aussi en cours d'élaboration. Il est notamment question de renouveler au moins 10% de la forêt française et de planter un milliard d'arbres en 10 ans. Des milliards d'euros seront injectés. Le Luxembourg a aussi pris des mesures. Une « nouvelle loi sur les forêts » a été instaurée avec pour ambition, entre autres, « de mettre en place un cadre légal général robuste et cohérent pour les forêts, afin d'assurer la gestion durable des forêts pour qu'elles puissent remplir de façon équilibrée leurs fonctions écologiques, économiques et sociales » ou « de maintenir la santé et la vitalité des forêts pour qu'elles puissent contribuer au cycle du carbone et à la protection de l'eau et du sol, et continuent de fournir tous les autres services écosystémiques ».

PLANTEZ DES ARBRES

Cela dit, chacun d'entre nous peut également agir, à son échelle. Pour lutter durablement contre la déforestation locale, il faut notamment planter des arbres dans son jardin et en prendre soin. Respecter les sentiers destinés à la marche, participer à des opérations « nettoyage » ou « débroussaillage » va également dans le bon sens. Surtout que les forêts, outre les bienfaits évoqués supra, sont également des sources de plaisir et de ressourcement pour chacun d'entre nous. Sans forcément être un adepte de la sylvothérapie (ou shinrin-yoku) qui invite à prendre des « bains de forêts », nul doute qu'elles contribuent grandement à faire en sorte que chacun se sente... mieux. ●

LA CHUTE DE L'ENFANT-CHÉRI DE LA SOCIALE DÉMOCRATIE

Cité dans un scandale de corruption, le chef du gouvernement portugais, Antonio Costa, a démissionné le 7 novembre. Après huit ans, le Premier ministre socialiste quitte le pouvoir sur un bilan mitigé. Ses bons résultats macroéconomiques ne se traduisent pas dans le quotidien de la majorité des Portugais. Au niveau européen, les sociaux-démocrates perdent leur modèle.

TEXTE : FABIEN GRASSER

Antonio Costa



Lithium, hydrogène et data center sont les trois ingrédients qui ont fait tomber Antonio Costa après huit ans passés au pouvoir. Les affaires ayant contraint le Premier ministre portugais à la démission portent sur des soupçons de « malversation, corruption active et passive de titulaires de fonctions politiques et trafic d'influence », selon le Bureau du procureur général (PGR). L'enquête sur Antonio Costa intervient après « la connaissance de l'invocation par les suspects du nom et de l'autorité du Premier ministre et de son intervention pour débloquer les procédures », précise la justice.

Au centre de la tourmente judiciaire qui ébranle Antonio Costa figurent la concession de licences d'exploration de mines de lithium dans le nord du pays, un projet de production d'énergie à partir d'hydrogène et à la construction d'un data center à Sines. À chaque fois, des proches d'Antonio Costa sont suspectés d'avoir touché des pots-de-vin. Dans la matinée du mardi 7 octobre, la police portugaise annonce avoir arrêté Vitor Escaria, son chef de cabinet et lancé des perquisitions dans plusieurs ministères, mais aussi dans la résidence officielle du Premier ministre. L'arrestation du plus proche collaborateur d'Antonio Costa survient après l'inculpation du ministre des Infrastructures, et du président de l'Agence portugaise pour la protection de l'environnement (APA), pour leur rôle dans l'attribution de permis d'exploration de lithium, minerai indispensable à la fabrication de batteries pour les voitures électriques et dont le Portugal détient les premières réserves européennes.

La justice a aussi lancé des mandats d'arrêt contre le maire de Sines et un dirigeant de Start Campus, la société qui devait construire un data center dans cette ville située à une centaine de kilomètres au sud de Lisbonne. Dans chacune de ces affaires, Antonio Costa

est soupçonné d'être intervenu pour « débloquer les procédures ». « Les fonctions de Premier ministre ne sont pas compatibles avec un quelconque soupçon portant sur mon intégrité. Dans ces circonstances, j'ai présenté ma démission au président de la République », déclare solennellement Antonio Costa, devant la presse, quelques heures après les annonces de la police. « Je veux dire, aux côtés des Portugais, que la pratique de tout acte illicite ou même répréhensible ne pèse pas sur ma conscience », se défend-il.

“

Les fonctions de Premier ministre ne sont pas compatibles avec un quelconque soupçon portant sur mon intégrité. Dans ces circonstances, j'ai présenté ma démission au président de la République

” Antonio Costa

Dès le lendemain, le chef de l'État, le conservateur Marcelo Rebelo de Sousa, convoque les partis représentés au parlement et décide de législatives anticipées, qui se dérouleront le 10 mars prochain. En attendant, Antonio Costa reste en fonctions pour gérer les affaires courantes. Il ne se représentera pas, affirmant vouloir tourner la page.

UN ACCORD HISTORIQUE À GAUCHE

La chute précipitée du Premier ministre socialiste peut surprendre alors qu'il y a moins de deux ans, il triomphait aux législatives anticipés de janvier 2022. En décrochant la majorité absolue au parlement, avec 120 députés socialistes sur un total de 230, il pouvait alors

gouverner sans l'appui des autres formations de gauche, grâce auquel il était initialement arrivé au pouvoir. Cette alliance aussi inédite qu'historique à gauche depuis la fin du régime militaire en 1974, lui avait alors permis d'accélérer le cours de l'histoire. Lors des législatives d'octobre 2015, le parti socialiste d'Antonio Costa n'arrive en effet qu'en seconde position du scrutin, derrière le parti social-démocrate (PSD), la formation de centre-droit de Pedro Passos Coelho, qui dirige le pays depuis 2011. Privé de majorité absolue, ce dernier est néanmoins contraint de céder sa place au socialiste qui, entre temps, a habilement négocié un accord avec la Coalition démocrate unitaire (CDU - écologistes et communistes) et le Bloc de Esquerda (gauche radicale). Ses alliés n'entrent pas au gouvernement, mais lui assurent une majorité à l'Assemblée de la République, en contrepartie de l'abandon de la politique d'austérité menée depuis 2011, par le socialiste José Socrates d'abord, par Pedro Passos Coelho ensuite.

Nommé Premier ministre fin novembre 2015, Antonio Costa a déjà plusieurs mandats de ministres à son actif et a dirigé pendant huit ans la mairie de Lisbonne, où il a efficacement lutté contre l'insécurité et initié une politique de mobilité et de verdissement de la capitale souvent citée en exemple. Né en 1961, il est le fils d'une journaliste féministe et d'un écrivain de gauche dont la famille est originaire de Goa en Inde, ancienne capitale de l'empire colonial portugais en Asie. Il est à ce titre le premier chef de gouvernement originaire d'outre-mer. Lorsqu'il prend les rênes du pouvoir, Antonio Costa hérite d'une situation sociale et économique désastreuse. En 2011, le pays avait fait appel à l'UE et au FMI pour sauver son économie qui était dans le collimateur des marchés en raison d'un endettement dépassant les 100 % du PIB et d'un déficit budgétaire flirtant avec les 10 %. En échange d'un prêt de 78 milliards d'euros, Lisbonne accepte

d'administrer un traitement de choc austéritaire à sa population : baisse des salaires et des retraites, coupes dans les budgets publics, privatisations et hausse de la TVA et des cotisations sociales, etc.

AFFABLE ET PRAGMATIQUE

Réputé pour son pragmatisme et son ouverture au dialogue, l'affable Antonio Costa parvient à rassurer Bruxelles tout en rompant avec la politique d'austérité de ses prédécesseurs. Dans les mois qui suivent son arrivée, il rétablit les 35 heures dans la fonction publique et fait voter une augmentation du salaire minimum de 600 à 740 euros. Dans le même temps, il se livre à un numéro d'équilibriste en limitant les dépenses publiques. Réélu en 2019 à l'issue d'un scrutin où le parti socialiste renforce sa position, sans pour autant obtenir de majorité absolue, Antonio Costa poursuit sa politique et prévoit des investissements massifs dans le système de santé.

Sur le plan macroéconomique, les résultats sont spectaculaires : en 2021, le pays affiche un taux de croissance de 5,8 % (un record depuis le début du siècle), l'endettement est ramené de 130 à 118 % du PIB et le chômage descend à 5,6 % en 2020, contre 12 % à son arrivée. Malgré tout, les jeunes diplômés continuent à quitter massivement le pays, tandis que grèves et mouvements sociaux dans le privé et le public agitent régulièrement le pays.

Ses détracteurs lui reprochent d'avoir réduit le chômage en multipliant les emplois précaires et mal rémunérés, de ne pas être revenu sur la dérégulation du marché du travail adoptée en 2011 et de ne pas investir suffisamment dans le secteur public, alors qu'il fait valser les milliards en faveur d'entreprises privées menacées de faillite. À l'automne 2021, ses alliés de gauche le lâchent et refusent de voter le budget, constatant que les bons résultats macroéconomiques contrastent avec le

quotidien des Portugais, confrontés à de bas salaires et à une inflation galopante.

Cette rupture mène à des élections anticipées en janvier 2022 dont l'issue est incertaine pour parti socialiste. Mais Antonio Costa reste très populaire dans le pays, bénéficiant notamment de sa remarquable gestion de la crise sanitaire. Aussi, au soir du 30 janvier 2022, le triomphe est total : le parti socialiste remporte 42,5 % des suffrages, un score suffisant pour lui assurer la majorité absolue au parlement. Dans le même temps, ses anciens partenaires de gauche s'effondrent, le bloc de gauche passant de dix-neuf à cinq députés et la coalition entre communistes et verts maintenant d'extrême justesse ses six sièges. Parallèlement, l'élection voit aussi bondir les scores du parti d'extrême droite Chega qui passe d'un à douze élus. À la sortie du scrutin, Antonio Costa semble indéboulonnable et devient un modèle pour les sociaux-démocrates européens, qui citent en exemple son pragmatisme et ses succès économiques. Mais cette fois, l'histoire va s'accélérer en sa défaveur.

SCANDALES POLITIQUES ET TEMPÊTE SOCIALE

Son troisième mandat est d'abord marqué par une série de scandales politico-financiers qui entraînent la démission d'une dizaine de ministres. Le cas le plus emblématique est le « TAPgate », du nom de la compagnie aérienne publique.

L'affaire révèle notamment le versement d'une indemnité de départ de 500.000 euros à une administratrice, Alexandra Reis, au moment où la société baisse le salaire de ses employés et licencie massivement. Quelques mois après son départ de TAP, Alexandra Reis est nommée secrétaire d'État au Trésor.

Malgré la tempête, Antonio Costa se maintient à son poste. Mais d'autres nuages s'amoncellent sur le terrain social.

Depuis plusieurs mois, les Portugais sont confrontés à une hausse des loyers exponentielle, qui ont doublé dans certains endroits, en raison du boom débridé des locations touristiques et d'une insuffisante protection des locataires.

En début d'année, Antonio Costa fait face à la colère grandissante des fonctionnaires qui demandent une amélioration de leur condition de travail et des salaires plus élevés, les hausses consenties ayant largement été englouties par l'inflation. Cheminots, infirmières et enseignants multiplient les grèves et manifestations. Le 11 février dernier, les profs réunissent 150.000 personnes à Lisbonne, une des plus importantes manifestations connues par le pays depuis 1974.

“

À la sortie du scrutin, Antonio Costa semble indéboulonnable et devient un modèle pour les sociaux-démocrates européens, qui citent en exemple son pragmatisme et ses succès économiques. Mais cette fois, l'histoire va s'accélérer en sa défaveur

”

Pour les observateurs de la vie politique portugaise, la conjonction de ces vents contraires allait tôt ou tard contraindre Antonio Costa à la démission. Nombre d'entre eux jugeaient qu'il quitterait sa fonction de Premier ministre pour occuper un poste à Bruxelles, à l'issue des Européennes de 2024. Le 7 novembre, la justice et la police portugaises ont mis un terme à ces spéculations. Son implication présumée dans des affaires de corruption a obligé Antonio Costa à une démission immédiate. ●

LES PLUS BEAUX MARCHÉS DE NOËL ARRIVENT DANS LA GRANDE RÉGION!

La magie de Noël s'empare des villes de Quattropole

Luxembourg



© LCTO

DU 24.11 AU 07.01.2024

Du 24 novembre 7 janvier, plongez au cœur de la magie de Noël lors d'une visite guidée nocturne organisée par le Luxembourg City Tourist Office, ou enchantez vos enfants pendant une visite guidée à l'occasion de la Saint-Nicolas. Un autre temps fort à ne pas manquer : les Casemates du Bock et de la Pétrusse, désormais ouvertes toute l'année !

Sarrebruck



© LHS_Presseagentur Becker & Bredel

DU 21.11 AU 23.12

Venez découvrir le « Christkindl-Markt », ses spécialités et son Père Noël volant ! Le premier week-end de l'avent (01/12 – 03/12), le Jardin franco-allemand organisera le « Jardin de Noël ». Celui-ci sera agrandi pour répondre à la hausse de fréquentation et proposera un nouveau programme varié pour toute la famille.

Metz



© Agence Inspire Metz

DU 24.11 AU 30.12

Avec 125 chalets, le Marché de Noël à Metz, lumières d'Europe, se déroule sur 5 places en cœur de ville. Prenez de la hauteur avec le City Skyliner* et la Grande Roue et flânez dans le Sentier des Lanternes proposé par le Département de la Moselle. Ne manquez pas le défilé de St Nicolas le 03.12.

*Tour panoramique

Trèves



©Trier Tourismus und Marketing GmbH

DU 24.11 AU 22.12

L'odeur du vin chaud emplit l'air de Trèves tandis que les 95 stands se succèdent. La pittoresque place de la cathédrale et le marché historique principal sont décorés de lumières scintillantes, entre lesquelles les visiteurs peuvent apprécier des chants de Noël.

The SAVE DATE

TEXTE ET SÉLECTION : FABIEN RODRIGUES

28.10
-25.02

EXPOSITION

KONSCHTHAL

BEN GREBER **- GREEN MACHINE**

À la différence de l'ère industrielle, l'ère numérique se caractérise par ce que l'artiste allemand Ben Greber décrit comme « la désobjectivation et l'invisibilité progressives de tous les processus nécessaires à la vie et à la société ». Greber documente cette disparition, ou intangibilité, sans pour autant chercher à préserver ou à reproduire. Bien que ses œuvres sculpturales évoquent la forme et la fonction originale des objets auxquels elles se réfèrent, la réduction formelle qu'elles leur font subir leur permet de se manifester comme œuvres d'art autonomes dans le contexte de l'exposition. Outre d'importantes œuvres de ces dernières années, l'exposition présente une nouvelle et vaste installation en référence à l'ancienne aciérie « Terres Rouges » à Esch-sur-Alzette...

WWW.KONSCHTHAL.LU

La sélection d'Elfy

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

24.11-30.12 | SQUARE BOUFLERS À METZ | WWW.MOSELLE.FR

LE SENTIER DES LANTERNES

“

La douce odeur de cannelle des pains d'épices, les musiques de Noël qui passent en boucle, déguster des chocolats chauds avec des guimauves pour réchauffer les cœurs... La magie de Noël s'installe peu à peu et c'est ma période de l'année préférée! Je t'emmène sur le chemin des rêves illuminés de mille feux au « Sentier des Lanternes », au square Boufflers à Metz, un événement incontournable dans la région depuis 11 ans. Spoiler, ça va en mettre plein les yeux à tes bouts de chou : couleurs vibrantes, êtres féériques et autres surprises les y attendent. Du 24 novembre au 30 décembre 2023, plus de 2 000 lanternes s'illuminent ainsi tout le long d'un parcours dédié à la découverte des traditions de Noël. Monde polaire, fabrique de jouets et maison en pain d'épice... Il paraît même qu'il est possible d'apercevoir des lutins s'affairer à préparer les cadeaux de Noël!

Cerise sur le gâteau : l'entrée au sentier est gratuite!

” - Elfy Pins

supermiro 

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



12.12

CONCERT

ROCKHAL



JAIN

Jain débarque à Esch-Belval pour un concert inédit après 4 ans passés loin de la scène et de son public! 4 longues années d'explorations musicales pour s'y perdre et mieux se retrouver.

Elle a pu prendre le temps d'écrire et de composer un nouvel album dont elle est fière, juste équilibre entre électro, pop et folk et qu'elle viendra présenter à la Rockhal. Des retrouvailles forcément attendues! « Nous avons vécu tant de choses,

j'espère que vous avez trouvé la lumière malgré la pénombre... C'est mon cas et j'ai beaucoup de choses à vous dire. J'ai pris le temps d'écrire et composer un nouvel album dont je suis fière.

Je viendrai vous le présenter l'été prochain avec un nouveau live en groupe. Il me tarde de vous retrouver », confie l'artiste.

On a hâte de la retrouver nous aussi!

WWW.ROCKHAL.LU

WORKSHOPS & DANCE NIGHT

ES'CAPE
dance club

SWING NIGHT

13:00 - 17:15
SWING DANCE
WORKSHOPS

19:30 - 20:30
TASTER
SWING DANCE FOR BEGINNERS

20:30
LIVE MUSIC & OPEN DANCE FLOOR
THE SCHWINGS BAND
VINTAGE SWING AND NEW ORLEANS STYLE JAZZ
FROM VILNIUS, LITHUANIA

☆☆ SATURDAY 20.01.24 ☆☆

Centre des Arts Pluriels Ettelbrück
Ettelbrück
Le Gouvernement
Swing Dance
Infos & Réservations
2681 2681
WWW.CAPE.LU

12-13.12**DANSE****GRAND THÉÂTRE****RHIANNON MORGAN**

Clementine est la nouvelle création de la chorégraphe et danseuse Rhiannon Morgan, que le public a pu voir, en janvier 2023, dans *Songes d'une nuit...* de Myriam Muller. La pièce raconte la quête de deux individus qui se cherchent, tentent de se trouver, mais ne parviennent qu'à se perdre davantage... *Clementine* questionne notre perception des histoires romantiques et l'image que nous en projetons dans notre vie réelle et virtuelle. Grâce à un dispositif technique d'écrans et de caméras en direct, la chorégraphe explore ce qui demeure immuable : notre besoin de contact, de partage, d'être aimé et valorisé par l'autre.

Rhiannon Morgan interroge les relations humaines et les émotions indicibles grâce à la danse et prend ainsi le public à parti, dans une chorégraphie qui mêle surprise, humour et émerveillement.

WWW.THEATRES.LU**14.12****DANSE****CAPE ETTTELBRUCK****COMPAGNIE ILLICITE BAYONNE**

La Compagnie Illicite Bayonne est jeune, talentueuse et marche sur les traces des plus grands chorégraphes. Contemporaine, élégante et pleine de charme, elle suscite enthousiasme et passion dans toute l'Europe. Fondée en 2015 par Fábio Lopez, directeur artistique, chorégraphe attiré et ancien danseur du Malandain Ballet Biarritz, la compagnie est profondément attachée à l'histoire de la danse et son travail s'inscrit dans la lignée esthétique de David Dawson, Maurice Béjart ou encore Jean-Christophe Maillot... À Ettelbruck, elle propose une soirée signée Fábio Lopez, considéré comme le grand espoir de la danse néoclassique française. Le public pourra y découvrir plusieurs de ses créations jusqu'à huit danseurs, sur des musiques de Bach, Chopin et Purcell, entre autres... « Un regard nouveau et émouvant sur la musique, qui nous transporte loin sur le chemin des émotions ».

WWW.CAPE.LU**14.12****THÉÂTRE****NEIMËNSTER****UNE HISTOIRE D'AMOUR**

Katia et Justine tombent amoureuses, un amour de conte de fées. Justine veut un enfant. Katia, trop souvent blessée par la vie, finit par accepter qu'elles tentent toutes les deux une insémination artificielle. Katia tombe enceinte, mais quelques jours avant la naissance de leur enfant, Justine disparaît... Molière 2020 de la meilleure mise en scène de Théâtre privé, cette histoire d'amour unique transporte le public dans un tourbillon d'émotions, saisit et retourne avec un rythme effréné. Même aux moments les plus tragiques et attendus, Alexis Michalik, véritable enfant prodige du théâtre, prouve sa maestria de la mise en scène. « On en sort à la fois ému, lessivé, et rempli de tous ces sentiments qu'on a eu le courage de vivre pleinement dans sa vie. » Un théâtre troublant et désespérément vivant... Une représentation organisée par neimënster et l'Institut français du Luxembourg.

WWW.NEIMENSTER.LU

16.12

CONCERT

CASINO 2000



© Serge leblon

AXELLE RED

Axelle Red a tant de facettes et pour mieux la connaître, il suffit de l'écouter, de la regarder chanter. Elle a choisi de se glisser dans les pas d'immenses chanteurs et chanteuses, made in USA surtout, qui, comme ses idoles Franck Sinatra, Diana Ross ou Bob Dylan, se sont un jour ou l'autre frottés au répertoire labellisé *Christmas*. Axelle Red y convoque la magie, l'amour, la famille et la lumière, de *My Favorite Things* à *Silent Night*, dans une ambiance résolument soul. Et comme elle n'aime rien tant que de partager avec son public, elle a décidé de monter sur scène, avec sa sensibilité et une volonté d'un moment suspendu, léger et feel good... Ce serait dommage de se priver !

WWW.CASINO2000.LU

ESPACES SAVEURS

QUATRE RESTAURANTS AUTHENTIQUES

Le groupe de renom, basée au Luxembourg est né de la passion partagée de Dominique Colaïanni et Olivier Fellmann.

Au Bistro du Sommelier, la cuisine française rencontre des produits de qualité. **La Mirabelle** propose une cuisine gastronomique fraîche et saisonnière, façonnée par le chef Sébastien Convers. **Ristorante Pizzeria Gusto**, installé dans une ancienne forge, offre une expérience italienne authentique. À Mamer, **L'Ultimo Ristorante** revisite avec créativité les saveurs méditerranéennes.



POUR LES FÊTES,
OFFREZ À VOS PROCHES



un chèque
cadeau

À VALOIR DANS NOS
QUATRE RESTAURANTS

Le Bistro du sommelier

18 Av. de la Faiencerie, L-1510 Luxembourg-Ville
T. 24 17 24

La Mirabelle

9 Pl. François-Joseph Dargent, L-1413 Eich
T. 42 22 69

L'ultimo ristorante

83 Rte d'Arlon, L-8211 Mamer
T. 26 31 31 07

Ristorante Pizzeria Gusto

33 Rue Principale, L-5240 Sandweiler
T. 27 69 47 77

l'Ultimo  Gusto 

RÉSERVATION SUR WWW.ESPACES-SAVEURS.LU

20-21.12**DANSE****KINNEKS BOND**

© Pauline Gouablin

CARRÉ DE JE

Une fascinante prouesse acrobatique, un hymne fringant et espiègle à la fraternité! Mains sur le ventre, pieds hauts dans les cieux au-dessus de la tête, Lucas et Alix s'emparent de la scène et laissent libre cours à leur imagination. Au travers de jeux acrobatiques époustouflants, ils s'enlacent et se confondent, explorant tant leurs différences que leurs similitudes dans une harmonie des plus fusionnelles. Entre sauts périlleux et équilibres délicats, leurs prouesses physiques captivent et vont rapidement brouiller les pistes : qui mène la danse? Qui suit? Qui porte qui? Et qui fait s'envoler l'autre dans les airs?

WWW.KINNEKS BOND.LU**27-29.12****SPECTACLE****ROTONDES**

© Ryszard Karcz

**CHRËSCHTDEEG
AN DE ROTONDES**

C'est la tradition : à la fin de l'année, les Rotondes proposent aux familles et aux ami·e·s de venir partager des moments de complicité et de créativité dans un programme ad hoc, entre Noël et la Saint-Sylvestre. On se retrouve le temps d'un spectacle ou d'un atelier et on savoure encore un peu plus le plaisir d'être ensemble pendant les fêtes... Il y'a bien sûr des labos pour les plus petits, mais aussi deux chouettes spectacles dont profiter tous ensemble : le premier, *Ballon Bandit*, est un spectacle physique et musical, ludique et poétique qui évoque la joie de savoir imaginer, le plaisir de pouvoir danser, le bonheur de vivre des retrouvailles et le vertige de flotter dans l'espace avec en toile de fond les rythmes intemporels de David Bowie... Le second, *Reclaim*, est un cirque physique, puissant et poétique qui renoue avec les origines de la discipline, avec l'étrangeté, la peur, la monstruosité parfois, le cercle et la proximité avec le public. « Un moment hors norme! », nous promet-on!

WWW.ROTONDES.LU



GEM Une Histoire d'amour

Mise en scène : Alexis Michalik

Prix
Molière
meilleure
mise en scène
(théâtre privé)
2020

« Comment écrire quelque chose de nouveau sur l'amour ? [...] Peut-être en se concentrant sur sa fin. Mais l'amour peut-il finir ? [...] Cette histoire, au fond, n'est rien d'autre que la nôtre. »

Alexis Michalik

14.12 JE
20:00



neimënster

📍 Salle R. Krieps | € 22/9 | ⏱ 90' | 🗣 FR

neimenster.lu

📍 neimënster
28, rue Münster
+352 / 26 20 52 1

Soutien

INSTITUT
FRANÇAIS
LUXEMBOURG

Partenaire institutionnel



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

Partenaire officiel

pwc

Littérature

TEXTE : NATHALIE MARCHAL

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

Veiller sur elle de Jean-Baptiste Andrea



Né pauvre et atteint de nanisme, Mimo - de son vrai nom Michelangelo Vitaliani - a été confié à un sculpteur sans talent ni scrupules, qui en a fait son apprenti, mais aussi son esclave. Alors qu'ils n'auraient jamais dû se rencontrer, le jeune garçon fait la connaissance de Viola, fille d'une des plus riches familles de la région, qui refuse son destin mondain.

Ils ont, chacun à leur manière, la même soif de grandeur et d'évasion. Avec un arrière-plan historique passionnant dépeignant la première moitié du XX^e siècle sur fond de décors italiens très bien décrits, cette fiction qui remporte le prix Goncourt 2023 parle de génie et de création artistique, d'amitié et de connexion d'âmes, et invite à réfléchir sur l'art. Un roman empreint de lyrisme et d'un merveilleux souffle romanesque.

OI Éditions L'Iconoclaste, 2023

Suite inoubliable de Akira Mizubayashi

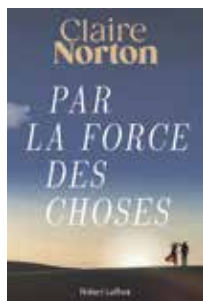


Dernier maillon d'une trilogie musicale délicate et romanesque mettant en scène un violon dans le premier opus, un alto dans le second et un violoncelle dans ce dernier, ce récit met à l'honneur l'art magnifique et le travail d'orfèvre des luthiers. Entre 1940 et nos jours, il s'articule en six chapitres portant chacun le nom d'un mouvement, invitant le lecteur

à suivre les variations des Suites de Jean-Sébastien Bach. Sur fond de résistance à la guerre et de critique du fanatisme, cette ode à la musique, ainsi qu'à la langue française, - l'auteur japonais l'a choisie comme langue d'écriture, tel un symbole de liberté, et l'évoque comme sa « langue paternelle » - est un hommage à la mémoire, à la présence des oubliés et à la transmission intergénérationnelle. Un hymne à la paix face à des destins brisés.

OI Éditions Gallimard, 2023

Par la force des choses de Claire Norton



Bercé par les paroles des chansons de Jean-Jacques Goldman, ce roman met en scène les choix que l'on fait, les décisions que l'on prend et la portée de leurs conséquences sur le cours de l'existence. Lisa et Victor, tous deux mariés, sont confrontés au « grand amour », cet amour fou qui défie le temps et les conventions et emporte tout sur son passage. Cette fresque amoureuse et familiale puissante est assortie d'une analyse psychologique fine et sensible des sentiments, qui dévoile des personnages inoubliables et profondément humains en prise avec les facéties du destin. D'emblée, il se crée un lien fort entre eux et le lecteur, ressentant des perceptions successives face à l'expression de l'amour dans toutes ses acceptations et à ce qui influe sur les trajectoires de vie. De quoi balayer les certitudes.

OI Éditions Robert Laffont, 2023

LES CRÉMANTS POLL-FABAIRE

s'invitent à la fête

Prêts à entamer ce marathon culinaire et convivial des fêtes de fin d'année ? Si votre estomac semble paré à déguster les plats les plus délicieux, votre menu lui reste totalement vierge. Entre le foie gras, les huîtres, le saumon, il n'est pas chose aisée d'élaborer un repas que tout le monde pourra apprécier. Il faut aussi trouver des accords mets-vins digne de ce nom. Rien de tels que les Crémants POLL-FABAIRE pour passer des fêtes réussies ! La finesse de leurs bulles et la puissance de leurs arômes sublimeront vos recettes et sauront ravir vos convives. Découvrez, sans plus tarder, notre menu spécial Crémant, issu de la marque POLL-FABAIRE des Domaines Vinsmoselle.

À l'approche des fêtes de fin d'année, le syndrome de la feuille blanche vous guette dangereusement... Il est parfois compliqué de trouver les meilleures combinaisons pour contenter les épicuriens de votre entourage. Quels vins servir lors du repas de Noël (ou pour toute autre grande occasion) ? Nous vous suggérons de placer l'année 2023 sous le signe du Crémant. Une bouteille de Crémant POLL-FABAIRE, accompagnera chaque étape de votre menu. Pour donner le la à ce festin, nous vous recommandons d'élaborer des mises en bouches au foie gras et au pain d'épices. Ces amuse-bouche, vedettes des célébrations de fin d'année, se marient parfaitement avec un Crémant POLL-FABAIRE cuvée Millésimé. Les fines bulles de ce millésime apporteront une touche de fraîcheur plus que bienvenue et sauront faire pétiller de plaisir les papilles de vos invités.

Afin de poursuivre ce voyage gustatif, nous vous proposons de servir un velouté de potimarron parsemé d'éclats de châtaignes et noisettes torréfiés. Une recette réconfortante (et plus festive qu'il n'y paraît), accessible à tous les niveaux de cuisine, que l'on apprécie pour son onctuosité et ses notes sucrées. Vous pouvez également proposer à vos convives des dés de lard paysan croustillants, qu'ils viendront déposer, s'ils le souhaitent, sur leur soupe frémissante.



Le gras du cochon viendra alors sublimer le goût subtil et suave de cette courge qui arrive à convaincre petits et grands. Soulignez toute la gourmandise de cette entrée avec un filet d'huile d'olive, justement déposé après le service.

DU CRÉMANT DE L'ENTRÉE AU DESSERT

Alors, quel vin servir avec ce délicieux mets ? La chair délicate du potimarron s'accorde parfaitement avec un Crémant POLL-FABAIRE cuvée CULT. Les Crémants POLL-FABAIRE embellissent à merveille

les recettes pour carnivores mais aussi les plats à base de poissons et de coquillages. Pour le plat roi de votre menu de fête, nous vous invitons à concocter un saumon glacé aux clémentines et au gingembre. Un plat parfumé et original qui épatera et réveillera à coup sûr votre table ! Rien de tel qu'un Crémant POLL-FABAIRE cuvée Chardonnay pour accompagner cette assiette. La rondeur de ce vin permettra un équilibre parfait avec la puissance aromatique du plat. Côté accompagnement, vous pouvez opter pour une bonne purée de pommes de terre maison hyper crémeuse ou un risotto aux poireaux. Avant de passer au dessert, n'oublions pas de servir un beau plateau de fromages. Les Crémants POLL-FABAIRE se marient excellentement avec différents fromages. Si vous optez pour une assiette 100 % fromages à croûte fleurie tels que le Brie et le Camembert, optez pour une Cuvée Riesling. Ce cépage prolongera, avec beaucoup de finesse, l'amertume de ces fromages et assurera un parfait mélange de saveurs. Après le fromage, place (enfin) au dessert ! Le moment préféré des plus gourmands... Pour la dernière étape de ce menu, faites découvrir à vos convives le sorbet au Crémant rosé POLL-FABAIRE, fruit d'une collaboration exceptionnelle avec Luxlait. Cette création, à l'acidité bien maîtrisée, a toute sa place en fin de repas. Son goût pétillant et raffiné apportera une certaine légèreté...



**DOMAINES
VINSMOSELLE**
LUXEMBOURG

Patrice Noël

« J'AIME CE CÔTÉ LUDIQUE DE LA CUISINE »

Le chef exécutif du Place d'Armes voue une passion pour la cuisine authentique locale à base de produits du terroir. Dans les trois restaurants du groupe avec ses équipes, il aime travailler en racontant des histoires autour de produits luxembourgeois ponctuées de surprises culinaires. Rencontre avec un artiste qui travaille sur tous les sens.



2012 de Relais & Châteaux. Il met un point d'honneur à sublimer les valeurs de Relais & Châteaux à travers sa cuisine et à concevoir ses menus en s'inspirant de l'Histoire de la Maison. Patrice partage avec nous sa vision culinaire et sa philosophie du métier. Il nous dévoile les menus des fêtes qui figureront sur la carte des trois restaurants.

Patrice Noël, quelle est votre philosophie du métier ?

Nous faisons un métier de passion. Et nous devons le faire avec notre cœur. Mais un chef n'est rien sans ses équipes. Comme un coach, je leurs transmets mes valeurs : la saisonnalité, le respect du produit et des cuissons. C'est un métier d'artiste, qui travaille sur tous les sens, en prenant plaisir : le client doit pouvoir visualiser le plat, le regarder et le manger avec les yeux. Vient ensuite le moment olfactif où l'on s'imprègne de l'odeur des produits, puis le toucher de la texture et la découverte gustative avec les saveurs qui s'entremêlent.

Personnellement, j'aime la cuisine d'instinct : comme un défi que je me lance, mêlé d'une touche d'improvisation. C'est une cuisine de moments, d'échanges, de voyages et de vécus, autour d'un produit et d'une saison. Elle doit raconter une histoire à travers un plat, en y mêlant l'originalité, la surprise et le plaisir de partager.

Avec quel œil revisitez-vous les produits du terroir luxembourgeois ?

J'adore travailler le légume, un produit authentique, de nos terroirs. Mais j'aime aussi

Au cœur de la vieille ville, sur l'une des plus belles places du Luxembourg, une bâtisse du 18^{ème} siècle au savant mélange de styles Art nouveau, Baroque revisité et Design Contemporain séduit par sa grâce et sa simplicité. Ce magnifique ensemble de sept bâtiments atypiques dissimule Le Place d'Armes ; hôtel de charme cinq étoiles signé Relais & Châteaux. Ses trois restaurants et son bar ouvrent leurs portes aux épcuriens. Un restaurant gastronomique, La Cristallerie, avec sa cuisine créative qui honore les produits d'exception. Une rôtisserie

chic, Le Plëss, qui propose une cuisine traditionnelle méditerranéenne. Le Café De Paris et son ambiance bistronomique, avec sa célèbre terrasse « La Paillotte ». Le 18 bar, dans son ambiance feutrée, où l'art de la mixologie et la nature participent au voyage de l'enseigne. Patrice Noël, son nouveau chef exécutif, chapeaute depuis août dernier l'entièreté des trois restaurants et des identités culinaires du groupe. Ce franco-canadien compte bien perpétuer à sa façon les traditions et l'authenticité de la Maison fondée en 1958 et membre depuis

les mélanges de saveurs atypiques ; et préparer des surprises culinaires : comme une alliance chou-fleur et vanille, qui déclenche une explosion de saveurs dans la bouche.

J'aime aussi travailler sur des harmonies particulières comme le sucré-salé qui se marie très bien. Je vous laisserai découvrir pour les fêtes notre entrée de Noël à La Cristallerie : Le Foie Gras en chaud-froid, Clémentine et Pomme Verte. Ce sont des produits locaux et de saison, qui vous apportent leur côté acidulé, sucré ou salé et une touche de fraîcheur. On joue sur un assemblage et un équilibre. Nous jouons aussi sur le suspens des intitulés, donnant envie à nos convives de découvrir de nouvelles saveurs. L'idée reste de s'amuser.

Quelles valeurs Relais & Châteaux sublimez-vous à travers votre cuisine ?

Véritable gage de qualité, Relais & Châteaux porte un profond désir d'offrir aux locaux et voyageurs une excellence culinaire, une découverte du patrimoine et une immersion totale dans le luxe. Cette philosophie est également la nôtre. La gastronomie occupe une place centrale dans les Relais & Châteaux. Nous la déclinons à travers une cuisine inspirée de recettes traditionnelles, travaillée à base de produits locaux, les circuits courts sont privilégiés.

Par ailleurs, Relais & Châteaux s'est associé au label Slow Food s'engageant pour protéger l'héritage culinaire. Cette année, ce sont nos fromages, nos vins et nos produits fermentés, que nous avons mis à l'honneur, grâce à la campagne annuelle « Food for Change ». L'objectif est de proposer une cuisine qui témoigne et reflète l'environnement naturel, culturel, l'histoire locale et illustre la diversité des cuisines du monde.

Quels sont les rôles, les défis et les enjeux d'un chef exécutif ?

Un chef exécutif est un ambassadeur et un visage culinaire de la Maison. En cuisine, j'ai une brigade solide et hétéroclite qui m'accompagne. Mon rôle est de mettre en avant les produits et les idées de chaque

membre de mon équipe. Ainsi, chacun des convives ayant l'occasion de visiter l'une de nos tables ou de prendre part à un événement, vit un moment unique.

Mon expérience passée de chef-propriétaire m'apporte la connaissance précise d'une gestion professionnelle d'un établissement, tout en perpétuant son âme et l'authenticité qui ont fait son succès. Au Plëss notamment, nous perpétuons l'authenticité et l'âme du restaurant avec la rôtisserie en cuisine ouverte. Nous la valorisons non pas comme une décoration, mais comme un véritable lieu de vie, d'échange et d'interaction avec le client, qui peut découvrir avec ses sens nos viandes et nos légumes rôtis coupés en salle sous ses yeux.

“

C'est un métier d'artiste, qui travaille sur tous les sens, en prenant plaisir : le client doit pouvoir visualiser le plat, le regarder et le manger avec les yeux

”

À la Cristallerie également, je veux offrir une expérience gastronomique inoubliable et authentique, selon les principes d'excellence d'accueil et de service. En clair, je veux que l'établissement vive, respire, devienne LE rendez-vous gastronomique, un éveil à l'art de vivre, au service d'une clientèle locale et internationale.

Quels menus de fêtes nous préparez-vous ?

Pour les fêtes de Noël et du Nouvel An, nos trois restaurants proposeront des menus en quatre temps accompagnés d'une proposition d'accords mets et vins. Au Plëss, j'ai élaboré un menu de la Saint-Sylvestre en accord avec nos valeurs mettant en avant les produits locaux et de saison, tout en marquant les esprits avec des associations de saveurs qui surprendront les papilles de

nos clients. En entrée, nous leur proposons par exemple le Carpaccio de Saint-Jacques – Caviar Oscietre Kasnodar de Madagascar, Colza Grillé et Betterave. En plat, ils pourront retrouver Le Dos de Bar de Ligne Ikejime, avec Vanille de Madagascar et Chou-fleur Praliné d'Amandes à la Fleur de Sel. En pré-dessert, ce sera une Gavotte au Litchi – Eau de Rose, Grenade. Enfin, pour terminer le repas, une Pavlova au Kiwi – Pomme Verte à l'Aneth leur sera servie en dessert. Pour célébrer la magie des Fêtes à La Cristallerie, nous avons créé un menu festif qui marie tradition et innovation pour une expérience inoubliable. Pour le dîner du 24 et le déjeuner du 25 décembre, le menu de Noël comptera le Foie Gras en Chaud-Froid – Clémentine et Pomme Verte. Suivi d'une seconde entrée autour de la Saint-Jacques de Bretagne, Truffes Mèlanosporum et Laitue. En plat, un Mignon de Veau Fermier, accompagné de Scorsonère au Miel Mille Fleurs et Oignon Roscoff, pourra ravir les plus fins palais. Pour le pré-dessert, ils auront l'occasion de déguster un Croustillant Noisette aux Epices de Noël. Pour le dessert, je propose une Opaline Dulcey au Citron Meyer, Sorbet Menthe. Chaque plat que nous servons repose sur des ingrédients d'exception, des saveurs raffinées, et une présentation soignée, incarnant ainsi notre engagement envers l'excellence culinaire.

À ces menus s'ajoutent les parfaits accords de vins d'exception pour sublimer cette expérience authentique tout en souvenirs et émotions, dans un cadre luxueux et chaleureux, et pour bien démarrer la nouvelle année en se faisant plaisir.



LE PLACE D'ARMES

LUXEMBOURG



RELAIS & CHATEAUX

News FOOD

TEXTE : FABIEN RODRIGUES



PÉROU CHIC ET CHOC

Le City Concorde Shopping Center a désormais son adresse péruvienne pour combler les foodies les plus exigeant•s ! Le Sens est un peu le petit frère du restaurant/rooftop Skybar qui se trouve à l'étage supérieur puisque c'est également Christopher Rahme qui en a pris la gestion. En cuisine, on y retrouve un jeune talent à suivre de près : Gerson Atalaya, ancien chef du Kay au Casino Luxembourg, diplômé à Lima de l'école du célèbre Gaston Acurio et déjà salué par la critique locale. Son menu est « un hommage à la richesse et à la diversité des produits de différentes régions du monde, tout en restant fidèle à ses racines péruviennes ». Miam. Ainsi, dans un décor lumineux et élégant, on déguste volontiers un bon ceviche de thon rouge, mais aussi d'autres beaux produits travaillés dans des recettes faussement simples et toujours étonnantes...

SUR UN AIR LATINO

Parmi les nouvelles petites adresses à tester à Luxembourg, Déjà Vu vient titiller habilement nos envies de soulfood latine, dans sa jolie petite salle de la Grand-Rue. L'adresse est assez insider, puisqu'il faut littéralement s'engager dans une galerie, entre Lush et Muse by, pour accéder à l'établissement, voisin de Letz Boyz, le nouveau bar gay de la capitale. Après une première mouture éphémère baptisée Latinder, Manu Veiga (que l'on a bien connu derrière le bar du Bella Ciao, à quelques rues de là) semble avoir enfin trouvé sa formule de cœur, accompagné en cuisine par le chef Bruno Patanegra. Ce dernier sait se faire (et nous faire) plaisir avec de bons petits plats à partager ou non, assaisonnés et relevés juste comme il faut, surtout lorsqu'ils sont accompagnés d'un des savoureux cocktails proposés au bar. Notre coup de cœur ? Le pop-corn de crevettes et son guacamole maison, très canaille, mais aussi le nouveau menu « Dégustation » en 4 services ! Dès le jeudi, Déjà Vu s'électrise et la fête s'invite à coup sûr.



Ah, l'Italie!

Le mois dernier, nous vous parlions de la croissance ambitieuse du groupe Come à la Maison, qui ouvrait à la rentrée deux nouveaux établissements en centre-ville... Il semble que ce n'est pas fini, loin de là! Puisque Séverin Laface a également ouvert fin octobre, dans le quartier Gare de la capitale cette fois, Come Itàlia, en lieu et place d'un des plus vieux restaurants transalpins de la Ville. On y retrouve les codes esthétiques très « Méditerranée chic » de l'enseigne mère, avec des assises confortables, un joli bar, des lustres, des bouteilles de bon vin, une terrasse couverte à l'arrière, mais aussi quelques touches vintage sur les murs... Côté assiette, de la gastronomie italienne authentique, savoureuse et « à la main » - surtout en matière de pâtes maison, véritable marotte du chef Michele Challier, qui sait de quoi il parle ! Sans oublier les cocktails bien sûr ! Une bien belle reprise, testée et approuvée...



DANSER À LA PARISIENNE

Depuis le mois dernier et après des semaines de teasing bien orchestré sur les réseaux sociaux, les soirées Chérie Chéri ont fait une arrivée remarquée au Luxembourg. Le concept a été créé à Paris par Marie Garreau, experte en relations presse qui a mis son savoir-faire au service des établissements les plus branchés de Paris. Dédiées principalement aux 35-55 ans, les soirées Chérie Chéri qu'elle a créées s'articulent autour de lieux de prestige (L'Hôtel Molitor, les Péniches du Pont-Neuf ou encore l'Hôtel Costes à Paris), un système de billetterie exclusivement en préventes, une communauté triée sur le volet et une ambiance festive et musicale élaborée avec attention... La prochaine édition arrive le 14 décembre et sera l'occasion de célébrer le lancement d'applications dédiées à Chérie Chéri partout en France et au Grand-Duché... Restez connecté.e!

COCOTTES
en fête!



vosre menu des fêtes
en un clic !

Commandez en ligne ou directement
dans nos boutiques Cocottes.



www.cocottes.lu

Dans les Alpes, ou presque!

La saison des raclettes et des fondues au fromage est bel et bien arrivée, avec son lot de chalets dédiés. Mais si l'on veut faire fi des calories et transformer une soirée gourmande en un événement chic dans la capitale, une nouveauté s'impose : le grand chalet collab' entre Stübli et Brasserie Schuman, installé sur le superbe parvis du Grand Théâtre. Sous la gestion de Laurence Frank, le chalet hivernal avait déjà fait son apparition, il prend cette fois des dimensions et une décoration grandiose grâce à cette collaboration initiée par la nouvelle direction. Jusqu'à 22h en semaine et 22h30 le week-end, on y déguste tout ce qu'il faut en la matière, ou bien on y prend simplement un verre dépayçant avant ou après un spectacle...



LOUIS LINSTER AU FIRMAMENT

La cérémonie annuelle Gault&Millau et sa remise de prix toujours très attendue a mis une fois de plus en lumière la crème de la crème de la scène gastronomique luxembourgeoise, fin octobre à l'Alvisse Parc Hotel. Et c'est le chef Louis Linster qui en est reparti avec le prestigieux prix de « Chef de l'Année 2024 ». C'est donc chez ce jeune et talentueux restaurateur et son épouse Njomza qu'il faudra se rendre sans plus attendre, à Frisange, dans le restaurant étoilé qui porte toujours le nom de sa maman Léa, elle-même lauréate du prix en 2009. Ce dernier passe d'ailleurs à la note de 17/20 sur le guide jaune, rejoignant ainsi le club très « select » des restaurants 4 toques luxembourgeois. Parmi les autres prix remis par une Anne Faber très en forme, le « Jeune Chef de l'Année » revient à Clovis Degrave, le jeune restaurant Specto se distingue comme « Découverte de l'Année » et le duo mère-fille très ému composé de Lysiane et Katell Guillou (Guillou Campagne) repart avec le titre d' « Hôtesses de l'Année ». Sans oublier le nouveau « Bar de l'Année », remis au chouette BAC Luxembourg. Vous savez ce qu'il vous reste à faire...



THYM & CITRON, 2^E DU NOM

Le nom change, l'esprit reste! À Belair, la boutique/épicerie/comptoir traiteur premium Olivia Cliquet a laissé sa place à la seconde adresse d'une autre enseigne spécialisée dans les bonnes choses : Thym & Citron. Forts du succès de leur grande boutique et de leur poissonnerie Kraken dans le quartier Gare, Gérald Polis et Florent Demesmaeker s'attaquent donc à un quartier en demande de ce genre d'adresse haut de gamme. Kraken y aura d'ailleurs un comptoir maritime gourmand, approvisionné deux fois par jour par son espace de la rue de Strasbourg. Une occasion de toucher aussi un public nouveau, moins habitué aux aventures parfois décourageantes de la Gare... Quoi qu'il en soit, les deux associés savent faire et ne devraient pas prendre bien longtemps avant de trouver leurs aficionados de gourmandises chic...



BERNARD-MASSARD.LU

LE TOUR DU MONDE EN 900 VINS



WINE E-SHOP

GRAVLAX



30 MINUTES DE PRÉPARATION
24 À 36 HEURES DE RÉFRIGÉRATION
SANS CUISSON, POUR 12 PERSONNES.

Ingredients

- 150 g de sel gemme
 - 110 g de sucre
 - 1 poignée d'aneth haché
 - 2 cuillerées à café de zeste de citron vert finement râpé
 - 2 cuillerées à café de grains de poivre blanc écrasés
 - 1 cuillerée à soupe de baies de genièvre écrasées
 - 80 ml de gin
 - 750 g de saumon prélevé dans le milieu du filet, sans arêtes mais avec la peau
 - 2 cuillerées à soupe de jus de citron vert
 - 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive
 - Crème fraîche et baguette grillée, pain de seigle noir ou crackers, pour servir
- SALADE D'HERBES**
- 2 barquettes de jeunes pousses
 - 1/2 poignée de brins d'aneth

Recette

- 01.** Mélangez le sel, le sucre, l'aneth, le zeste de citron, le poivre, le genièvre et le gin dans un saladier. Étalez la moitié de cette marinade au fond d'un plat en céramique ou en verre peu profond de 20 × 28 cm. Posez le saumon dessus, la peau vers le bas. Versez le reste de marinade sur le dessus.
- 02.** Couvrez de film alimentaire. Posez un autre plat par-dessus et placez-y des boîtes de conserve. Placez au réfrigérateur 24 à 36 heures, en retournant le saumon toutes les 12 heures.
- 03.** Retirez le saumon du plat et enlevez les restes de marinade. Jetez la marinade et séchez le saumon avec du papier absorbant.
- 04.** Tout en tenant le couteau à un angle de 45° et avec des gestes amples, découpez le saumon en travers du filet, en tranches aussi fines que possible. Disposez les tranches sur un grand plat.
- 05.** Juste avant de servir, mélangez les jeunes pousses et les brins d'aneth dans un saladier. Versez le jus de citron vert et l'huile d'olive sur le saumon et garnissez de salade d'herbes. Servez avec de la crème fraîche et des crackers, si vous le souhaitez.





À boire avec

JOSMEYER «LE KOTTABE» RIESLING ALSACE 2022



Céline et Isabelle ont repris le domaine familial créé en 1854. Biodynamie, vinification respectueuse du terroir, les deux sœurs représentent aujourd'hui l'élite de l'Alsace autour d'une gamme de vins d'une pureté absolue. Le Kottabe, 100% riesling provenant d'une douzaine de petites parcelles aura la vivacité et le caractère pour révéler les arômes du saumon. Entre délicatesse et arômes francs, cet accord aura le pouvoir d'apporter une subtilité aromatique à cette recette!

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

Mis de recettes



Recettes de Noël des éditions Marabout



Millefeuilles au saumon fumé, dinde farcie aux herbes, bœuf Wellington, carottes glacées au sirop d'érable, pavlova aux fruits rouges, bûche chocolat piment...

De l'apéritif au dessert, découvrez 150 délicieuses recettes à concocter en toute simplicité pour un repas de fête hors du commun.

Éditions Marabout
© Marabout 2023

Horoscope

TEXTE : HÉLÈNE MACK

Le signe du mois

SAGITTAIRE

du 23.11 au 21.12

Amour : Soleil et Mars, en visite chez vous, éclairent une période pleine de rebondissements qui feront bouger les choses et vous apprécierez. **Travail** : Mars sera en accord avec votre signe et vous trouverez les moyens de vos ambitions. **Vitalité** : Faites comme la nature, reposez-vous.

CAPRICORNE

du 22.12 au 20.01

Amour : Vous aurez beau mettre une fleur au fusil, vous ressentirez mal l'agressivité de l'être aimé sans savoir quoi faire. **Travail** : Mercure soutiendra vos efforts et vous poussera même à consolider votre position professionnelle. **Vitalité** : Excellente forme.

VERSEAU

du 21.01 au 18.02

Amour : Le père Noël sera généreux, les cœurs solitaires qui désirent sincèrement mettre fin à leur état actuel auront la bonne fortune. **Travail** : Vous serez habité par un profond besoin de vous exprimer et de voir vos qualités reconnues. **Vitalité** : Sortez, besoin de vous changez les idées.

POISSONS

du 19.02 au 20.03

Amour : Mars et Soleil en conflit avec Lilith, à deux, vous aurez besoin de donner un nouveau sens à votre vie de couple. **Travail** : L'ambiance astrale

intensifiera l'instinct de propriété. Vous revendiquez vos droits sur le plan professionnel. **Vitalité** : Vous naviguez entre tension et apathie.

BÉLIER

du 21.03 au 20.04

Amour : Projets de vacances pour les fêtes de fin d'année en amoureux ou en famille, le mot « Féérie » aura bien sa place. **Travail** : Mars est votre allié, méfiez-vous d'un comportement trop anarchique : sachez mesurer et coordonner vos efforts. **Vitalité** : Excellente énergie à canaliser.

TAUREAU

du 21.04 au 20.05

Amour : Une pleine Lune favorable, nombre d'entre vous vont se passionner pour la vie collective, famille et enfants. **Travail** : Mars vous incite à lâcher vos résistances, n'hésitez pas à vous engager totalement dans vos projets pour avancer. **Vitalité** : Un moral nettement en hausse.

GÉMEAUX

du 21.05 au 22.06

Amour : La lune active votre imaginaire, vous partirez à la découverte d'un être que vous connaissez peu et qui excite votre curiosité. **Travail** : Mercure, votre planète vous réchauffe, vous saurez exactement où vous en êtes. **Vitalité** : Repos pendant les fêtes.

CANCER

du 23.06 au 22.07

Amour : Une déflagration amoureuse, belle période de Noël pour une rencontre marquante, un retour sentimental inattendu. **Travail** : Bel aspect avec Vénus et Saturne, ce qui était en gestation prend corps, devient effectif et productif.

Vitalité : Très bonne résistance de fond.

LION

du 23.07 au 22.08

Amour : La Lune en Lion, vous sera bénéfique, ne soyez pas trop exigeante, jouissez pleinement de cette période des fêtes de l'Avent. **Travail** : La période pourrait vous faire faire un sérieux bond dans votre métier, essayez de vous surpasser. **Vitalité** : Excellente forme.

VIERGE

du 23.08 au 22.09

Amour : Quelques problèmes de couple sont à craindre, Lilith en Vierge oblige à régler les problèmes du passé ou répétitifs. **Travail** : Mercure, en harmonie avec Jupiter, sera favorable aux déplacements d'affaires spécialement à l'étranger. **Vitalité** : Garder cette période zen sans stress.

BALANCE

du 23.09 au 22.10

Amour : Vous aurez à supporter les idiosyncrasies exacerbées de votre partenaire, ne vous laissez pas submerger par ces perturbations. **Travail** : Vous serez plutôt mal à l'aise, si vous constatez que vous n'êtes pas en état de donner votre pleine mesure. **Vitalité** : Reposez un maximum.

SCORPION

du 23.10 au 21.11

Amour : Après cette nouvelle Lune chez vous, les couples mûriront leurs passions vives dans le secret de leur cœur et laisseront leurs pulsions doucement fermenter. **Travail** : Des occasions intéressantes se présenteront, prenez le maximum de garanties. **Vitalité** : Bonne et sans histoire.

CLERVAUX
CITÉ DE L'IMAGE



SAISON 2023 - 2024

FORMEN SPRACHE

SANJA MARUŠIĆ
CHRISTINE ERHARD
THADDÄUS BIBERAUER
STEPH MEYERS
LIZ LAMBERT
TINA LECHNER



A XI GHH, 2022 © Christine Erhard

6 EXHIBITIONS ALL YEAR LONG
CLERVAUX, LUXEMBOURG
WWW.CLERVAUXIMAGE.LU

Avec le soutien de



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Agriculture, de la Viticulture
et du Développement Rural



RISE[®]

DELTA
WITH
STARCK



L'ESPRESSO À
L'EXTRACTION
INVERSÉE
PARFAITE.

LE SYSTÈME INNOVANT RISE
DELTA Q INJECTE DU CAFÉ PAR
LE FOND DE LA TASSE.
IL INTENSIFIE LE GOÛT ET LES
ARÔMES NATURELS DU CAFÉ.
MAINTIEN LA TEMPÉRATURE
IDÉALE ET MET EN ÉVIDENCE
UNE CRÈME PERSISTANTE.

NOVADelta LUXEMBOURG
22, RUE DE L'INDUSTRIE - L-8399 WINDHOF
TÉL.: 00352 26 94 56 01
INFO@DELTA-CAFES.LU

REVERSE
INJECTION
SYSTEM
EXPERIENCE

MYDELTAQ.COM