

Femmes

MAGAZINE
MARS 2019
N°201



DOSSIER

LA VÉRITÉ SUR LA PARITÉ



MODE

LA LEÇON DE STYLE
DE KARL LAGERFELD

FINANCES

LES CLÉS
POUR BIEN GÉRER
SON PATRIMOINE

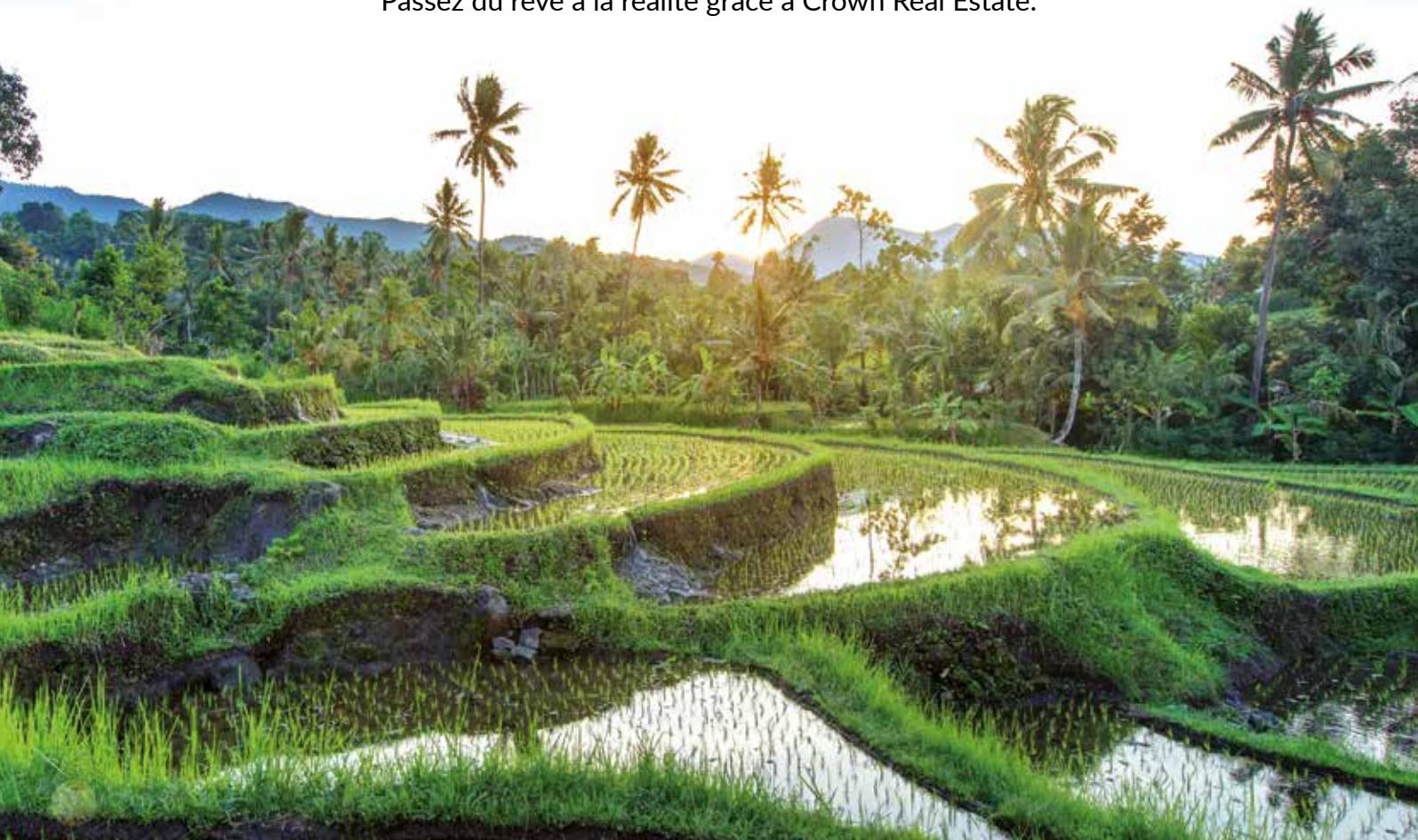


CROWN
REAL ESTATE

BALI ENTRE AMIS

LE PROFESSIONNEL DE L'IMMOBILIER À BALI

Bénéficiez d'une rentabilité locative nette de 12% en devenant propriétaire à Bali.
Passez du rêve à la réalité grâce à Crown Real Estate.



Transactions immobilières ainsi qu'estimations gratuites de votre bien au Luxembourg et à l'étranger

44 rue de l'Industrie, L-8069 Strassen / Tél. : 661 548 700 / www.bali-entre-amis.com / www.crownrealestate.lu

ÉDITO

ET SI ON SE METTAIT AU TRAVAIL ?

Notre 1^{ère} de couverture du mois de mars, une provocation ?

Non, simplement l'utilisation de la force de l'image.

Le symbolisme nous semble ici on ne peut plus clair.

Ce qui a motivé ce choix ?

Le constat d'un immobilisme effrayant ;

est-ce qu'aujourd'hui, il est encore possible de fermer les yeux ?

Le nouveau gouvernement a été formé :

12 hommes pour 5 femmes,

peut-on parler de démocratie représentative ?

Le Ministère de l'Égalité des chances a rédigé

un « Bilan intégral » des mesures mises en place en faveur

de l'égalité entre les hommes et les femmes entre 2014

et 2018. Intéressant à plus d'un titre.

Mais ces mesures ont-elles permis des changements significatifs ?

En hiver 2011, la neige était tombée en abondance et des véhicules non équipés ont bloqué des centaines de personnes dans leur voiture toute une nuit.

La conséquence ne s'est alors pas fait attendre, et dès octobre 2012, les pneus neige devenaient obligatoires au Luxembourg. En effet, il ne s'agit pas de lésiner quand il est question de mise en danger des automobilistes...

Nous sommes en 2019, et dans notre pays, il est autorisé (puisque l'égalité salariale n'est pas imposée) de rémunérer une femme moins qu'un homme même si les compétences ainsi que les diplômes sont identiques. Est-ce acceptable ?

À quand un geste fort ? N'est-il pas question de mise en danger de l'équité au sein d'une démocratie ?

Sans faire du féminisme déplacé, est-il encore nécessaire de rappeler les atouts d'une véritable mixité et ce, dans tous les domaines. Outre l'équité, la rentabilité, la complémentarité, l'acquisition de talents, nous sommes convaincues que faire de l'égalité entre les sexes une priorité favorisera une croissance économique durable à long terme, et le progrès social.

Alors qu'est-ce qu'on attend ?

MARIA PIETRANGELI, RÉDACTRICE EN CHEF

SOMMAIRE

MARS 2019
N°201



01. MODE

LAST MINUTE! / 06

CATWALK
CHANEL / 10

MODE LA LEÇON DE STYLE
DE KARL LAGERFELD / 12

INTERVIEW MODE
POLÈNE: « NOUS SOUHAITIONS
BOUSCULER LES CODES
DE LA MAROQUINERIE » / 26

DÉCRYPTAGE MODE / 30

NEWS MODE / 32

DRESS CODE TERRACOTA / 34



02. MAGAZINE

L'INTERVIEW DU MOIS
STÉPHANIE JAUQUET / 36

DOSSIER
LA VÉRITÉ SUR LA PARITÉ / 38

FINANCES
LES CLÉS POUR BIEN GÉRER
SON PATRIMOINE / 44

DOSSIER
LA JOURNÉE INTERNATIONALE
DES DROITS DES FEMMES / 50

BUSINESS
VENDRE EN LIGNE
POUR PERDURER / 54

NEWS SOCIÉTÉ / 58

EXPERTS EN DROIT / 60

SOCIÉTÉ / 62

03. WELLNESS

BEAUTÉ L'ACIDE HYALURONIQUE, STAR DES ACTIFS ANTI-ÂGES / 64

L'AVIS DE LA RÉDAC / 66

NEWS HEALTHY / 68

BEAUTY CASE / 70

BEAUTÉ LA BEAUTÉ : NOUVELLE DESTINATION TOURISTIQUE / 72



04. CULTURE

NEWS CULTURE / 78

**INTERVIEW CULTURE SALI MULLER,
« L'ART EST UN PUISSANT ANXIOLYTIQUE » / 80**

BOOKS / 82

SAVE THE DATE / 84

ONLINE / 90



05. TRIBU

**WE ARE FAMILY
BURN-OUT PARENTAL,
QUAND LES PARENTS CRAQUENT / 92**

**MODE ENFANT
LE RÈGNE VÉGÉTAL / 96**

FOR KIDS / 104

MOODBOARD KIDS / 106

WANTED / 108

06. ART DE VIVRE

MOODBOARD / 110

**INTÉRIEUR
NOS SÉRIES PRÉFÉRÉES
INSPIRENT NOTRE DÉCO / 112**

**DANS LA CUISINE DE
CYRIL MOLARD / 116**

RECETTES / 118

48H BOL D'EIRE À VÉLO / 120

HOROSCOPE / 122

OURS

DIRECTION

Maria Pietrangeli

RÉDACTRICE EN CHEF

Maria Pietrangeli

PHOTOGRAPHE

Julian Benini

CONSEILS EN COMMUNICATION

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

MISE EN PAGE

WAT Éditions Sàrl

Julie Mallinger

Dorothée Dillenschneider

RÉDACTEURS

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

SOCIÉTÉ ÉDITRICE

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

ABONNEMENT - 11 numéros / an

Coupon à envoyer à Femmes Magazine
avec preuve de paiement

Nom:

Prénom:

Adresse:

Luxembourg 33€ / Pays frontaliers 35€

À verser sur le compte BGL

LU29 0030200166890000

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



20 200 exemplaires
www.femmesmagazine.lu



COVER

« Minister... Kann ech och ginn », traduction en français : « Moi aussi, je peux devenir Ministre »

Modèle : Lily-Nour

Photographe : Julian Benini

Maquillage & coiffure : Justine Chery

Stylisme & Production : Julie Bénieré

Nos partenaires :

Merci à Zara pour le look et à la Ville de Metz de nous avoir permis de réaliser notre shooting à L'Anneau, Halle d'athlétisme de Metz.

Un grand merci à Yasmine Zeroc

www.instagram.com/yasmine.zeroc/

et à sa fille, Lily-Nour pour leur précieuse collaboration.

LAST MINUTE !

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

SARAH BRAUN



LE ROI EST MORT, VIVE LA REINE !

Il était irrévérencieux, bourreau de travail, drôle, « nymphomane de la mode », éternel insatisfait, mystérieux et érudit. Karl Lagerfeld s'est éteint le 19 février, à l'âge de 85 ans, laissant Choupette orpheline, mais bien plus le monde de la mode sans maître à penser. Son génie insolent et visionnaire a marqué à jamais l'histoire de la mode. La grande Histoire aussi. Sa succession, elle, a été confiée à son bras droit depuis de longues années : Virginie Viard. Nous ne pouvons qu'accueillir favorablement cette nomination féminine à l'une des plus illustres maisons de haute couture.

LE CHIFFRE

1854

Soit l'année où Louis Vuitton a ouvert son premier magasin, rue des Capucines à Paris.

La maison lui rend hommage cette année avec le sac Capucines, un must have annoncé.



ON VEUT DES LÈVRES SIROP

Envie d'une bouche fraîche, de couleurs pop et lumineuses ?

Yves Saint Laurent réinterprète le rouge à lèvres brillant avec L'Absolu Mademoiselle Shine. Une formule hydratante, des couleurs éclatantes, un délicat parfum floral et fruité, pour un lipstick qui s'applique en un clin d'œil et donne à votre sourire ce fameux petit french air « I woke up like this ». Délicieux.

LE TIP TEINT PARFAIT

Une fois de plus, Nicolas Degennes affole nos sens avec une nouvelle gamme pour le teint, qui comprend certes un fond de teint, mais surtout, un concealer absolument merveilleux, dont il nous a confié « ne se servir parfois que de ce produit. C'est vraiment le meilleur sur le marché, et ce n'est pas parce que c'est moi qui l'ai créé » ! A tester sans plus attendre pour des selfies plus que parfaits !

Finion

Donnez vie à vos exigences.



EN EXPOSITION
DANS NOTRE
SHOWROOM
BERTRANGE



GASPERICH

39, rue Jacques Stas
L-2549 Gasperich
Tél. 401 40 701
Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 12h de 13h à 17h

BERTRANGE

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

ESCH-SUR-ALZETTE

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

“
 TOI AUSSI,
 QUAND ÇA FERA 20 ANS
 QUE TU VIS
 AVEC TON MEC,
 TU AURAS ENVIE
 DE LE METTRE
 SUR LE BON COIN...
 ”

Entendu à la rédac



LA ROLLS DES RUNNINGS

Si vous cherchez encore votre future paire de chaussures de running, n'hésitez plus, nous avons celle qu'il vous faut. L'Ultraboost 19, adidas, a été conçue pour devenir la meilleure alliée des runneuses, quels que soient leur profil et leur niveau. Ajoutez-y un look canon et vous aurez les sneakers les plus stylées et efficaces pour avaler des bornes !



CLARINS LOVES MILLENIALS

La marque française de cosmétiques s'offre un coup de jeune en dévoilant une toute nouvelle ligne pour les millenials, super actifs et ultra connectés en quête de produits de beauté faciles à utiliser, efficaces,

plus naturels et de packagings écoresponsable. Leur plus ? Un impact réduit sur la nature et les animaux, et une gamme ultra large pour répondre à toutes les envies et chouchouter toutes les peaux !



LE IT-BAG DU MOIS

Quand on l'a vu, on l'a voulu. Ce mois-ci, notre crush it-bag va pour le petit dernier Michael Kors, le dénommé Cécé. De lui, on aime absolument tout : sa forme et sa contenance nomade, son petit style à la fois bourgeois – et tellement chic – et minimaliste, avec ses lignes sobres.

(SHE) WOLF



Selon Pinterest, c'est un loup qu'il faudra apposer sur son bras (sa hanche, son dos, sa fesse...) pour être tendance en 2019. Les nineties frappent encore avec cette réminiscence tout droit sortie de notre enfance. (À moins que ce ne soit, encore, l'effet Johnny...)

La nouvelle Ford Focus Active Clipper



VOUS ÊTES NÉ POUR VOIR LE MONDE,
ET NON REGARDER LA TÉLÉ ?
CETTE FOCUS EST POUR VOUS.

Dorénavant, vivez encore plus d'aventures avec la nouvelle Ford Focus Active Clipper. Découvrez un volume de coffre qui affiche désormais 608 litres, une hauteur de caisse surélevée et une conduite plus agréable, même sur les routes difficiles. Ces caractéristiques en font le crossover idéal pour échapper à la ville le week-end et vous éloigner du trafic. Si cette idée vous séduit, cette Focus est pour vous. Découvrez-en plus sur ford.lu

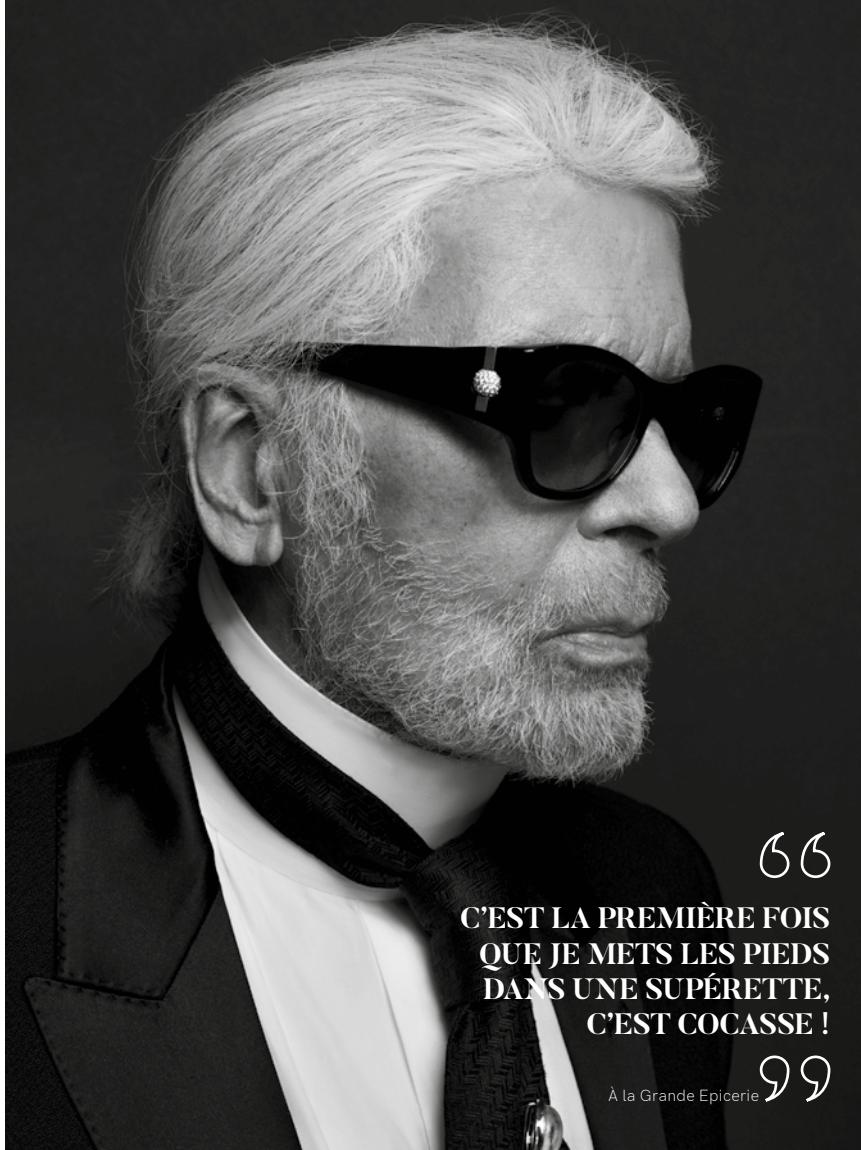


Go Further

■ 3,5-6,0 L/100 KM. ■ 91-136 G/KM CO₂. (NEDC 2.0)

Informations environnementales (A.R. 19/03/2004) : www.ford.lu/environnement. Les chiffres de consommation et d'émission de CO₂ sont mesurés selon la nouvelle procédure de test WLTP, et s'appliquent à tout véhicule avec les équipements de base. Des équipements optionnels (comme des pneus et/ou des jantes optionnels) peuvent affecter la consommation et l'émission de CO₂. Les chiffres NEDC (NEDC 2.0) indiqués sont calculés à partir des valeurs WLTP et seront utilisés pendant une période transitoire (jusque max. fin 2021), par exemple à des fins fiscales. Cependant, avant la fin de cette période transitoire, le gouvernement peut utiliser les valeurs WLTP à des fins fiscales, ce qui peut influer sur la taxation du véhicule. Le véhicule affiché peut différer des spécifications réelles. Pour plus d'informations, renseignez-vous auprès de votre distributeur Ford ou rendez-vous sur notre site www.ford.lu. ■ DONNONS PRIORITÉ À LA SÉCURITÉ. ford.lu

KARL LAGERFELD



66
C'EST LA PREMIÈRE FOIS
QUE JE METS LES PIEDS
DANS UNE SUPÉRETTE,
C'EST COCASSE !

À la Grande Epicerie

66

Le 2 octobre, Karl Lagerfeld, magicien d'un jour, avait métamorphosé le Grand Palais en une plage idyllique jaune soleil et bleu azur. Sur ce décor aux airs bon enfant, se détachaient les silhouettes graphiques et minimales aux pieds nus, dont la sophistication vous éclatait au visage. Une ultime fois, le Kaiser était là où on ne l'attendait pas...

SARAH BRAUN & JULIE BÉNIÈRE,
PHOTOGRAPHIE CHANEL



LA LEÇON DE STYLE DE KARL LAGERFELD

66

CE QUE JE DÉTESTE, JE PEUX FINIR PAR L'AIMER.
JE CHANGE SOUVENT D'AVIS: C'EST ÇA LA MODE

99 Jeudi 1^{er} décembre 2016 Karl Lagerfeld, invité d'honneur
du numéro de décembre 2016 / janvier 2017 de Vogue Paris.

Karl Lagerfeld emporte avec lui une part de mystère,
mais nous laissera à jamais des souvenirs impérissables de silhouettes
sublimes. Autodidacte, porté par une inspiration fulgurante quasi divine,
il n'a eu de cesse de bousculer les codes et de réinventer le style.
Quelques images en guise d'ultime hommage.

SARAH BRAUN



FW 2017-18 RTW - FITTING PICTURES BY BENOIT PEVERELLI



88 | N°201



2017-18 CRUISE COLLECTION - FITTING PICTURES BY BENOIT PEVERELLI



SS 2018 RTW - MAKING OF PRESS KIT PICTURES BY OLIVIER SAILLANT

88 | N°201



N°201



CECI N'EST PAS UN SIMPLE MIROIR
C'EST LE REFLET
DE VOTRE PERSONNALITÉ



Relooking armonia c'est un coaching en image personnalisé qui vous emmène vers:

- La découverte de votre personnalité (étude des couleurs, style vestimentaire)
- La mise en valeur de votre silhouette
- La révélation de votre visage
- Un shopping personnalisé

**POUR LES AMOUREUX
DES PRODUITS 100% NATURELS**

Relooking Armonia vous propose une ligne de soins visage unique, Maharishi Ayurveda Products.

Relooking armonia c'est aussi...

- L'experte qu'il vous faut pour vous conseiller et vous accompagner dans le choix de votre tenue de mariage
- Un coaching en entreprise pour faire évoluer l'image professionnelle de vos collaborateurs (ateliers ciblés)



Grand-Rue 45, L-4575 Differdange
Tél.: 24 55 87 38



THE PARIS-HAMBURG 2017-18 MÉTIERS D'ART COLLECTION - FITTING PICTURES BY BENOIT PEVERELLI



THE PARIS-HAMBURG 2017-18 MÉTIERS D'ART COLLECTION - MAKING OF PRESS KIT BY OLIVIER SAILLANT

N°201
8



SHOPPING DE PRINTEMPS

DIMANCHE 31.3

Luxembourg-ville



VILLE DE
LUXEMBOURG

BGL
BNP PARIBAS

UCVL
UNIVERSITY OF LUXEMBOURG



CAP SUR LE PRINTEMPS

On offre un coup de frais à notre dressing pour fêter le retour des beaux jours. Couleurs pop, matières légères et accessoires trendy... Notre sélection 100% stylée !



ESSENTIEL ANTWERP

Pochette en cuir serpent à rayures multicolores : **145€**

Collier avec pendentif cœur et pierre verte : **45€**



MOS MOSH

Chemise : **139,95€**



OBJECT

Sac filet : **25,99€**



BA&SH

Robe asymétrique à l'imprimé de larges fleurs
240€



BA&SH

Sweatshirt ample à capuche : **130€**



VEJA

Sneakers : **99,95€**



SAMSOE & SAMSOE

Jupe : **89€**

- 10%

sur présentation de votre carte de fidélité



THE PARIS-HAMBURG 2017-18 MÉTIERS D'ART COLLECTION
FITTING PICTURES BY BENOIT PEVERELLI

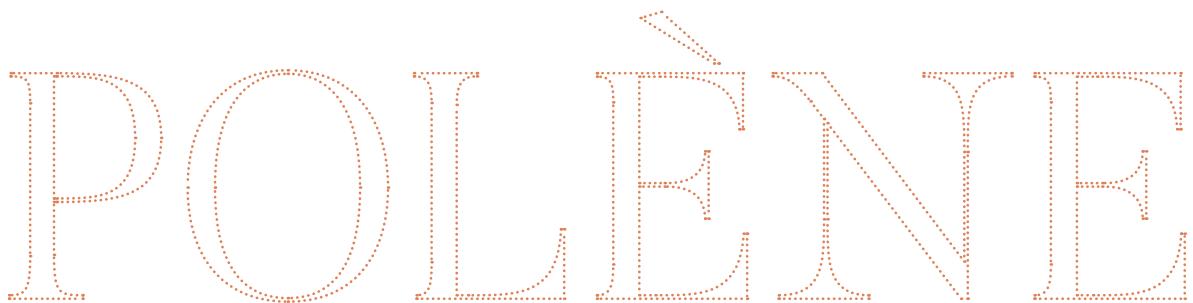
024 | MARS 2019



ASHLEY GRAHAM #ROCKYOURCONFIDENCE MARINARINALDI.COM

MARINA RINALDI

MARINA RINALDI LUXEMBOURG
25 RUE PHILIPPE II - T.+352 26 200040
MR.LUXEMBOURG@MMFGSHOPS.COM



POLENÈ

« NOUS SOUHAITONS BOUSCULER LES CODES DE LA MAROQUINERIE »

Derrière Polène, il y a une fratrie, qui a choisi de mettre en avant son travail plutôt que ses visages. Polène est l'un des plus beaux exemples de réussite de ces petites maisons nées,

comme par enchantement, sur Instagram, et qui ont réussi à affirmer leur style.

Polène connaît en effet un tonitruant succès, dû à l'investissement sans commune mesure de cette famille d'amoureux des belles choses... et à leur facétieux talent à avoir su user des réseaux sociaux à bon escient.

N°201

SARAH BRAUN

Quelle est l'histoire de Polène?

Nous sommes un trio de frères et sœur passionnés par l'artisanat et la mode. Arrière-petits-enfants des créateurs de Saint James, nous portons depuis toujours une attention particulière aux beaux matériaux et nous affectionnons notamment les accessoires de mode intemporels, insensibles au temps qui passe.

Qu'est-ce qui vous a incités à créer votre marque de sacs à main?

C'est l'envie de proposer une maison alternative fondée sur de nouveaux moyens de communication, tout en offrant des pièces de qualité et dans l'air du temps.

Expliquez-nous votre nom ?

Notre maison de famille, en Normandie, est baptisée Polène. Ce patronyme reste associé aux vacances et aux souvenirs d'enfance.

N'est-ce pas parfois délicat de travailler en famille ? Qui fait quoi ?

Nous avons la chance que la maroquinerie touche à divers corps de métiers et offre des journées remplies qui ne se ressemblent jamais (liens quotidiens avec des artisans du cuir, de la tannerie, des pièces métalliques). Outre la fabrication, il y a également de nombreux autres domaines, qui nécessitent de travailler ensemble, à l'instar de la production de shooting, l'e-commerce, les relations presse ou encore le design. Tous les sujets sont traités ensemble, de manière collective.

Quel est votre ADN ?

À notre petit niveau, nous souhaitons bousculer les codes de la maroquinerie, en offrant des sacs désirables réalisés dans des cuirs de qualité. L'idée originale était de jouer sur les



88 | N°201

contrastes de matières (cuir lisse, grainé, velours et façon croco), tout en valorisant le savoir-faire européen.

Toutes vos créations sont-elles fabriquées en Europe ?

Tous nos modèles sont assemblés à la main, par des artisans à Ubrique, en Espagne dans nos ateliers partenaires. Cette ville, située à 1h30 de Séville, est réputée pour son savoir-faire et pour la conception de sacs de haute maroquinerie et de luxe. Les autres fournitures comme le fil ou les zips sont made in France.

Les préoccupations environnementales et éthiques font-elles partie de votre cahier des charges ?

Nous travaillons uniquement avec des partenaires européens proches géographiquement. Tous les ateliers et fournisseurs ont des chartes environnementales strictes, qu'ils respectent. Des membres de notre équipe se rendent régulièrement dans leurs ateliers, ce qui nous permet de vérifier que les meilleures conditions de travail sont respectées.

Comment parvenez-vous à conserver un prix modéré et juste, tout en voulant être « made in Espagne » ?

Nous ne faisons appel à aucun intermédiaire et préférons vendre l'intégralité des modèles sur notre eshop



ainsi que dans le flagship parisien, dans le Marais. Tous les sujets sont gérés en interne, du design à la distribution.

Quelle est la valeur ajoutée Polène ?

En termes de style, nos créations se caractérisent par une sophistication sobre et intemporelle. Les modèles ne se démodent pas : c'est notre façon de lutter contre les tendances, toujours plus éphémères. Le sac signature « Numéro Un », par exemple, représente à merveille cette volonté de traverser le temps et de s'adapter au mieux au quotidien des femmes. D'autres nouveaux designs, à l'instar du « Numéro Six », un mini sac, permettent d'offrir une pleine liberté de mouvement. Qu'il soit suspendu au coude, au poignet ou à la main, ce sac prolonge le bras et imagine un nouveau moyen de transporter ses affaires sans pour autant se préoccuper de son sac à main.

66

**INSTAGRAM
EST UN LEVIER CRÉATIF
FORMIDABLE
POUR TRANSMETTRE
VISUELLEMENT
NOTRE UNIVERS DE MARQUE**

66

**Qui est la cliente Polène ?**

C'est une citadine qui vit principalement dans les grandes villes mondiales. Nous sommes en effet très heureux de connaître un bel engouement à l'international.

Qui aimeriez-vous voir comme égérie de votre marque ?

De manière générale, nous affectionnons les femmes qui véhiculent une certaine image de la Parisienne contemporaine. Des actrices comme Marine Vacht ou Lou de Laâge allient à la fois beauté naturelle et charisme magnétique.

Vous vous êtes principalement fait connaître par les réseaux sociaux, est-ce indispensable de nos jours ?

Nous essayons de créer des liens forts et privilégiés avec des ambassadrices que nous choisissons avec attention. Les réseaux sociaux permettent une manière plus moderne et directe d'interagir avec la clientèle. De plus, Instagram est un levier créatif formidable pour transmettre visuellement notre univers de marque.

Vous n'avez qu'une seule boutique, à Paris, ne souhaitez-vous pas en ouvrir d'autres ?

Nous souhaitons ouvrir, dans les années qui viennent, des boutiques dans les grandes villes mondiales telles que New York, Londres ou encore Pékin. Il existe en effet une forte désirabilité à l'international grâce à nos ambassadrices, au bouche-à-oreille, et à notre communication sur les réseaux sociaux.



GIORGIO ARMANI



GUCCI



J.W. ANDERSON

MINI SAC MAXI LOGO

N°201



CHANEL



KARL LAGERFELD

LA LOGOMANIA NE S'EMBARRASSE PAS DES VOLUMES
ET S'EMPAIRE DE TOUS LES ACCESSOIRES,
MÊME LES PLUS MINIS-MINIS !

SARAH BRAUN



CHLOE



ROCHAS



LANCEL



8 | N°201

COMMENT ?

On évite la surenchère et on privilégié un look non-ostentatoire. Exit les t-shirts à messages, les pièces exubérantes, et les total looks. Le combo gagnant ? L'associer à un look minimaliste, un tantinet boyish. On aime particulièrement l'allier à des étoffes masculines, comme le tartan ou le pied-de-coq.



NEWS MODE

AURÉLIE GUYOT



N°201

ADJUGÉ, VENDU!

Plus de 200 pièces rares, imaginées par le cultissime créateur Martin Margiela seront mises aux enchères ce mois-ci par la Maison Artcurial. Retrouvez – en ligne exclusivement – la fameuse robe en plastique de l'automne hiver 1992-1993 ou encore les célèbres escarpins habillés d'adhésifs 'Fragile' imaginés pour le printemps-été 2006.

Du 6 au 11 mars, sur www.artcurial.com

LE CHIFFRE

175 500€

C'est la somme qu'a déboursée l'heureux acquéreur de la veste Iris, Hommage à Vincent Van Gogh, signée Yves Saint Laurent et vendue aux enchères par Mouna Ayoub, une des plus grandes clientes de la Maison. Initialement estimée entre 30 000€ et 40 000€, cette pièce d'exception signe un record de vente aux enchères historique pour une création Yves Saint Laurent.



DREAM TEAM

Le prix LVMH vient de révéler les noms de son nouveau comité ! Ce sont ainsi Chiara Ferragni, l'influenceuse aux 15.9 millions de followers sur Instagram ou le top Naomi Campbell qui pourront élire un nouveau talent et lui permettre de remporter un chèque de 300 000 euros. Loïc Prigent, journaliste mode, et Aimee Song, influenceuse, rejoignent également l'équipe.



COLLAB

**Talons hauts et sensualité
sont les maîtres-mots
de la collaboration**

Giuseppe Zanotti x Rita Ora.
Escraps avec ce qu'il faut de bling,
cuissardes savamment sexy
et chaînes en or qui brillent,
les modèles sont plus qu'efficaces
et pimentent n'importe quel look un brin
trop sage.
Évidemment, on est fan!



© Courtesy of Dior

VEGAN MANIA

Toujours stylée et toujours
écoresponsable, voici Campo,
nouveau modèle de sneaker lancée
par Veja. Fabriqué à partir de canvas
enduit de C.W.L, une matière écologique

constituée de déchets de maïs
développée par une entreprise italienne,
son aspect et son touché rappellent
à s'y méprendre celui du cuir.
Mais les baskets sont 100 % vegan !

ACTION

JUSTE CAUSE

Petits créateurs et marques internationales multiplient les initiatives éthiques, et on adore ça !
C'est au tour de Balenciaga d'apporter sa pierre à l'édifice. La griffe s'associe avec Farfetch afin de soutenir
l'Union internationale pour la conservation de la nature, avec une capsule sans cuir et sans fourrure.
Les pièces sont illustrées de motifs représentant les espèces en danger. Juste et hype, le combo parfait.

MUSK EMOTIONS

C'est en décembre 2018 que la boutique Musk Emotions a ouvert ses portes, en plein cœur du centre-ville de la capitale. Véritable temple consacré à l'art de vivre, la nouvelle enseigne peut se vanter de proposer à ses clients une très belle offre, allant des objets d'art aux parfums d'ambiance, tous sélectionnés chez des maisons de renom : Les Emaux de Longwy, Welton London, Karl Lagerfeld, Christian Lacroix, Lalique, Everie, Maison Berger (Les éditions d'art), Erkens... Parce que vous recherchez une part de rêve et de bien-être, les

parfums d'intérieur aux essences pures et rares de haute qualité sont élaborés par les parfumeurs de Grasse et ce, dans le plus grand respect de l'environnement.

Et parce que l'art de vivre passe aussi par les plaisirs gustatifs, un corner entièrement dédié à l'art de la dégustation du thé a naturellement trouvé sa place dans la boutique. Les aficionados pourront y savourer un bon thé, à choisir parmi la très belle sélection. Valeurs sûres ou découvertes, vous ne dégusterez plus votre thé de la même façon !

Musk Emotions, 22 rue Louvigny, L-1946 Luxembourg , Tél. :26 26 20 18



TERRACOTA

La terre de sienne réchauffe notre vestiaire printanier. On aime cette couleur chaude et sophistiquée qui se marie à merveille avec le blanc cassé, le gris ou le rose, pour une silhouette intemporelle et chic.

La base



A PORTER AVEC



Beauty Corner





DESSANGE
PARIS

38 rue du Curé
L-1368 Luxembourg
Tél.: 22.68.26

26 Avenue de la Liberté
L-1930 Luxembourg
Tél.: 48.80.32

80 route de longwy,
City Concorde- Bertrange
Tél.: 26.25.91.86

5 rue Alphonse Weicker
C.C Auchan-Kirchberg
Tél.: 43.84.44

STÉPHANIE JAUQUET

LA RESTAURATION EN TOUTE LIBERTÉ !

« Je ne voudrais changer de métier pour rien au monde », affirme la dynamique cheffe d'entreprise qui garde intacte sa passion des débuts. À la tête d'Um Plateau, Cocottes, Tempo et A Table, Stéphanie Jauquet défend une cuisine « goûteuse et responsable » et se raconte « avec le cœur ».

KARINE SITARZ | PHOTOGRAPHIE JULIAN BENINI

N°201
F

Installée depuis plus de 20 ans au pays, vous êtes devenue une cheffe d'entreprise influente. Les débuts ont-ils été difficiles pour la jeune Belge que vous étiez ?

Ma force est que mon métier est une passion. J'étais très attachée à mes racines mais je vivais dans un grand village, j'avais envie de voir autre chose. J'ai tout laissé tomber, le copain de l'époque, les amis. Luxembourg étant une capitale à taille humaine, ça ne m'a pas fait trop peur. Les premiers mois ont été difficiles, j'en pleurais, je n'arrivais pas à avoir une vie sociale avec les horaires en coupure. Il y a eu aussi les allers-retours avant de trouver un logement. Mais je n'ai pas abandonné.

Quelle est la recette de votre success story ?

Faire ce qu'on aime et être bien entouré ! Il faut des équipes passionnées et des partenaires financiers qui font confiance. Après avoir fait mes preuves pour d'autres pendant des années, j'ai voulu franchir le pas et être indépendante. Il y a beaucoup de contraintes et de responsabilités mais c'est une liberté énorme ! Je veux cette liberté et j'essaye de m'en donner les moyens !

En 2018, vous avez fêté les 10 ans d'Um Plateau et ouvert plusieurs Cocottes.

Quelles sont les surprises de 2019 ?

Depuis deux ans, je réalise chaque année un projet de plus que prévu. En 2018, on devait ouvrir deux Cocottes, on en a ouvert trois. En 2017, le restaurant Tempo n'était pas prévu. Cette année, il y aura en juillet le déménagement des cuisines de Cocottes de la Cloche d'Or à Grass/Steinfort à la frontière belge, un atelier de 2.000 m². Par ailleurs, Cocottes s'installera cet été dans un ancien bâtiment industriel à Belval. Et fin 2019 un Cocottes prendra place dans le complexe Infinity en face de la Philharmonie.

Comment garantir une alimentation fraîche et locale et une consommation durable et responsable ?

C'est ça qui est compliqué. On aimerait ne travailler qu'avec le petit producteur du coin qui fait ses légumes bios. Mais il n'y a pas toujours les volumes et parfois le produit manque. D'ailleurs quand on opte pour des produits européens, je le fais depuis 20 ans avec le vin, est-ce local ? Il faut travailler dans le respect des produits, travailler avec les produits de saison, traiter rapidement tout ce qui rentre. On suit un peu les tendances et on répond à ceux qui aiment la cuisine de grand-mère et à ceux qui surveillent leur ligne.

Comment voyez-vous le futur de la restauration ?

La tendance est à une cuisine simple, c'en est fini de la cuisine moléculaire. Mais, comme en économie, il y a des cycles. Aujourd'hui on reprend en compte l'environnement. Moi j'ai appris à ne pas gaspiller, ne pas jeter. Ma maman était d'une famille de neuf enfants et ma grand-mère cuisinait les produits de son jardin, élevait ses cochons, ses poules. Faire des choses simples, goûteuses, avec de temps en temps de nouveaux produits, c'est la cuisine qu'on fait.

Qu'est-ce qui vous inspire pour la création de vos cartes ?

Là je rentre de Thaïlande avec des images plein la tête, les sourires, les couleurs et les currys que j'adore. Les voyages m'inspirent. Tout m'incite à créer, ce que je vois, ce que je goûte, ce que je lis... j'aime composer à la manière d'une fleuriste... Chez Cocottes ou à Um Plateau, on adapte, on transforme et on renouvelle environ 30 % de notre carte, mais les classiques reviennent, les gens les attendent.

Votre philosophie de vie ?

Profiter de la vie avec honnêteté, générosité, prendre du plaisir dans ce que l'on fait. J'aime me lancer dans plein de projets, réfléchir à de nouveaux concepts et j'aime le faire pour des amis. Tous mes projets sont des coups de cœur !



“

S'inspirer de ce qui se fait ailleurs,
toujours aller chercher
de nouvelles idées

”

QUESTIONS À LA VOLÉE

UN GRAND CHEF :

*Michel Bras, quelqu'un d'humble.
Dans son restaurant à Laguiole,
un trois étoiles, on avait l'impression
de manger dans sa cuisine!*

UNE RECETTE DE SAISON :

*Les asperges à toutes les sauces,
à la flamande en particulier
pour rester près de mes origines,
c'est simple mais bon!*

UN LIVRE DE CHEVET :

*Je ne lis qu'en vacances, ma dernière
découverte « La vraie vie », premier
roman de la Belge Adeline Dieudonné.*

LA VÉRITÉ SUR LA PARITÉ

Si les postes à haute responsabilité dans les entreprises ou en politique sont encore majoritairement occupés par des hommes, la situation s'améliore dans les pays européens. Mais qu'en est-il des stéréotypes encore trop ancrés dans les mentalités ? Petit tour d'horizon de la parité homme femme à quelques jours de la journée internationale des droits des femmes.

CHRIS MICK

Le 7 décembre dernier, c'est Taina Bofferding qui a succédé à Lydia Mutsch au poste de ministre de l'Égalité entre les femmes et les hommes (en plus de celui de ministre de l'Intérieur). Ce changement fut aussi l'occasion de rebaptiser le Ministère qui s'intitulait auparavant Ministère de l'Égalité des Chances. Cette nouvelle appellation résulte d'une volonté politique doublée d'un réel désir de changement sur le regard porté sur la parité. Mais que désigne exactement le mot « parité » ? Selon les dictionnaires, il signifie tout simplement « le fait d'être pareil ». Cette notion existe en mathématiques, en physique, en informatique et en économie, mais aussi en sociologie.

Elle désigne l'objectif d'égalité entre les sexes dans les conditions de travail, les salaires, mais également dans l'accès aux responsabilités politiques ou professionnelles. Pourtant, dans la réalité, nous sommes parfois bien loin de cette définition académique et tout commence souvent avec des stéréotypes dont la vie semble éternelle au sein de notre société ! Dès notre plus jeune âge, nous sommes volontairement ou non éduquées différemment selon que nous soyons un homme une femme, un garçon ou une fille pour être plus précis. Si tout démarre avec les deux couleurs que sont le rose et le bleu, la suite se poursuit avec les jouets, la déco, les vêtements et le sport !





88 | N°201

“
**SELON LA LOI LUXEMBOURGEOISE,
LES FEMMES DOIVENT REPRÉSENTER
40% DES LISTES ÉLECTORALES DES PARTIS
AUX ÉLECTIONS LÉGISLATIVES ET EUROPÉENNES**
”

Nous sommes tout simplement conditionnés par ces clichés permanents largement entretenus par la publicité, mais aussi par les lectures imposées à l'école. C'est le cas au Grand-Duché de Luxembourg avec des œuvres trop souvent écrites par des hommes. C'est ce que nous confie Lou Reckinger, la porte-parole de l'association La voix de Jeunes Femmes au Luxembourg (une branche du Conseil national des femmes du Luxembourg), qui le déplore fortement et en a fait part via l'association au ministre de l'Éducation nationale dans un récent communiqué. Les œuvres étudiées sont uniquement celles d'auteurs masculins. Lou nous cite *Zadig* de Voltaire ou *Faust* de Goethe, mais pas Simone de Beauvoir ou Colette ! « Nous ne remettons nullement en cause l'apprentissage de ces ouvrages, mais nous constatons qu'il n'y a toujours qu'un seul point de vue, celui d'un homme, lorsque nous en débattons. Nous souhaiterions que ce dernier soit complété, approfondi et élargi ». La réponse du ministre fut incomplète selon la jeune femme, qui accepte parfaitement l'idée de « replacer les œuvres dans leur contexte », mais cela ne résout pas la question de la présence d'auteures ou d'héroïnes dans la littérature au programme.

La campagne « Changez de perspective », lancée en 2018 (changeyourperspective.lu) s'attaque elle aussi aux stéréotypes en

démontrant leurs dangers potentiels et en proposant des mesures pour les contrer. Le visuel les représente sous forme de briques afin de symboliser le mur que nous construisons sous leur pression. Les remettre en question, c'est briser ce mur pour nous en libérer. Elle vise trois cibles distinctes : les médias (forger les opinions), les plus jeunes (pour une prise de conscience dès le plus jeune âge) et les jeunes adultes (vie professionnelle). En effet, pour cette dernière catégorie, il existe encore de nombreuses idées reçues sur les métiers, mais cela s'étend aussi sur le niveau des salaires. Le Luxembourg se hisse au 3^e rang européen (derrière la Roumanie et l'Italie) en ce qui concerne l'écart salarial entre les hommes et les femmes avec une différence de 5,5 % (Source : Eurostat). Si la loi de 2016 sur l'égalité salariale érige une différence de salaire au rang d'infraction, le pays s'en remet aujourd'hui à la bonne foi des employeurs pour remédier à la situation avant d'infiger des amendes en cas de constat de différences de salaires injustifiées. Et si on parlait parité en politique ? Là encore, il existe des objectifs pour la promotion de l'égalité des femmes et des hommes au niveau local. Ils sont contenus dans la charte européenne pour l'égalité et inscrits dans le Plan d'action national d'égalité des femmes et des hommes. Selon la loi luxembourgeoise, les femmes doivent représenter 40 % des

listes électorales des partis aux élections législatives et européennes, ce qui est perçu comme un modèle pour l'Europe par la commissaire européenne à l'Égalité des chances, Vera Jourová. Pourtant, lors des dernières élections, seulement 1/5^e des élus sont des élues. Un total de 249 femmes figurait sur les listes électorales et douze seulement ont été élues. Or, il n'y avait pas 40 % de femmes sur les listes, mais 46 %. Que faire ? Augmenter le quota obligatoire ? Changer les mentalités ? Pour Anik Rasquin, chargée de direction du Conseil national des femmes (CNFL), les partis devraient augmenter la mise en avant des femmes et les faire connaître des électeurs. Il s'agit donc bien d'opérer un changement de mentalités dans un domaine historiquement réservé aux hommes. Le gouvernement actuel compte seulement cinq femmes sur 17 postes ministériels, soit moins d'un tiers de l'équipe. Le champion reste la Suède qui s'est dotée d'une équipe composée à 52,2 % de femmes devant la France avec 50 % (source : UE).

LE CHIFFRE



Seulement 1.4 % des femmes en emploi occupent un poste de cadre supérieur ou dirigeant, contre 4 % chez les hommes en 2014

(source Statec)

« Une femme peut réussir, toute seule »

Femme de caractère, qui s'est construite seule, Natacha Ombri exerce avec passion, bienveillance et rigueur son métier d'agent immobilier indépendant certifié. Rencontre.



NATACHA OMBRI

Natacha, vous venez de créer votre agence immobilière.

Quel a été votre parcours jusqu'alors ?
J'ai travaillé dans une banque pendant dix ans. Petit à petit, l'enthousiasme pour mon métier s'est essoufflé. Parallèlement, j'ai été amenée à vendre des biens immobiliers que j'avais acquis et à aider certaines personnes de mon entourage dans leur recherche d'appartement ou de maison. C'est une démarche qui m'a beaucoup plu. Je me suis alors formée à la Chambre de Commerce à la profession d'agent immobilier, avant de me lancer en tant qu'indépendante en octobre 2018. Depuis peu, l'équipe d'Ombri Immo s'est agrandie: je viens d'engager une première collaboratrice.

Qu'est-ce qui vous plaît dans ce métier d'agent immobilier ?

Vendre ou acheter un bien est une décision importante. J'accompagne des jeunes couples qui recherchent leur premier nid d'amour, des personnes qui ont économisé durant toute leur vie pour acheter la maison de leurs rêves, ou encore des familles qui cherchent à vendre

leur logement car elles veulent se lancer dans un nouveau projet. Je suis touchée de participer, à mon échelle, à cette étape de leur vie. Voir les gens heureux une fois une transaction finalisée, c'est mon moteur.

Avez-vous rencontré des difficultés en tant que femme créatrice d'entreprise ?

Se lancer comme indépendante nécessite de devoir faire face à certains obstacles. Mais je considère qu'être une femme entrepreneure ne constitue pas un frein. Depuis toujours, j'ai dû me battre seule pour obtenir ce que je souhaite. Je pars du principe que pour y arriver, il faut travailler, se donner les moyens et que si on veut, on peut. Bien sûr, je peux aujourd'hui compter sur le soutien de mon compagnon dans cette aventure, mais je me suis faite toute seule. Si vous avez un objectif clair en tête et que vous désirez l'atteindre, rien ni personne ne peut vous arrêter.

Comment conjuguez-vous votre vie professionnelle bien remplie et votre vie personnelle ?

J'ai mis ma vie privée un peu entre parenthèses depuis le lancement de mon agence afin de pouvoir y consacrer toute mon énergie. Je travaille 7j/7, mais c'est un choix. J'y passe du temps car cela me passionne. Pour réussir, il faut se donner des règles, adopter une certaine discipline. J'y mets un point d'honneur, sinon c'est très facile de se perdre.

L'immobilier est un secteur concurrentiel. Comment parvenez-vous à vous distinguer ?

Quelles sont vos forces ?

J'accorde une grande importance à l'écoute, tant des vendeurs que des acheteurs. Je considère qu'il n'y a qu'en étant attentive à leurs besoins que je peux les guider au mieux dans leur démarche. Dans cette optique, j'ai développé des partenariats avec des

entreprises de rénovation, des assureurs ainsi qu'un courtier en prêt immobilier afin de pouvoir orienter mes clients vers les professionnels adéquats s'ils en ont besoin. Plus que finaliser une vente, un achat ou une location, je souhaite aider mes clients de A à Z dans la concrétisation de leur projet. Je suis donc toujours disponible pour eux, même une fois la transaction réalisée. Parallèlement, nous proposons divers services pour accompagner nos clients de manière optimale : reportage photos professionnel, visite virtuelle, conseils en home staging, etc.

Quelles sont les valeurs qui vous tiennent à cœur dans l'exercice de votre métier ?

L'honnêteté et la transparence sont essentielles. Cela signifie que je cherche à donner la réponse la plus claire et la plus juste possible, à conseiller au mieux mes clients, mais également à me former en permanence afin de me tenir au courant des évolutions du secteur. Aussi, qu'il s'agisse d'une location ou d'un achat, d'une vente d'un petit appartement ou d'une grande villa, de la recherche d'un bureau ou d'un terrain... Je traite chaque dossier de la même façon et j'y accorde toute mon énergie.



OMBRI IMMO

Confiez la vente, la location ou l'achat de votre bien immobilier à Natacha Ombri
www.ombri-immo.com
info@ombri-immo.com
Tél. : +352 661 34 99 34

Nous parlons luxembourgeois, français, anglais, allemand et portugais.

INTERVIEW

3 questions à Taina Bofferding, ministre de l'Intérieur et ministre de l'Égalité entre les femmes et les hommes

PHOTOGRAPHIE YVES KORTUM



N°201 Pouvez-vous nous éclairer sur le changement de nom du Ministère ?

Ce changement précise une volonté politique manifeste d'agir pour l'égalité entre les hommes et les femmes. Ce nom possède une portée universelle. Même si le précédent sonnait plutôt bien, il suscitait une certaine confusion au niveau des compétences du Ministère. En effet, il laissait entendre que l'ensemble des inégalités (la race, la religion...) y était traité, or ce n'est pas le cas, car il existe d'autres services et compétences dont c'est la mission principale.

Aujourd'hui, le nom de « Ministère de l'Égalité entre les femmes et les hommes » décrit plus précisément les contours de notre action : agir pour l'égalité entre les hommes et les femmes dans l'éducation, la société ou le travail.

Quel est votre regard sur le faible nombre de femmes présentes au gouvernement ?

Cela m'attriste, bien sûr ! Nous sommes loin de la parité. Toutefois, nous sentons un changement dans les mentalités. Pour preuve, la Chambre des députés compte à l'heure actuelle de très jeunes politiciennes.

Que pensez-vous des préjugés qui persistent encore au sujet de l'égalité hommes-femmes ?

Ils existent, c'est indéniable. Je pense que l'éducation représente un excellent moyen de les enrayer. Un département dédié au Ministère aura pour mission d'intégrer un ensemble de thématiques relevant de la mixité au sein des cours. Ce travail s'effectuera en collaboration avec l'ensemble des intervenants (enseignants, éducateurs).

AGIR POUR L'ÉGALITÉ
ENTRE LES HOMMES
ET LES FEMMES
DANS L'ÉDUCATION,
LA SOCIÉTÉ OU LE TRAVAIL

“ ”

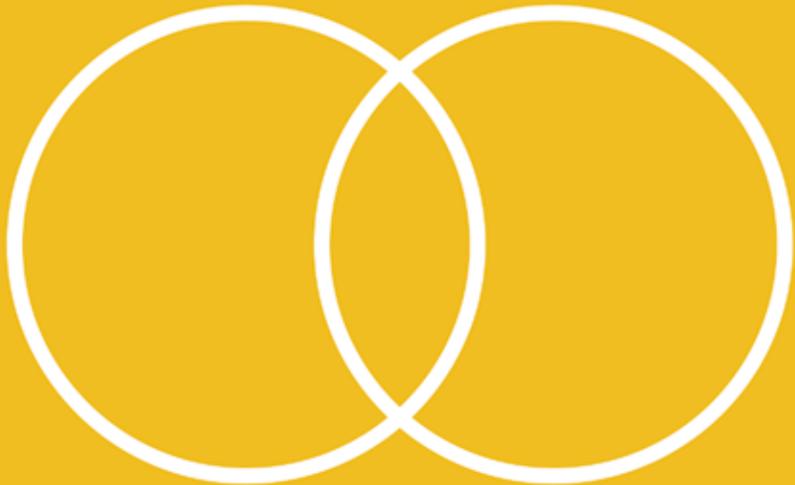
LES CLÉS POUR BIEN GÉRER SON PATRIMOINE



N°201

Bien gérer son patrimoine est essentiel pour le protéger, voire le faire fructifier. Cette démarche doit être adaptée à chaque situation. Mais elle répond aussi à quelques grands principes de base.

JEANNE RENAULD



“Préservation du capital ou performance sur le long terme ? Pourquoi choisir ?”

Contactez Ricardo De Sousa, Conseiller Banque Privée
Tél : 499 24 3725
www.banquedeluxembourg.com

**BANQUE DE
LUXEMBOURG**

Gérer un patrimoine est une affaire personnelle, qui dépend de plusieurs facteurs. En effet, la gestion de vos avoirs varie selon que vous disposez de biens immobiliers, d'actifs financiers ou encore de liquidités. Votre tolérance au risque influence également les investissements réalisés au quotidien. Enfin, on ne gère pas de la même manière un patrimoine quand on est jeune adulte ou retraité. Si chaque situation doit donc être abordée de manière personnalisée, il existe quelques grandes règles à garder en mémoire pour bien gérer son patrimoine.

Faire un bilan patrimonial

Avant toute chose, il est essentiel de faire un état des lieux de votre situation actuelle. Cette étape vous permettra de prendre conscience de l'état de votre patrimoine et de son historique. Il s'agira également d'identifier vos besoins à court, moyen et long terme ainsi que les projets que vous désirez concrétiser. Il conviendra aussi de déterminer vos capacités d'épargne et d'endettement afin de mettre en place une stratégie d'investissement adaptée à votre situation.

Définir vos objectifs

Sur cette base, vous allez pouvoir définir précisément vos objectifs. Ces derniers peuvent être multiples et variés : faire fructifier un patrimoine déjà conséquent, assurer l'avenir de votre conjoint, préparer votre retraite, financer les études de vos enfants, transmettre votre patrimoine à vos héritiers, etc. Il ne s'agit dès lors pas de choisir des placements à l'aveuglette, mais plutôt de privilégier ceux qui pourront réellement répondre aux objectifs que vous avez définis, dans le temps imparti.

Investir selon votre appétence au risque

Dans la vie de tous les jours, certaines personnes aiment

naturellement prendre des risques. Pour d'autres, de telles situations sont davantage source d'angoisse. Il en va de même en matière de gestion de patrimoine et d'investissements financiers. C'est pourquoi une fois vos objectifs définis, il vous faudra choisir des produits qui peuvent y répondre, tout en tenant compte du rendement potentiel de l'investissement. Au-delà de votre goût du risque, il vous faut également considérer votre capacité à prendre ce risque. Toutes les situations financières ne permettent en effet pas de réaliser des investissements audacieux.

Diversifier votre patrimoine

On ne le répète jamais assez : il ne faut pas mettre tous ses œufs dans le même panier. Si vous souhaitez vous mettre à l'abri des crises financières, mieux vaut diversifier votre patrimoine, en investissant dans des classes d'actifs et des actifs différents : biens immobiliers, liquidités, actions, etc. Vous pouvez également y ajouter des investissements "passion", comme des voitures de collection, du vin, des œuvres d'art, des bois. Pour autant, il convient de ne pas trop s'éparpiller non plus, surtout si votre patrimoine reste relativement limité.

Tenir compte de la fiscalité, mais pas que

Dans la gestion de patrimoine intervient la notion de stratégie ou d'optimisation fiscale. Si cet aspect peut guider certains de vos choix, il ne doit pas s'agir du seul critère à prendre en compte. Il est préférable, comme indiqué précédemment, d'être attentif à vos besoins et au rendement annuel de vos investissements. De la même manière, vous veillerez à ne pas céder aux effets de mode. Mieux vaut garder une ligne conductrice et investir régulièrement pour optimiser sur le long terme et limiter les risques de pertes.

INFOS

LA GESTION DE PATRIMOINE GRANDIT AU LUXEMBOURG

La gestion de patrimoine s'est aujourd'hui imposée comme l'une des activités phares de la place financière luxembourgeoise. C'est néanmoins la Suisse qui reste leader sur ce marché. Ainsi, selon le dernier rapport "The Deloitte International Wealth Management Centre Ranking 2018", la Suisse, avec 1,84 trillion de dollars, regroupe 21% du marché international de la banque privée. Le Royaume-Uni et les États-Unis complètent le podium, avec respectivement 1,79 et 1,48 trillion de dollars. Le Luxembourg, de son côté, n'est encore "que" 7e avec ses 260 millions de dollars, représentant 3% du marché. Mais il progresse d'année en année, affichant une croissance de 25% entre 2010 et 2017. Seuls les États-Unis et Hong Kong ont fait mieux.

Se faire accompagner

Les solutions patrimoniales sont variées et complexes. Et la gestion de patrimoine est un métier. Il ne faut donc pas hésiter à avoir recours à un professionnel pour vous conseiller. En fonction des questions qui vous préoccupent, vous pouvez vous orienter vers votre banquier, notaire, assureur ou gérant de portefeuille. Pour les patrimoines les plus importants, il convient de se tourner vers un gestionnaire de fortune, aussi appelé wealth manager.

19
Liberté

BANQUE
PRIVÉE

PRÉCISION
SAVOIR-FAIRE
SERVICE INÉGALÉ
ET **STABILITÉ**



SPUERKEESS

INFOS**GÉRER SOI-MÊME
OU DÉLÉGUER**

Vous pouvez bien sûr gérer votre patrimoine seul et prendre vous-même les décisions d'investissement que vous souhaitez, sur base des recommandations prodiguées par votre conseiller. C'est ce que l'on appelle la "gestion conseil". Mais il est également possible de confier entièrement ces tâches à un professionnel. Dans ce cas, on parle de "gestion discrétionnaire". L'expert gère vos avoirs selon les objectifs définis et votre profil de risque. Il peut également vous proposer de structurer votre patrimoine et d'optimiser sa transmission. Les banques, mais également des bureaux de conseil indépendants, proposent ce type de services à Luxembourg.

N°201

LE CHIFFRE**03%**

C'est la part du marché de la gestion de fortune occupée par le Luxembourg.

INTERVIEW**« Répondre aux besoins de la Place »**

**Trois questions à Jang Schiltz,
Directeur de la Luxembourg School of Finance (LSF)
de l'Université du Luxembourg.**

**JANG SCHILTZ**

Ce programme est proposé depuis cinq ans et demi au sein de l'Uni.

Pourquoi l'avoir développé ?

Cette formation a été déployée afin de répondre aux besoins du marché luxembourgeois.

La gestion de patrimoine est en effet devenue l'un des trois grands piliers de la Place. Ce master spécialisé fait donc sens à l'échelle du pays.

Ce type de cursus se retrouve également sur d'autres places financières, telles que Zurich, Londres ou Singapour.

Comment veillez-vous à rester au plus proche des attentes du marché et des clients ?

Nos cours sont donnés par des professeurs de l'Université mais également par des spécialistes de la Place. Le programme est élaboré en concertation étroite avec des professionnels du secteur, avec comme partenaire privilégié le cluster "Private Banking Group" de l'ABBL (Association des Banques et Banquiers Luxembourg).

Grâce à ce comité d'accompagnement, nous pouvons garder le programme à jour et répondre de manière précise à la réalité du terrain. Une fois diplômés, les étudiants trouvent ainsi un emploi dans des banques privées, des family offices, des Big 4, des cabinets d'asset management, etc.

L'Université du Luxembourg propose un master spécifique en Wealth Management.

En quoi consiste ce cursus ?

Ce programme intègre différentes disciplines afin de préparer les étudiants au métier de gestionnaire de patrimoine. Le master comprend essentiellement des cours de finance mais aussi un volet important consacré à la législation et à la régulation. Une attention particulière est aussi portée aux relations avec les clients et au développement de nombreuses soft skills, essentielles pour exercer correctement ce métier. Dès la rentrée prochaine, le master s'effectuera en deux ans et comprendra un stage en entreprise au dernier semestre.



ÇA MATCHE DANS L'IMMOBILIER

Vous cherchez à acquérir ou vendre un bien immobilier de particulier à particulier ?

**Grâce à une plateforme innovante et à un suivi de votre démarche,
VotreCoachImmo vous permet de trouver rapidement le bien ou l'acheteur idéal.**

Choisir de s'occuper soi-même de la mise en vente d'un bien immobilier permet d'économiser des frais d'agence. Mais entre la prise de photos, l'estimation du prix du bien, la publication de l'annonce, les appels téléphoniques des candidats acquéreurs et les visites, l'initiative se révèle souvent chronophage.

Parallèlement, la recherche d'un bien adapté à ses critères n'est pas toujours aisée. C'est une démarche qui prend du temps, qui nécessite de consulter régulièrement les offres et de réagir rapidement si l'on ne veut pas que la maison de nos rêves nous passe sous le nez. Pour répondre à ces enjeux, VotreCoachImmo (VCI Luxe) a développé un concept novateur : «l'immobilier inversé». Qu'est-ce que c'est ?

METTRE EN RELATION ACHETEURS ET VENDEURS

VotreCoachImmo présente une vaste gamme de biens – terrains, appartements, maisons, commerces, bureaux et immeubles – au Luxembourg, en France, en Belgique et en Allemagne. Via le site web ou l'application mobile de VCI Luxe, les candidats acquéreurs ont la possibilité

de définir leur recherche immobilière.

« Après s'être inscrit sur la plateforme, l'acheteur reçoit une notification gratuitement et en exclusivité dès qu'un bien «matche» avec sa demande, explique Laurent Francia, Président de VCI Luxe qui a été séduit par cette idée innovante de Sophie et Amina, avec qui il a fondé la société. Ainsi, l'acquéreur diminue le risque de visites inutiles ne correspondant pas à ses souhaits et augmente les chances de trouver un bien qui lui plaît. »

Le vendeur, de son côté, est mis en relation avec des acheteurs potentiels pour son bien. « Seuls les projets d'acquisition répondant à 60 % minimum des critères définis sont présentés, de manière à proposer des candidats de qualité », confie Laurent.

“
SEULS LES PROJETS D'ACQUISITION
RÉPONDANT À 60 % MINIMUM
DES CRITÈRES DÉFINIS SONT PRÉSENTÉS,
DE MANIÈRE À PROPOSER UNIQUEMENT
DES CANDIDATS DE QUALITÉ
”

AUCUNE COMMISSION SUR VOTRE VENTE

Le tarif d'une mise en vente via VCI Luxe varie selon le prix du bien et les options choisies. Mais la plateforme ne prend jamais de commission (0%): vous payez un montant unique, qui dépend de vos besoins.

Véritables coaches immobiliers, les équipes de VCI Luxe vous accompagnent dans votre démarche. « Elles vous aident à déterminer le prix de votre bien, vous conseillent dans la rédaction de l'annonce ou sur l'attitude à adopter lors des visites, explique Laurent. VCI Luxe se charge également de prendre les appels des candidats acquéreurs et d'organiser les visites. »

Afin de vous offrir une visibilité accrue, VCI Luxe diffuse votre bien sur sa plateforme et sur plusieurs sites de renom. Pour faciliter le partage de votre bien, vous bénéficiez d'un mini site personnalisé durant un an. D'autres options peuvent être ajoutées : shooting photo, numéro d'appel dédié, home staging, etc. Avec VotreCoachImmo, vous achetez et vendez de particulier à particulier, tout en profitant des conseils de professionnels.



08 MARS

LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES DROITS DES LA FEMMES

8 | N°201

Chaque jour de notre calendrier possède presque sa journée !
Les Nations Unies ont établi une liste qui en compte 140.
Toutes ont pour objectif de sensibiliser le grand public aux aspects essentiels de la vie, des enjeux mondiaux ou de l'Histoire.

La journée du 8 mars demeure la plus célébrée à travers le monde et occupe la première place du « TOP 5 » de l'Organisation avant celle de la célébration de la paix, de l'eau et de l'élimination de la violence faite aux femmes. Faut-il s'en réjouir ou s'en inquiéter ?
Retour sur une journée décidément pas comme les autres.

CHRIS MICK

Commençons par un peu de vocabulaire. Trop souvent, ce 8 mars se transforme en « Journée de la femme », or c'est très simple, ce jour n'existe pas. L'ONU a fixé cette date en 1977 sous le nom de « Women's Rights Day », qui se traduit donc par Journée internationale des droits des femmes. Produisez un tel contresens lors d'un test de langues, et vous serez vite recalée ! D'ailleurs, zéro pointé pour le site de l'ONU qui compte de nombreuses erreurs de traduction dans sa version française. Comme indiqué plus haut, l'instauration de ces journées ont pour but d'informer, de faire prendre conscience au grand public d'aspects essentiels de la société. Utiliser le singulier pour la nommer revient à réduire la femme à son genre. Or, il y a DES femmes, toutes uniques, toutes différentes, plus ou moins féminines. Mais un point les réunit : toutes possèdent des droits. Il ne s'agit pas là d'établir une hiérarchie de ces derniers en les classifiant par ordre d'importance mais juste d'exprimer qu'ils existent et doivent s'appliquer pour l'ensemble des femmes. Certes, il y a l'atteinte aux libertés fondamentales comme celles de voter, de montrer son visage, de conduire, de choisir son mari ou de divorcer, de posséder la maîtrise de son corps au travers de la contraception ou de l'avortement, mais doit-on pour autant être moins attentif quand il s'agit des inégalités de salaire, de harcèlement, de discrimination en tout genre ?



Bien sûr que non. Pour résumer, nous dirons que cette journée appartient à toutes les femmes du monde, celles qui nous ressemblent ou pas, celles que l'on admire et celles que l'on ne comprend pas toujours, celles qui nous inspirent, qui alimentent notre discours, qui brisent ou qui confortent nos certitudes, celles que l'on soutient dans leurs combats tout autant que celles qu'on a très envie de plaindre pour de bonnes (ou moins bonnes) raisons.

“

**IL Y A DES FEMMES,
TOUTES UNIQUES,
TOUTES DIFFÉRENTES,
PLUS OU MOINS FÉMININES.
MAIS UN POINT
LES RÉUNIT:
TOUTES POSSÈDENT
DES DROITS**

”

MINI INTERVIEW

**Sarah nous expose
(franchement) sa vision
de cette journée.**

Pour ou contre le 8 mars :
*Non, sérieusement, pourquoi
on a une journée ? Comme si on
célétrait les pauvres, les roux,
les gros, les sportifs ... que sais-je
encore ? Chaque jour devient une
célébration de quelque chose !*

Humeur du jour :
*Moi, elle m'énerve cette journée
car je la ressens comme « Eh oui
on reconnaît que tu es diminuée,
donc on t'offre une journée, pour
te célébrer au moins une fois, mais
le reste de l'année : « tais-toi »*

Si votre patron vous offre des
fleurs : *J'espère qu'il aime la
purée de roses fraîches !*

INFOS

LES PIRES RÉCUPÉRATIONS DE LA JOURNÉE INTERNATIONALE DU DROIT DES FEMMES

❑ Près de chez nous:
Un quotidien gratuit luxembourgeois
a offert une rose à chaque femme (Si, c'est vrai)

❑ Pas très loin:
On ne compte plus les soirées spéciales,
ateliers beauté, maquillage gratuit
qui fleurissent un peu partout.
Mention spéciale aux ateliers
«gestion du stress» pour cette journée.

❑ Un peu partout:
des chouquettes, des sacs à mains,
des épilations, du petit électroménager,
des bagels, des burgers,
des cours de yoga ... à -50 %.

LE CHIFFRE

50
%

La moitié des filles qui vivent dans des pays en développement (à l'exception de la Chine) seront mariées avant d'avoir vingt ans. Prolonger leur scolarité constitue l'un des meilleurs moyens de retarder l'âge du mariage.

(source UNICEF)



IMMO&CONSEIL

Promoteur et Immobilier

Construction | Rénovation | Vente | Estimation
Conseil immobilier sur mesure

Projets en cours: www.immo-conseil.lu



19, Steewee | L-3317 Bergem
Tel: 26 51 22 90 | www.immo-conseil.lu



N°201

“

Notre ambition est de permettre aux commerçants luxembourgeois de se digitaliser pour favoriser l'achat local et renforcer le passage en magasin.

”

Vendre en ligne pour perdurer

La montée en puissance d'Internet et des outils numériques pousse le commerce local à se transformer. Jerry Klein, manager du Groupement d'Intérêt Économique Luxembourg for Shopping, évoque pour nous les enjeux de l'e-commerce au Luxembourg et les initiatives mises en place pour encourager son développement.

JEANNE RENAULD
PHOTOGRAPHIE JULIAN BENINI

Dans un contexte de digitalisation croissante, quels sont les défis auxquels les commerçants luxembourgeois se trouvent confrontés ?

Aujourd'hui, environ 80 % des personnes qui résident au Grand-Duché effectuent des achats sur Internet. Nous figurons parmi les pays les plus avancés en la matière. A contrario, seuls 7 % des commerces luxembourgeois proposent leurs produits en ligne. À cet égard, nous sommes dans le bas du classement européen. Cela signifie que la très grande majorité des résidents, lorsqu'elle est amenée à acheter sur le web, le fait auprès de grandes plateformes, au rayonnement le plus souvent international.

Ce déséquilibre entre l'offre et la demande entraîne une perte de revenus pour les acteurs luxembourgeois ainsi qu'une désertification de leurs magasins.

Le commerce de détail local, que ce soit au Grand-Duché ou dans tout autre pays d'Europe, s'est un peu endormi ces quinze dernières années, laissant aux plateformes e-commerçantes mondiales la possibilité de grappiller de plus en plus de parts de marché. Aujourd'hui, le réveil est difficile, mais petit à petit, il se réalise.

Quelles solutions apporter à cette situation ?

Les commerçants luxembourgeois doivent prendre à leur tour leur place sur les plateformes digitales, en développant leurs propres sites de vente en ligne ou en rejoignant des marketplaces locaux, tels que le site Letzshop que nous avons développé.

Le commerce local s'est un peu endormi ces quinze dernières années, laissant les géants de l'e-commerce grappiller des parts de marché

Les commerçants luxembourgeois sont-ils conscients de cette nécessité ?
Une partie d'entre eux est déjà très ouverte à la digitalisation et à la vente en ligne. Mais il nous reste encore d'importants efforts à mener de notre côté pour continuer à les sensibiliser à ces questions et leur démontrer les avantages de l'e-commerce. C'est un travail de longue haleine.

Dès lors, comment accompagnez-vous le développement de l'e-commerce auprès de ces acteurs locaux ?

À l'image de ce qui existe dans d'autres pays, tels que l'Allemagne ou l'Autriche, nous avons lancé le 14 septembre dernier le site Letzshop, dédié à l'e-commerce luxembourgeois. À travers ce projet, nous souhaitons permettre aux commerçants locaux de se digitaliser et de se dynamiser, en leur offrant une vitrine numérique où ils peuvent présenter ce qu'ils savent faire, proposer leurs produits à la vente en ligne.

De leur côté, les consommateurs peuvent soutenir le commerce de proximité, profiter de conseils et de la garantie de la part du vendeur s'ils en ont besoin, tout en commandant via Internet et en se faisant livrer chez eux. Une plateforme telle que Letzshop permet au consommateur de bénéficier à la fois du confort de l'e-commerce et du commerce de proximité.

Quelles sont les ambitions de Letzshop ?
Notre volonté est de favoriser l'achat local, de permettre aux gens de (re) découvrir des magasins au Luxembourg.

Entre 10 000 et 20 000 nouveaux résidents arrivent chaque année au Grand-Duché. Dans la plupart des cas, ils ne connaissent pas le tissu économique du pays et se tournent donc vers les plateformes internationales en ligne. À travers Letzshop, ils disposent d'une fenêtre ouverte sur de nombreux commerçants luxembourgeois. Nous désirons également générer davantage de passage dans les magasins, selon le principe de "recherche en ligne, achat hors ligne". Si l'e-commerce est souvent perçu comme un concurrent au commerce physique, il peut, dans une logique de marketplace local, contribuer à le renforcer. Sur Letzshop, les clients ont en effet la possibilité soit de se faire livrer à domicile, soit de venir retirer leur achat dans le magasin vendeur. Aujourd'hui, 10 % des personnes choisissent la seconde option.

Quels sont les enjeux de l'e-commerce aujourd'hui et comment veillez-vous à y répondre ?

Les achats en ligne se font désormais de plus en plus sur mobile. Il convient donc de développer des plateformes d'e-commerce adaptées. Notre site est ainsi programmé de manière à offrir aux utilisateurs une navigation optimale, quel que soit le support utilisé. Parallèlement, nous veillons à répondre aux défis de la logistique. Les consommateurs s'attendent à recevoir leur commande de plus en plus rapidement. C'est pourquoi nous proposons aux commerçants, en partenariat avec l'acteur luxembourgeois Michel Greco, une solution de livraison rapide et sécurisée, au Grand-Duché mais également dans les pays limitrophes et aux Pays-Bas.



Près de six mois après le lancement de Letzshop, comment se porte la plateforme ? Quelles premières conclusions pouvez-vous tirer ?

De plus en plus de commerçants rejoignent Letzshop. Ils sont aujourd'hui 180 (l'interview a eu lieu fin janvier, NDLR) et constituent donc le plus grand centre commercial du Luxembourg. Nous sommes ravis de l'évolution de la plateforme puisque nos estimations de transactions sur le site ont été multipliées par dix lors des trois premiers mois d'activité en 2018.

LE CHIFFRE

180

C'est le nombre de commerces qui ont rejoint Letzshop depuis son lancement en septembre 2018.

UNE SOLUTION TOUT-EN-UN

Géré par le GIE Luxembourg for Shopping, Letzshop est financé par le ministère de l'Économie, la Chambre de Commerce, la Confédération luxembourgeoise du Commerce, la Ville de Luxembourg ainsi que 15 autres communes. S'inscrivant dans la continuité du "Pakt PRO Commerce", l'initiative vise à soutenir la digitalisation du commerce de détail luxembourgeois. Tout commerçant qui vend des produits peut choisir de rejoindre Letzshop moyennant une contribution de 500 €/an. Ce package inclut l'accès à la plateforme, des photos de la boutique, un système de paiement en ligne sécurisé, une solution logistique en partenariat avec Michel Greco ainsi que des formations d'accompagnement sur le web. Aucune commission n'est prise sur les transactions réalisées via le site marchand.



L'ORIGINE DU PAIN

LE GOÛT DU BON PAIN



Laissez-vous surprendre par des créations originales,
la saveur retrouvée des pains spéciaux et baguettes de tradition,
élaborés selon un savoir-faire authentique.

Venez découvrir notre savoir-faire & notre passion.

L'Origine du Pain, 153-155 rue du Kiem, L-8030 Strassen • Tél. : 26 37 88 69

NEWS SOCIÉTÉ

SARAH BRAUN

START UP

LUXEMBOURG : FORMIDABLE TREMPLIN POUR LES START-UP ÉCO-RESPONSABLES !

On s'enthousiasme pour l'arrivée de nouvelles start-up portée par une génération d'entrepreneur.e.s motivés et surtout, préoccupés par la cause environnementale. Parmi eux, il y a F4A (pour Food for all), créée par Ilana Devillers et Xenia Ashby qui ont lancé l'application F4A sur Google Play, la toute première application destinée à lutter contre le gaspillage alimentaire.

N°201

LA DATE À RETENIR : LE 4 MARS

soit la Journée mondiale contre l'exploitation sexuelle, créée en 2009 par à l'initiative de l'ONG Groupe International de Paroles de Femmes.

**NEWS**

RIEN N'ARRÊTE PLUS DIEKIRCH

Après avoir dévoilé une toute nouvelle identité en fin d'année 2018, la marque nationale iconique de la ville de Diekirch s'apprête à fêter sa toute nouvelle brasserie, qui sera inaugurée le 15 mars prochain, en présence de nombreux invités du monde économique et politique luxembourgeois, parmi lesquels Monsieur Xavier Bettel, en sa qualité de Premier ministre, Monsieur Fernand Etgen, Président de la Chambre des Députés, ainsi que SE Monsieur l'Ambassadeur de Belgique. Prost !

IMMO

IMMO PRO CONCEPT FÊTE SES 10 ANS DANS DE NOUVEAU BUREAUX !

Afin de célébrer sa première décennie et dans une volonté de poursuivre son développement, la société Immo Pro Concept vient de déménager dans de nouveaux bâtiments, à Bofferdange. Facilement accessibles (à 5 minutes de l'autoroute A7, direction Lorentzweiler) et pourvus d'un parking gratuit, ces locaux permettront à toute son équipe de recevoir la clientèle dans des conditions optimales afin de les accompagner tout au long de leur projet immobilier : achat, vente, location... Les professionnels d'Immo Pro Concept se feront un plaisir encore plus grand de conseiller leurs clients.

Afin d'accroître notre qualité de service, et toujours mieux vous satisfaire, Immo Pro Concept,
Résidence les Cerisiers 1, 2A
Romescht, L-7364 Bofferdange
Tél. : +352 20 99 26 66



HAPPY BIRTHDAY
L'ANNIVERSAIRE !
35 ANS POUR LA PRINCESSE HÉRITIÈRE

La Comtesse Stéphanie de Lannoy, qui a vu le jour à Renaix en Belgique, est le huitième enfant, et la cadette, de feu le Comte de Lannoy et de feu la Comtesse de Lannoy, née Alix della Faille de Leverghem, a célébré ses 35 ans le lundi 18 février dernier !

WOMEN IN BUSINESS
NATHALIE MÈGE À LA TÊTE
DE TNP LUXEMBOURG

Nathalie Mège est devenue la première femme à la tête d'une filiale du groupe, en prenant les fonctions de directrice générale associée de TNP Luxembourg, en janvier dernier. Âgée de 46 ans, Nathalie Mège aura la tâche de « doubler la taille des effectifs actuels », le groupe n'ayant en effet pas caché son ambition, comme l'a confié le président et fondateur du cabinet de conseil français, Benoît Ranini, : « nous souhaitons nous positionner comme véritable alternative aux Big Four dans la région Belux et disposer d'une force de frappe d'une quarantaine de consultants d'ici 2020 ».

LE CHIFFRE DU MOIS

48

Soit le nombre de jours télétravail dont devraient probablement bénéficier les travailleurs frontaliers belges. C'est, en tous cas, l'objectif annoncé par le gouvernement.

8 | N°201

NOMINATION
DANIELLE IGNITI
AU CA DU MUDAM

Parce qu'il traverse à nouveau une crise, le Mudam a vu son équipe du conseil d'administration s'étoffer avec l'arrivée de Danièle Igniti, sur demande du gouvernement. Fraîchement retraitée de l'Opderschmeltz, à Dudelange, elle a confié à nos confrères du *Land*, suite à l'annonce de sa nomination, son souhait de « débloquer la situation compliquée que connaît actuellement le Mudam. Il faut retrouver le calme nécessaire pour reparler d'art. Un tel musée doit pouvoir continuer d'exister. »

Halte au cyberharcèlement !

Le cyberharcèlement est malheureusement devenu un phénomène de société aux répercussions parfois désastreuses. Alors que l'on se sent bien souvent démunis face à ce type d'attaque, Maîtres Rimondin et Frabetti répondent à nos questions.

FRÉDÉRIC FRABETTI & CARMEN RIMONDIN

Que dire du cyberharcèlement et de la loi actuelle ?

L'émergence et la démocratisation des nouvelles technologies ont répandu cette pratique du cyberharcèlement ou cyber-mobbing. Les jeunes en sont les principales victimes sur les réseaux sociaux mais toute personne peut être touchée. À l'heure actuelle, aucun article du Code pénal ne réprime le cyberharcèlement en tant que tel mais il va de soi que tous les actes constitutifs de cyberharcèlement sont répréhensibles et tombent sous le coup de la loi en fonction de la nature exacte des faits.

Quels sont les différents types de cyberharcèlement ?

Les cas de cyberharcèlement les plus courants sont les suivants :

Ω 01. Le harcèlement ou stalking

Dans ce cas, les harceleurs exercent une pression constante sur la victime par le biais de nombreux messages sur les réseaux sociaux ou par courriels ou SMS. Cela peut induire des conséquences sérieuses sur l'état mental de la victime. D'un point de vue légal, l'article 442-2 du Code pénal réprime ce comportement constitutif de harcèlement obsessionnel d'une peine maximale de 2 ans de prison et d'une amende maximale de 3000 €. La victime est donc fondée à porter

plainte auprès de la police sinon en consultant un avocat pour se constituer partie civile et réclamer des dommages-intérêts pour l'atteinte morale.

Ω 02. Les propos diffamatoires et calomnieux

Ici, les harceleurs vont répandre des fausses informations sur la victime par le biais des réseaux sociaux sinon partout sur le web. Les harceleurs attaqueront ainsi la réputation de la victime pour la dégrader de sorte que les répercussions sur la vie peuvent être énormes. Il peut s'agir de prétextes détaillés honteux en rapport avec la victime ou d'insultes à son endroit. Les articles 443 et suivants du Code pénal punissent la calomnie de nature à porter atteinte à l'honneur et exposant au mépris public alors que les articles 448 et suivants punissent l'insulte et les injures de sorte que la victime est fondée à déposer plainte sur cette base.

Ω 03. L'atteinte à la vie privée

Des photos de la victime, le plus souvent honteuses ou compromettantes, sont mises à disposition en ligne sans accord. Il s'agit là d'une atteinte à la vie privée réprimée par la Loi du 11 août 1982 concernant la protection de la vie privée laquelle prévoit une peine d'emprisonnement ainsi que des amendes.

Ω 04. Les propos racistes ou discriminatoires

Parfois le cyberharcèlement est basé sur la race, l'appartenance ethnique, l'orientation sexuelle ou la religion de la victime. Dans ce cas de figure, l'article 457-1 du Code pénal punit l'auteur des faits d'un emprisonnement allant de huit jours à deux ans et/ou d'une amende de 251 euros à 25.000 euros.

Ω 05. Le piratage

Le harceleur va tenter d'accéder aux données téléphoniques, à celles de l'ordinateur de la victime et tenter l'accès à ses comptes afin de dérober des informations permettant de se faire passer pour la victime, à des fins souvent lucratives. Ces faits sont réprimés par les articles 509-1 et suivants du Code pénal.

Finalement, si aucun texte ne réprime le cyberharcèlement en soi, l'arsenal législatif luxembourgeois permet une démarche efficace puisque chaque fait de cyberharcèlement est interdit par une, sinon plusieurs dispositions légales. La victime a donc toute légitimité pour porter plainte afin de mettre fin au harcèlement et de faire punir les harceleurs. À ce titre, l'aide d'un professionnel est utile pour qualifier les faits ainsi que pour se sentir soutenu.

Jusqu'à

500 MBIT/S
AU PRIX DE
100 MBIT/S*



LA FIBRE C'EST
BAMBOO

www.post.lu • 8002 8004



LE CŒUR À CŒUR

Les maladies cardiovasculaires représentent l'une des principales causes de mortalité et de morbidité dans le monde, y compris au Luxembourg. Le Docteur Anastase Tchicaya et madame Nathalie Lorentz, du Département Conditions de Vie, nous éclairent sur les changements de comportement des patients face aux facteurs de risque de maladies cardiovasculaires.

DOCTEUR ANASTASE TCHICAYA ET MADAME NATHALIE LORENTZ, DÉPARTEMENT CONDITIONS DE VIE

Docteur, madame, pouvez-vous nous faire part de vos remarques quant aux récents travaux réalisés par des chercheurs du LISER, Luxembourg Institute of Socio-Economic ?

Ces travaux ont été réalisés sur des patients souffrant de maladies cardiovasculaires. Ils mettent en évidence la problématique inhérente aux inégalités sociales relatives au changement des comportements de santé, ceci cinq ans après un examen des coronaires effectué au Grand-Duché de Luxembourg : en 2013/2014, une enquête de suivi inédite a été réalisée auprès de patients ayant effectué un examen des coronaires à l'Institut National de Chirurgie cardiaque et de Cardiologie Interventionnelle (INCCI) entre 2008 et 2009. De l'analyse des données de 1289 patients ayant répondu de manière complète au questionnaire, il ressort plusieurs points saillants.

Quelles sont vos observations au regard de l'analyse de ces données ?

Nous observons des changements de comportement perceptibles cinq ans après un examen des coronaires. Ainsi, plus de la moitié des patients répondant avait modifié leurs habitudes alimentaires : 72 % avaient réduit ou arrêté la consommation de matières grasses, 58 % avaient réduit ou arrêté la consommation de sel, 63 % avaient réduit ou arrêté la consommation de

sucré et 65 % avaient augmenté leur consommation de fruits et légumes.

Y a-t-il des différences de changement de comportement entre les hommes et les femmes ?

Effectivement, nos études démontrent que les femmes sont plus enclines à modifier leurs habitudes alimentaires (consommation de matières grasses, de sel, de sucre et des fruits et légumes). L'écart le plus flagrant entre hommes et femmes concerne la réduction ou l'arrêt de la consommation de sel (65 % parmi les femmes contre 55 % parmi les hommes).

Assez étonnamment également, vous observez que les patients ayant un faible statut socio-économique sont les plus réceptifs à un changement de leur comportement par rapport à leur alimentation.

Les chiffres masquent l'existence d'inégalités sociales face au changement de comportement de santé ou à l'adhérence aux conseils de prévention délivrés par le corps médical et les autorités sanitaires. Les patients déclarant vivre dans des conditions difficiles sont plus susceptibles de réduire ou d'arrêter la consommation de matière grasse (79 %), de sel (66,5 %) et de sucre (70 %) ou d'augmenter la consommation de fruits et légumes (73 %) que ceux déclarant vivre dans des conditions

plus aisées (respectivement 71 %, 57 %, 61,5 % et 64 %). Il est à noter que, parmi les patients vivant dans des conditions de vie difficiles, il n'existe pas de différences de comportement entre les hommes et les femmes face aux facteurs de risque.

Y a-t-il une influence du diagnostic sur le changement de comportement ?

Indéniablement. Les patients diagnostiqués avec une angine de poitrine sont plus susceptibles de réduire ou d'arrêter la consommation de sucre (67 %) que ceux avec un infarctus du myocarde (64 %). Ceux avec un infarctus du myocarde sont plus enclins à arrêter de fumer (79 %) que ceux qui souffrent d'une angine de poitrine. Globalement, ces résultats témoignent du caractère inégal du changement de comportement de santé des patients.

BOLD

MAGAZINE

BOLD[®]



DANS L'ŒIL
DE REDING



HORA WAGNER & ROMAIN SIMIAN
SEASONAL A Nomad Workshop



AY,
TEQUILA!



ACTUALITÉ

CHEZ KITOKAT X SHINAPAN

LA MODE EN LIGNE

NINII: FRITES,
JAMBON BLANC
ET GLITTER

TRUE LIFE

LA HAUT
SUR LA MONTAGNE

CULTURE



LES 10 ANS
DU MUDAM



ACTU
CINE

TENDANCE

BOLD
IS IN THE KITCHEN

SKATEPARK PEITRUSS

EXPLORATION

ALINEA

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

L'ACIDE HYALURONIQUE, star des actifs anti-âge

Ultra plébiscité, l'acide hyaluronique s'est imposé comme la star des molécules anti-âge.

La raison de son succès ? Une origine naturelle, une tolérance optimale, une efficacité prouvée, différentes façons de l'administrer et des miracles sur l'hydratation et le retardement du vieillissement cutané.

Pas encore convaincues ? Nous l'avons passé au crible pour vous.

SARAH BRAUN



Un anti-âge naturel...

Nous produisons tous, naturellement, de l'acide hyaluronique. En effet, lors de notre naissance, nous disposons d'un « capital acide hyaluronique », qui, malheureusement, s'épuise au fur et à mesure que l'on vieillit. Il est utile pour notre peau, mais pas seulement, puisqu'on en trouve également dans le cartilage ou dans les yeux. Quand les chercheurs se sont mis en tête de recréer de l'acide hyaluronique, – il était initialement destiné à la chirurgie ophtalmique –, celui-ci était fabriqué à partir de crête de coq broyés. Puis, il a été synthétisé pour devenir un produit de comblement, avant que la cosmétique ne s'en empare et l'intègre au cœur de formules hydratantes et anti-âge.

... Sans danger ?

Certes, l'acide hyaluronique est une substance naturelle, ce qui induit qu'elle est particulièrement bien tolérée par nos organismes. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle elle est la molécule la plus utilisée par la chirurgie esthétique : l'organisme ne l'assimile pas à un corps étranger. Sans danger donc ? Hélas non, car celle que l'on retrouve dans les injections de comblement ou dans les soins cosmétiques n'a absolument rien à voir avec celle produite par notre corps : ces molécules de synthèse peuvent en effet provoquer des réactions diverses, de la simple – mais néanmoins gênante – éruption cutanée, quand elle ne provoque pas une inflammation aiguë et chronique : démangeaisons, hyper sensibilité de la peau, apparition d'oedèmes ou d'hématomes... Dans les cas d'intolérance les plus graves, l'acide hyaluronique peut engendrer des granulomes, soit des petites boules douloureuses et très inesthétiques qui apparaissent en surface

de l'épiderme. Fort heureusement, elles disparaissent sitôt que l'acide hyaluronique injecté s'est naturellement résorbé de l'organisme (mais il faut tout de même compter trois à six mois, ndlr.) Prudence est la mère de toutes les vertus donc, d'autant plus si vous présentez un terrain allergique. Si le risque zéro n'existe pas, tout comme les profils ultra sensibles à cette molécule, prenez garde à bien choisir votre praticien et à avoir une hygiène de vie impeccable dans les jours précédant l'intervention : on ne consomme ni tabac ni alcool, on évite la prise de médicaments anti-inflammatoires ou d'aspirine. À savoir également, l'injection d'acide hyaluronique est formellement interdite aux femmes enceintes et allaitantes ou aux personnes souffrant de maladie chronique.

Pourquoi choisir l'acide hyaluronique ?

En injection, son efficacité sur le comblement des rides ou pour redessiner les volumes qui se seraient affaissés avec l'âge (à l'instar des pommettes) n'est plus à prouver. En témoigne l'augmentation exponentielle des demandes pour cette technique ces dernières années. D'autant que, parallèlement à cette hausse de la demande, la formulation, elle, a également considérablement évolué. Exit l'effet « faux » qu'on pouvait lui reprocher, et notamment la fameuse bouche de canard. Les nouveaux types d'injection permettent d'obtenir des résultats bluffants de naturel, qui permettent aux patientes de retrouver leur « visage d'avant ». À noter que l'acide hyaluronique n'est plus uniquement réservé au traitement du visage : il est désormais également utilisé pour donner un coup de jeune aux mains ou au cou, deux zones surexposées qui accusent plus fortement les effets du temps qui passe.

Enfin, la technique n'est pas définitive : une injection présente une durée de vie de trois à 18 mois. Cela implique donc un certain coût à long terme, d'autant que le prix d'une injection reste assez élevé, malgré la démocratisation de la technique (environ 300 euros, en moyenne).

Et en soin cosmétique ?

L'avantage de l'acide hyaluronique est qu'il est un ingrédient indispensable dans le maintien de l'hydratation et de l'élasticité cutanée. C'est pourquoi de nombreux soins cosmétiques, et pas forcément estampillés anti-âge contiennent de l'acide hyaluronique, en moindre quantité. D'autant que la molécule peut être utilisée, quels que soient son âge et son type de peau, contrairement à d'autres actifs plus concentrés et/ou plus riches. En revanche, un soin anti-âge dont la formule contient de l'acide hyaluronique sera bien plus dosé.

Quid des compléments alimentaires ?

La beauté passe désormais par la supplémentation, on le sait, et l'acide hyaluronique n'a pas échappé à cette nouvelle tendance. Pour preuve, le nombre de marques qui ont surfé sur la tendance et proposent désormais des gammes de soins dits « à avaler ». Si certains la préconisent, pour venir aider les organismes qui peinent à la produire, d'autres sont plus sceptiques, arguant que rien ne prouve que la molécule atteigne l'épiderme une fois passée par l'étape digestion. Dans le doute, on peut se tourner vers une gélule qui associe plusieurs actifs, comme l'acide hyaluronique et le collagène ou la vitamine C.

Notre sélection :

*Collagène + Acide hyaluronique,
Laboratoires Solgar.*

ANTI-ÂGE

SISLEYA L'INTEGRAL ANTI-ÂGE SERUM FERMETÉ



Une texture fluide fraîche et légère qui renferme une formule surdouée, qui mêle un extrait d'Origan des Jardins, LE nouvel actif Sisleya au complexe inédit : le Phyto-complex Pro-Firm 7 aux sept puissants extraits d'origine végétale.

La promesse ?

Le galbe retrouvé, un visage plus lisse et des traits reposés à court comme à long terme. Nous avons testé.

SARAH BRAUN



MARIA PIETRANELI

+ La fraîcheur est le premier qualificatif qui me vient à l'esprit lorsque j'applique ce sérum. Les effluves d'huiles essentielles, signe distinctif de la marque, y contribuent sans doute pour beaucoup. Instant authentique et rituel de soin précieux, cette application, qui ne nécessite que peu de produit, est un moment privilégié. Facile à appliquer, le sérum pénètre immédiatement dans la peau sans laisser de film gras. Les résultats sont perceptibles rapidement, et après un mois d'utilisation, la peau est plus souple au touché et visiblement plus ferme.

- Nous sommes clairement dans un produit de luxe, tant au niveau de sa qualité que de son prix.



JULIE MALLINGER

+ Le sérum concentré fermeté Sisleya répond à toutes ses promesses. Ma peau a retrouvé sa tonicité, l'oval de mon visage paraît redessiné, quant aux petites ridules? Estompées. J'ai adoré son odeur et sa texture légère est très agréable à appliquer et rapide à pénétrer. On en fait volontier son petit rituel du matin et du soir.

- On a envie de tester toute la gamme, mais malheureusement, c'est hors budget !



SARAH BRAUN

+ Du haut de mes 35 ans, je commence à moins faire la maline. Mon teint accuse les signes de fatigue, et des petites ridules commencent à faire leur apparition. Ce fluide, dont j'adore l'odeur de plantes, défatigue et défroisse instantanément ma peau, et même le terrible pli de l'oreiller. À long terme, je trouve ma peau plus «saine», le teint est plus frais. Je suis vraiment bluffée par son effet.

- Qui dit soin d'exception dit prix d'exception. Mais c'est un vrai plaisir à s'offrir.



JULIE BÉNIÈRE

+ D'abord, l'odeur. Direction la Provence avec sa senteur lavande que j'adore. Puis sa texture, elle est plutôt épaisse pour un sérum, mais pour moi c'est une qualité. C'est d'ailleurs pour cela que je n'utilise jamais de sérum car je n'apprécie pas les textures trop fluides, qui pénètrent vite dans la peau. En laissant une texture collante sur le visage, le sérum Sisleya fait tout l'inverse. Il hydrate l'épiderme et se suffirait presque à lui-même ! Les résultats sont probants, mon grain de peau est plus lisse après quelques semaines d'utilisation, un effet repulpé, anti-fatigue réellement visible.

- Le prix. J'aurais aimé le tester avec la crème pour apprécier la performance des deux produits combinés.



Inaugure un centre médico-esthétique

Véritable alternative à la chirurgie esthétique,
venez découvrir notre centre anti-âge
pour une prise en charge personnalisée et efficace.
Nous avons confié ce challenge à Sao De Castro,
dermothérapeute et esthéticienne renommée au Luxembourg.



LABORATOIRES
FILORGA
PARIS

- Les soins anti-âge Filorga Skin Perfusion qui allie la cryothérapie et luminothérapie LED
- Soins corps

mesoestetic®

- Le micro-needling • Le peeling

Au sein du centre, bénéficiez de nombreuses prestations :

L'épilation définitive Light Sheer by Carine Delvaux
Tél. : 661 375 945 - www.osez.lu

L'AtlasPROFilax by Barkley Noël
Tél. : 621 54 74 94 - www.atlasprofilax.com

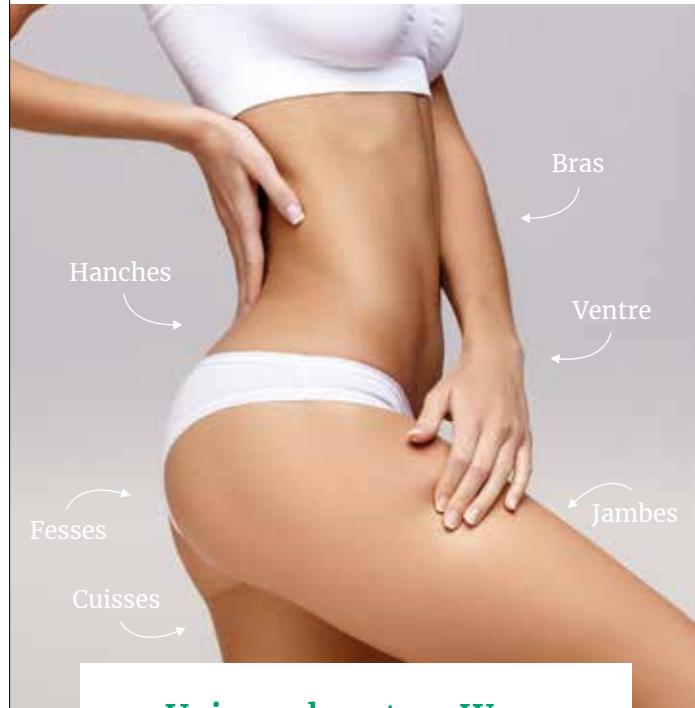
L'hypnose, la luminothérapie et l'aromathérapie
by Chantal Van Spaandonck
Tél. : 661 263 440 - www.hypnose-et-moi.com

Le centre médico-esthétique by Sao De Castro **NEW**
Tél. : 691 280 612

103 Rue des Maraîchers L-2124 Luxembourg
Tél. : 661 375 945 - www.osez.lu

Réservez votre rendez-vous 7j/7 sur www.salonkee.lu

INSTITUT
LA MAISON DE LA BEAUTÉ



Universal contour Wrap

Vous souhaitez perdre quelques centimètres rapidement et vous sentir bien dans votre corps ?

- ✓ Perte de centimètres rapide
- ✓ Raffermit la peau
- ✓ Purifie en éliminant les toxines du corps
- ✓ Supprime les cellules mortes
- ✓ Atténue les cicatrices, vergetures et la peau d'orange



3+1 séance gratuite

au lieu de 380€ -> 285€
jusque fin mars 2019



Cure détox digestive

Manque de tonus ? Problèmes de digestion ?
Envie de perdre du poids ? Fatigue ?

Retrouvez forme et vitalité grâce à nos cures détox !
14 jours pour un nettoyage profond de l'organisme.

Programme nutritionnel pour
nettoyer le système digestif complet.

- facilité d'utilisation et accompagnement -

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

NEWS HEALTHY

LISA BEYS

PÂTISSER VEGAN ? RIEN DE PLUS SIMPLE !

LE CHIFFRE

**MILLIONS**

La tendance vegan rapporte bien.

Selon une étude réalisée par le cabinet Xerfi parue en novembre dernier, les ventes de produits végétariens et vegans ont généré l'an dernier en France un chiffre d'affaires de 380 millions d'euros.

N°201

STOP AUX IDÉES REÇUES !

Non, les vegans ne mangent pas que des graines. Non, les vegans ne sont pas plus carencés. Juste une mode ? Derrière la tendance, il y a la plupart du temps un véritable engagement éthique et des valeurs profondes.

Ne plus utiliser des produits d'origine animale, un mode de vie trop contraignant ? Cela reste à prouver ! Et si on plaçait cette nouvelle année sous le signe de la bienveillance, envers tous, y compris les animaux ?



On échange les œufs contre de la compote de pommes (comptez 50 g de compote pour 1 œuf). Des blancs en neige ? Facile ! On confectionne un substitut en battant le jus d'une boîte de pois chiches après l'avoir passé au réfrigérateur.

On se tourne vers des laits végétaux : avoine, soja, amandes. A la place du beurre, on choisit de l'huile végétale : noix de coco, tournesol, pépins de raisins, il n'y a que l'embarras du choix !

Pour aller plus loin : Bérénice LECONTE, *Pâtisserie vegan*, Editions La Plage, 2017.

LE CADEAU FOU DE BEYONCE



© AFP PHOTO / ROBYN BECK

Jay-Z et Queen B ont décidé d'offrir des places de concert à vie pour leurs fans qui deviendraient vegans ! Leur projet « *Green Print Project* », publié sur Instagram le 31 janvier dernier, propose de ne plus manger de viande le lundi, d'adopter une alimentation végétale en semaine ou, pour les plus déterminés, d'opter pour un régime 100 % vegan.

A la clé, une récompense folle : des places pour assister gratuitement à leurs shows pendant... 30 ans. De quoi créer des vocations !

Foncez sur www.thegreenprintproject.com !

VEGAN FASHION WEEK

Allier haute couture et engagement ? C'est possible ! La première Vegan Fashion Week s'est tenue le 1^{er} février 2019 à Los Angeles, et a rassemblé des acteurs majeurs de l'industrie de la mode luttant contre la cruauté animale.

Jean Paul Gaultier a reçu en décembre dernier le grand prix de la mode vegane, récompensé par PETA pour son engagement ne plus utiliser de fourrure animale.

BONNE ADRESSE

FLOWER'S KITCHEN OU LA CUISINE SAINTE & GOURMANDE



Après avoir ouvert sa première adresse, quartier gare, en 2016, Flower's Kitchen s'est installé à la Cloche d'Or, afin de régaler les habitants du quartier et les employés qui y travaillent de sa cuisine fraîche et healthy, 100% home made.

Que ce soit à l'heure du déjeuner - et bientôt du dîner car l'enseigne va élargir ses horaires d'ouverture -, pour y déguster un plat du jour, une quiche maison, un SuperBowl ou une SuperPlate (dont la recette varie chaque semaine) ou une hummus plate, à l'heure du goûter avec leur grand choix de gâteaux maisons, ou au petit déjeuner, toute l'équipe se fera un plaisir d'accueillir habitués et nouveaux clients pour leur offrir un moment gourmand et convivial.

Flower's Kitchen, c'est aussi un brunch dominical par mois, qui permet d'avoir un bel aperçu de toutes leurs prouesses culinaires !

7 Rue Glesener L-1631 Luxembourg

Tél.: 28 99 69 82

18 Rue Charles Darwin

L-1433 Ban de Gasperich

Tél.: 27 91 27 51

flowerskitchen.lu |



NEUVEST-HAVE

01



VOILE DE FRAÎCHEUR

Dotée d'une texture ultra fine, qui se pose sur la peau tel un nuage de douceur (des micro gouttelettes obtenues grâce à un système de micro pulvérisation), ce soin repousse les limites de la fraîcheur et vient démultiplier les bienfaits du rituel sorbet. À portée de la main et à tout moment, le nouveau geste soin indispensable.
Brume sorbet énergisante hydratation active, Hydra Life, Dior.



ÉDITION LIMITÉE

02

Power of color c'est le nom de la collection maquillage printemps-été de Givenchy. Couleurs fortes, couleurs pigmentées longue tenue, ce vernis embellisseur et protecteur, conçu pour laisser éclater des couleurs vibrantes. Le film appliqué offre un résultat laqué et homogène. Une couleur d'un ciel bleu nuit profond qui révèle toute la collection.
N°12 Strong, Givenchy.

03



HESPÉRIDÉ FLORAL

Une ode à la nature depuis 20 ans. La simplicité d'une eau fraîche, la diffusion et la ténacité d'un parfum. Aqua Allegoria incarne une recherche des meilleurs ingrédients, une collection vivante, libre et gaie. Une échappée zen et tonifiante. L'éclat du trio thé vert, bergamote et jasmin Grandiflorum est ravivé par les notes de pamplemousse et yuzu puis adouci par la note violette.
Aqua Allegoria Teazzura, Guerlain.

EFFICACITÉ

Nouvelle gamme Icy Falls pour nettoyer sans déshabiller la peau, pour purifier sans assécher tout en équilibrant le microbiote cutané et en équilibrant le manteau acide. Démaquillant bi-phasic qui fait évanouir tous les types de maquillages sur les yeux. Alliant force et douceur, sa formule non grasse vient à bout de tous les pigments les plus coriaces dans le respect le plus total de la peau fragile du contour des yeux.
Bi-Falls, Valmont.

05



OUATRE



ULTRA LÉGÈRE

Hydra légère, hydra fraîche, cette nouvelle crème sorbet hydratation 72h hydrate intensément la peau pendant 72 h. Inclus le complexe anti-oxydant de la marque pour aider la peau à se défendre contre les agressions de l'environnement, y compris la pollution. Cette crème hydratante non grasse innovante fournit une protection SPF puissante dans une texture sorbet ultra légère qui s'absorbe rapidement et qui permet à la peau de respirer. La peau est rafraîchie, plus douce, avec un teint éclatant.
Crème sorbet hydratation 72h, Estée Lauder.

PARIS 8
HAUTE PARFUMERIE



FALL INTO
A CRUSH

Discover Crushed Liquid Lip



À DÉCOUVRIR EXCLUSIVEMENT DANS LES BOUTIQUES PARIS 8
GRAND RUE, BELLE ÉTOILE ET CITY CONCORDE

56 Grand Rue, Luxembourg | C.C. La Belle Étoile, Bertrange |
C.C. City Concorde, Route de Longwy, Bertrange

BOBBI BROWN



LA BEAUTÉ : NOUVELLE DESTINATION TOURISTIQUE

SARAH BRAUN

PARTIR EN VACANCES POUR VISITER DES SITES ARCHÉOLOGIQUES,
ARPENTER LES MARCHÉS OU SE PRÉLASSER SUR LA PLAGE
UN COCKTAIL À LA MAIN ?
EN VOILÀ DES IDÉES D'UN AUTRE SIÈCLE.
LA BEAUTÉ, LA QUÊTE DE L'ÉTERNELLE JEUNESSE OU DE LA PAIX
INTÉRIEURE, LE DÉPASSEMENT DE SOI SONT DÉSORMAIS LES NOUVEAUX
LEITMOTIVS DES AGENCES DE VOYAGES.
LEUR PROMESSE ? SE REPOSER, CERTES, MAIS SURTOUT METTRE
À PROFIT CETTE ESCAPADE POUR SE FAIRE DU BIEN...
ET BIEN PLUS ENCORE. CURES DÉTOX DANS DES SPAS GRAND LUXE,
TREKS EN PLEINE NATURE, RETRAITES MÉDITATIVES, BOOTCAMP,
SURF & YOGA CAMPS, VOIRE SÉJOUR À L'ÉTRANGER POUR SUBIR
UNE OPÉRATION DE CHIRURGIE ESTHÉTIQUE,
LE CODE A RÉSOLUMENT CHANGÉ.



N°201

“

**POUR AUTANT,
CES RETRAITES NOUVELLE GÉNÉRATION
NE BOUDENT PAS LE PLAISIR
NI LA DÉCOUVERTE**

”

L'essor des retraites de yoga & méditation

S'il y a encore cinq ans, partir en Inde dans un ashram relevait de la lubie d'une poignée d'ex-hippies, ce type de séjour est plus que demandé en 2019, et nombreuses sont les agences à proposer ce type de séjour. De même, les sites spécialisés dans l'organisation de séjours yoga & méditation, yoga & surf etc. abondent de plus en plus. « Il y a une véritable demande, et, notamment des CSP ++, qui travaillent beaucoup, et souffrent d'une charge mentale toujours plus importante », explique Vincent, agent de voyage au Grand-Duché.

« Ces personnes sont à la recherche de séjours dits détox, et veulent surtout revenir à l'essentiel. Ce sont ces mêmes clients qui, il y a cinq ans encore, étaient particulièrement demandeurs des formules « all inclusive ». Ils ont opéré un virage à 180 degrés, en tournant le dos à l'hyperconsommation pour lui préférer l'ascétisme. On assiste à un retour aux valeurs, à la simplicité, à l'authenticité. Ces clients veulent couper avec la surabondance d'informations, d'écrans, pour réapprendre à s'écouter. »

« C'est décidé, je pars à Bali deux semaines en avril faire une retraite surf & yoga. Ça me permettra de décompresser après l'hiver et, en plus, je serai *fit* pour l'été ! Et toi, tu fais quoi pour les vacances ? Moi, ce sera le GR20 en Corse. Ce sera mon premier trek, je veux me préparer, j'ai booké le Népal en novembre. » Scène de la vie – presque – ordinaire dans un groupe de trentenaires, en plein cœur de l'hiver. Marre du froid et de la grisaille, certes, mais surtout, ces filles-là ont résolument en commun l'envie de profiter des vacances à fond pour se faire du bien. « Sortir et s'amuser, on a la chance de pouvoir le faire toute l'année, ce n'est pas comme nos parents qui attendaient les vacances pour rattraper leur retard d'apéro durant la première quinzaine d'août, plaisante Julie, 38 ans. J'ai vraiment envie de mettre à profit mes vacances pour faire autre chose que

faire la fête, pour découvrir le monde, et voir ce dont je suis capable. Un peu de détox ne me fera pas de mal (sourire). »

C'est un fait, « partir en vacances » n'a résolument plus la même signification qu'il y a 15 ans. Une nouvelle tendance qui va bon train et qui, surtout, porte un nom : le « fitcation » (contraction des termes anglophones « fitness » et « vacation », ndlr), soit des vacances 100 % healthy. Moins radicale que les « bootcamp », qui relèvent bien davantage des camps d'entraînement militaires, cette nouvelle façon de voyager conjugue bien-être, détente et plaisir.

Voyager, se reposer et se faire du bien : voilà un programme qui se décline pour toutes les envies, tous les désirs et tous les budgets... ou presque.

YogaBalance

improving health & well-being



Come to get fit, detox,
de-stress and rejuvenate



New studio
in Merl !

Classes

Vinyasa Flow
Hatha
Yin & Yang
Yin Yoga
Kids & Teen
Family Yoga
Barre Yoga

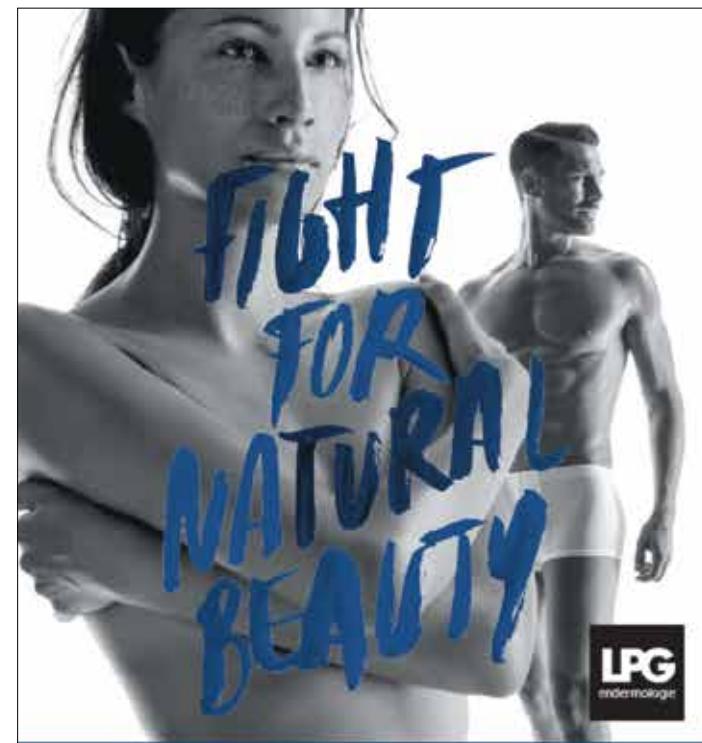
Free parking
at both
locations

486 Route de Longwy, L-1940 Luxembourg
(next to the Naturata)

Building Chambre des Métiers - Salle 1.4
2, Circuit de la Foire Internationale,
L-1347 Luxembourg-Kirchberg

Tél. : 621 406 088 | [f](#) [i](#)

www.YogaBalance.lu



NOUVEAU CELLU M6



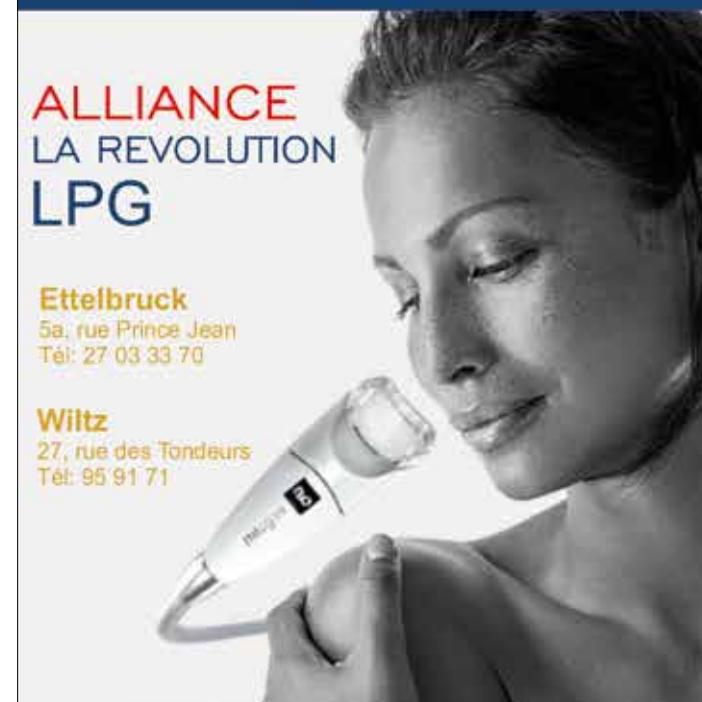
Institut de beauté doté de la dernière technologie

BEAUTY LOUNGE

ALLIANCE
LA REVOLUTION
LPG

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

Wiltz
27, rue des Tondeurs
Tél: 95 91 71





**DÉVELOPPER
UN TEL PROGRAMME
QUI CONJUGUE LUXE,
BIEN-ÊTRE
ET SÉRÉNITÉ
NOUS EST APPARU
COMME UNE ÉVIDENCE**

Véronique Grange,
directrice adjointe
de La Réserve Ramatuelle

Pour autant, ces retraites nouvelle re génération ne boudent pas le plaisir ni la découverte. « Plus que se couper du monde, il s'agit avant tout de s'ouvrir à d'autres cultures et civilisations, d'expérimenter ; de vivre des expériences complètes, qui conjuguent recentrage et découverte », explique l'Américaine Jennifer Crisman, fondatrice de Yoga Balance, à Luxembourg. Le studio de yoga, qui vient d'ouvrir sa seconde école dans le quartier de Merl, organise ainsi régulièrement des retraites, au programme varié, qui permet d'approfondir sa pratique et de découvrir de nouveaux pays.

« La prochaine retraite se déroulera en Croatie. Bien sûr, le yoga et la méditation seront quotidiennement au programme, mais des visites sont prévues afin de découvrir les splendeurs du pays inscrites au patrimoine de l'UNESCO. Notre ambition est d'apporter diverses nourritures spirituelles à nos yogis », explique encore madame Crisman.

Les detox grand luxe

Cela va sans dire, cette nouvelle façon de voyager à un coût certain, et c'est pourquoi nombreux sont les palaces et autres établissements de luxe à développer des offres healthy afin de proposer à leur clientèle une alternative très haut de gamme aux prestations traditionnelles. Cures SPA complètes, prestations à la carte ciblées, coaching personnalisé, restauration légère, mais étoilée... Les palaces rivalisent d'ingéniosité et d'imagination pour séduire les habitués et attirer de nouveaux profils. « La marque Club Med occupe depuis sa création une position de leader. Aussi, depuis quelques années, nous avons à cœur de surfer sur la tendance healthy. Notre clientèle est très clairement en 'demande' : c'est pourquoi nous avons repensé notre offre restaurant, avec des corners 'healthy'. Nous avons également étayé notre offre avec des propositions spécifiques, à l'instar des « Amazing Weeks », qui ont connu un très grand succès en

2019 », explique Julie Hendricx, Offline Marketing Project Manager pour le Club Med. À l'origine marque fondée en 1950 et destinée aux vacances en famille, l'enseigne a pris un virage en élargissant son éventail de prestations pour ces nouveaux voyageurs. La plupart des resorts proposent ainsi désormais des alternatives sans gluten, sans lactose, des bars à jus de fruits. Aux complexes familiaux historiques, certains resorts quant à eux ciblent une clientèle spécifique : certains, par exemple, sont interdits aux enfants. « Notre ambition première est de satisfaire à 100 % notre clientèle, voire au-delà. Notre offre est en perpétuelle évolution. »

Dans cette catégorie, l'un des plus beaux exemples de réussite reste à n'en pas douter La Réserve Ramatuelle, qui fait partie depuis peu du cercle très fermé de palaces français (24 établissements, ndlr.). Complexé construit dans les années 70, revu et corrigé par l'architecte Jean Michel Wilmotte, La Réserve offre une parenthèse de quiétude, bien loin de l'excitation du centre de la rutilante Saint-Tropez. La nature y est omniprésente, grâce aux immenses baies vitrées qui offrent une vue imprenable sur la Méditerranée. Deux piscines, une intérieure et une extérieure, un restaurant étoilé qui propose une alternative healthy et surtout plusieurs programmes personnalisés ont été pensés en collaboration avec la marque de cosmétiques suisse Nescens, pour satisfaire sa clientèle à la recherche du bien-être, et notamment la cure « Mind and Body Nescens », qui offre une approche globale agissant en synergie sur toutes les dimensions du bien-être, pour une reconnexion totale avec soi-même et avec les éléments naturels.



Au programme, consultation avec un ostéopathe et un coach sportif pour établir une cure ultra personnalisée, soins à la carte au spa Nescens, marche d'oxygénation dans la garrigue, cours de Pilates et de yoga – face à la mer – en one-to-one et menus détox ultra légers mais nourrissants (l'alcool et les excitants sont bien entendu bannis durant le temps de la cure : trois ou six jours, ndlr.), mitonnés par le chef Éric Canino... « Nous avons débuté les offres wellness avec le Bootcamp, mais très vite la demande de cures moins intensives, plus axées sur la médiation et le bien-être s'est fait ressentir. Parmi nos habitués, nous retrouvons également des locaux qui viennent se couper de leur quotidien, de la pression, dans notre établissement. Développer un tel programme qui conjugue luxe, bien-être et sérénité nous est apparu comme une évidence », nous a confié Véronique Grange, directrice adjointe de La Réserve Ramatuelle.

Vivre des expériences complètes

Profiter de séjours délassants mais se payer des expériences sensationnelles et uniques séduit également ces voyageurs. Et ce n'est pas LuxairTour

qui nous contredira sur ce point. Depuis octobre, l'enseigne de voyage luxembourgeoise a en effet ouvert une ligne vers Ras Al Khaimah, la nouvelle destination hype des Emirats arabes unis. Leur cible ? Trois profils de voyageurs : les aventuriers actifs, les adeptes de culture et les amateurs de luxe et de wellness. Leur ambition est ainsi de proposer une destination attrayante à une clientèle à la recherche de culture authentique et d'expériences arabes naturelles. « Nous souhaitons développer le tourisme local, inviter les touristes à s'imprégner de la culture et des mœurs locales et découvrir notre patrimoine archéologique. Nous voulons également attirer les amateurs de sensations fortes, de sports extrêmes, avec des pistes de randonnées, des camps en montagne. Nous possédons en outre la plus grande Tyrolienne au monde ! », avait en effet confié le Directeur de Ras AlKhaimah Tourism Development Authority, M. Shaji Thomas, lors de l'annonce des vols Luxair réguliers à destination de Ras Al Khaimah.

NEWS CULTURE

GODEFROY GORDET

**FILM INTERNATIONAL**

MA VIE AVEC JOHN F. DONOVAN, **de Xavier Dolan**

Avec Kit Harington, Jacob Tremblay, Kathy Bates, Susan Sarandon, Natalie Portman

Inévitablement, le dernier Dolan est à mettre sur votre to do list de ce mois de mars. Projeté au Festival de Toronto en novembre 2018, le septième long métrage du réalisateur canadien a fait l'objet d'une grande attente, c'est peu dire. Soutenu par un casting super clinquant, *Ma vie avec John F. Donovan* s'attarde sur la correspondance épistolaire qu'entretenaient, jadis, une vedette de la télévision américaine et un jeune garçon devenu lui-même comédien. Sous une esthétique super soignée, à en croire la bande annonce, l'intrigue semble jongler autour de deux temporalités et deux rapports distincts à la célébrité.

Où Le 13 mars 2019

- FILM LUXEMBOURGEOIS -

Sawah, de Adolf El Assal



Produit par Wady Films (LU),
Caviar Films (BE) et Film Clinic (EG)

Adolf El Assal s'est fait connaître à la présentation de son film *Divizionz* au Festival de Berlin en 2008. Fort d'un succès critique puis public avec la sortie de *Les Gars* en 2013, le réalisateur luxembourgeois change de registre avec *Sawah*, un film entre autobiographie et récit initiatique, une comédie ouvrant au débat. Dans *Sawah*, on suit les pérégrinations de Skaarab, un DJ du Caire, invité à jouer le concert de sa vie à Bruxelles qui va finalement se retrouver coincé au Grand-Duché de Luxembourg, un pays dont il n'a jamais entendu parler...

Où Sortie nationale le 20 mars 2019

LIVRE BROCHÉ

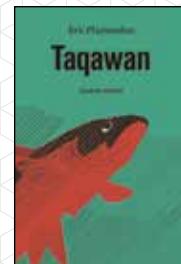
PICCOLO TEATRO DE JOSÉE HANSEN



Dans *Piccolo Teatro*, ce sont deux ans de rencontres théâtrales au Luxembourg qui se succèdent comme un medley de témoignages de ces théâtreux de tous bords. On y lit d'intimes conversations avec les acteurs, metteurs en scène, auteurs, dramaturges, scénographes ou costumières, ces grands noms du théâtre du petit Luxembourg. Josée Hansen et Éric Chenal nous permettent par ce livre de découvrir l'évolution du théâtre au Luxembourg mais aussi l'envers du décor d'une «nouvelle» scène qui n'a pas à rougir des autres...

OI Éditions d'Lëtzebuerger Land

LIVRE POCHE



TAQAWAN, D'ÉRIC PLAMONDON

Gratifié du prix littéraire France-Québec, ce dernier ouvrage de l'écrivain Éric Plamondon, qui s'est construit une belle notoriété depuis la sortie de son livre *Mayonnaise, est une merveille!*

Dans *Taqawan*, l'auteur canadien pose son récit autour des événements du 11 juin 1981, «la crise du saumon de Restigouche», durant lesquels 300 policiers de la Sûreté du Québec sont venus retirer leur droit de pêche ancestral aux indiens mig'maq. C'est une histoire de lutte, de pêche et d'amour qui s'ensuit attisée par des personnages forts et d'un mix entre faits historico-politiques avérés et une ambiance style roman noir.

OI Éditeur LGF, Livre de Poche

ALBUMS



LANA DEL REY – NORMAN FUCKING ROCKWELL

Cinquième album studio pour l'Américaine, *Norman Fucking Rockwell*, enregistré par Jack Antonoff (Taylor Swift, Lorde), devrait sortir fin mars si tout va bien. Il est toujours possible de douter du savant teasing de ces «popstar absolue».

Ce qui est certain c'est que les quelques singles déjà parus, tels que *Mariners Apartment Complex*, *Venice Bitch* et *Sylvia Plath*, sont bouleversants sans pour autant bousculer l'ADN musicale établie dans le passé par la chanteuse. Et tant mieux !

OI Le 29 mars / POP

HOZIER – WASTEDLAND, BABY!

Hozier c'est cet Irlandais irrésistible à la voix venue d'ailleurs qui nous a sorti l'énorme carton *Take Me To Church*, il y a quelques années. La recette est efficace, pourtant, il aura fallu 5 ans au chanteur pour écrire ce second album studio. *Wastedland, Baby!*, publié chez Columbia, reprend les codes du premier album en injectant d'autres subtilités vocales, des références pop d'un autre temps et un côté plutôt lyrique.

OI Le 1^{er} mars / POP

ACTU LOCALE

LUXFILMFEST 2019

Cette année, le LuxFilmFest pour sa 9^{ème} édition met l'accent sur l'humour et la couleur, à l'image du visuel phare de cette édition, une photo de Marion Gambin, tirée de sa série sur la ville de «Sun City» en Arizona. Pour le reste, on retrouvera une fois encore une programmation dite «riche et éclectique» et on pourra à nouveau vagabonder d'un cinéma de la capitale à l'autre, d'un film au suivant, pour finir au Pavillon VR du camp de base du festival situé au Casino du Luxembourg, ce dernier, positionné, une seconde fois, comme partenaire majeur du festival.

OI Du 7 mars au 17 mars 2019

Sali Muller, « l'art est un puissant anxiolytique »

Sali Muller développe depuis plusieurs années un travail d'installations riche en scepticisme et ironie qui gravite entre l'idée, l'espace et les matériaux. Formée en France, à l'université de Strasbourg, puis en Allemagne (à son retour à Luxembourg), elle investit un ancien garage de mécanicien qu'elle transforme en atelier d'artiste. L'espace 21Artstreet établi à Kehlen est ainsi né en 2013 et évoluera en parallèle de la carrière de l'artiste luxembourgeoise. Pleinement intégrée au monde de l'art contemporain du Grand-Duché, ses frontières et au-delà, Sali Muller voit à présent son travail hébergé au sein de plusieurs structures institutionnelles (Musée d'Art Contemporain IKOB, Museo d'Arte Contemporanea de Lissone) et exposé un peu partout, notamment chez Nosbaum & Reding cet été.

GODEFROY GORDET



OI SALI MULLER, *TIMEnews*

Dès vos débuts, vos pièces diffusent un message politico-social engagé, voire critique. À l'image de plusieurs de vos premières pièces, qui reflètent chacune d'elles l'entrave à la communication, l'impossibilité de l'anonymat, les relations interpersonnelles, la manipulation des réseaux sociaux... Pouvez-vous décrire votre approche ?

L'installation vidéo *Polls of vanity* joue sur l'inéluctable passage du temps, l'éphémère et l'évanescence des créations individuelles, sociales et politiques. *Black Mouse* trouve sa singularité dans une double signification : elle souligne l'originalité d'un individualisme sans compromis face à l'anonymat d'Internet tout en montrant l'aliénation qu'un individualisme forcené peut générer dans la société actuelle. *Walls Have Ears* commente l'idée de la communication, en explorant la notion d'écoute et de surveillance dans le champ élargi de la société contemporaine.

The Moment in Time reflète l'augmentation graduelle de la perte des relations interpersonnelles, ainsi que le détachement du monde réel. Tandis que l'installation *Network* déconstruit l'idée de communication.

Dans votre pièce *Écriture sans fin*, vous parlez même d'une « société hypocrite et insouciante »...

Utiliser l'incisive est nécessaire pour que le message soit compris ?

La pollution environnementale est un problème qui doit être pris au sérieux ; malheureusement, la majorité des pays ne le font pas. Le manque d'intérêt économique pour renoncer à la production traditionnelle d'énergie nous montre l'ironie derrière les discours actuels. L'œuvre *Écriture sans fin* signale de manière cynique la déraison de l'utilisation irresponsable de l'énergie.

L'art peut-il être un puissant anxiolytique ?

L'art est en effet un puissant anxiolytique me permettant de supporter les dérives du monde moderne, ainsi que l'angoisse de perdre ma propre identité. L'installation lumineuse *Even in the blackest night* en est un très bon exemple, car elle place le spectateur dans une ambiance angoissante, entourée d'ampoules peintes en noir et rassure ensuite, par le biais d'une unique ampoule qui brille au milieu des autres, dans l'obscurité.

OI SALI MULLER,
TOOBROKEN

À DÉCOUVRIR

Du 13.06 au 3.08.19
Spiegelungen
 Gallery Nosbaum Reding
 Luxembourg



Dans une autre phase de votre travail, par le biais de miroirs, vous déclinez une série de pièces utilisant les notions de visible et d'invisible, de déconstruction et perte de l'identité, la représentation de soi et la non-existence...

Qu'est-ce qu'«être» pour vous ?

Il est très important de souligner son individualisme face à un anonymat de plus en plus présent. Ces œuvres appellent à la réflexion et sont construites, ce n'est pas un hasard, sur la base de miroirs travaillés de manières différentes et qui, pour la plupart, ne reflètent rien. Les œuvres, fondées sur des miroirs, reflètent un aspect de mon travail, au travers duquel je m'interroge sur la subjectivité de notre perception. Je choisis ainsi le miroir comme point de départ d'une histoire du non-reflet. Via mes œuvres intégrant des miroirs dysfonctionnels, je rends palpable la possibilité de remettre en question notre culture du visuel.

Pourquoi cette obsession du miroir ?

Depuis la Renaissance, le miroir symbolise la beauté éphémère et la vanité de toute entreprise profane. Outre ces dimensions qui peuvent frôler le macabre,

il est fréquemment mis en relation avec la distorsion du temps et de l'espace. Sa face réfléchissante renvoie des images démultipliées aux perspectives plurielles, que l'esprit pourrait en principe penser à l'infini. Mes pièces *Face à Face*, *The State of Becoming Invisible*, *Crystal Clear*, *Pro & Kontra*, *The Missing Part*, *I see you looking back at me*, *Blackout*, *The Imperceptible Self*, *Too Broken to Pretend not to be*, ou encore *Die Neigung*, parlent d'une déconstruction de l'identité de chacun, d'une dissolution de l'image renvoyée, d'un éloignement face à la représentation de soi ou encore d'une perte d'identité. La décomposition de l'image renvoyée par le miroir ou, plutôt, l'impossibilité d'y saisir un reflet de soi est pour moi une question fondamentale.

Votre travail s'attarde finalement sur l'individu face à lui-même et à son environnement. N'y a-t-il pas là une sorte d'introspection ?

Tout à fait. Mon art examine notamment la façon dont nous nous éloignons de la nature et de la représentation de nous-mêmes. En face des œuvres, nous ne

nous voyons plus avec netteté, nous nous percevons tout de même, mais de manière floue. À défaut d'un reflet net et lisse, nous sommes confrontés à ce qu'il en reste ou à ce qu'il y a au-delà. Mes travaux sont une réflexion sur le thème de l'orgueil ou sur son exacerbation qu'est le narcissisme – impossible, pour les observateurs, de se plonger dans leur propre reflet.

Entre cynisme, paradoxes visuels et quête de soi, votre travail nous semble ressembler à une sorte de manifeste humaniste. Comment le décririez-vous ?

Par la parbole :
 « Le Monde de l'Autre Côté du Miroir ».

Médée Chérie de Yasmine Chami : l'Art de la rupture

Connaissez-vous le mythe de Médée ? La traîtresse, la magicienne, la femme bafouée, meurtrie, celle qui a inspiré les plus grands dramaturges comme Corneille ou Anouilh ? Cette fois, c'est une Médée contemporaine qui renaît de ses cendres aux Éditions Actes Sud. Ce court roman très poétique est signé Yasmine Chami.

AGATHE RUGA



OI Éditions
Actes Sud

OI ©Khalil Nemmaoui



Elle est artiste, elle est mère, elle est épouse.

Rien ne semble contrarier l'ordre de son existence.

Et pourtant, un jour dans un aéroport, dans ce lieu totalement froid et impersonnel, son mari la quitte. Il l'abandonne comme on abandonne un enfant dans les contes : « Je reviens », dit-il, et elle attend des heures debout sur le carrelage froid, dans le brouhaha des voyageurs. Jusqu'à ce que ses enfants, adultes, prévenus par leur père, la recueillent à l'aéroport.

Médée refuse toute aide, tout dialogue, même avec son fils Adam qu'elle aime tant. Elle s'enferme dans une chambre d'hôtel, sa peine est immense mais elle la purge en silence. La question qu'elle se pose n'est pas pourquoi — car au fond d'elle, elle le sait, son mari part sûrement pour une autre, plus jeune, plus désirable, un nouveau terrain à conquérir — mais plutôt comment, comment faire pour renaître après une telle histoire d'amour. « J'ai donné les clefs de ma vie à cet homme rencontré trente ans plus tôt, il me les a rendues, mais je ne sais plus m'en servir. » Dans la douleur et la stupéfaction, Médée revient sur leur rencontre, puis sa vie de femme et d'artiste. Car Médée est sculptrice. Depuis toujours, elle modèle le marbre et s'écorche les doigts en représentant la tension des corps. Au début de son mariage, elle s'était aménagé une pièce dans les combles de la maison,

“

**PLUS QU'UNE HISTOIRE DE RUPTURE,
CE ROMAN EST UNE POÉSIE,
UNE ODE À LA VIE. LES MOTS,
LES PHRASES ET LE RYTHME SONT
D'UNE BEAUTÉ À COUPER LE SOUFFLE**

”

pouvant ainsi répondre à ses devoirs d'épouse. Lorsque ses deux premières filles sont nées, elle a mis sa carrière de côté, mais pour Adam, le petit dernier, elle a réussi à allier les deux, et c'est Adam aujourd'hui qui, chaque jour, la soutient et vient lui déposer une boule de pâte à modeler devant sa chambre d'hôtel.

Au fil des réflexions et des rencontres d'aéroport, Médée va progressivement retrouver l'espoir de vivre, grâce, encore et toujours, au pouvoir réparateur de l'Art.

Plus qu'une histoire de rupture, ce roman est une poésie, une ode à la vie. Les mots, les phrases et le rythme sont d'une beauté à couper le souffle. L'angle maternel choisi est original, car souvent toute la force créatrice des artistes est dévolue à leur œuvre. Ici, Médée est mère de famille, et comme toutes les femmes, elle concilie son travail et ses devoirs d'épouse. Mais à trop se mettre de côté, à se cacher presque pour exprimer son art sur les temps impartis, il semblerait que cela ait pesé encore davantage sur les siens.

L'ÉVÈNEMENT DU MOIS

**LIVRE-PARIS : DU 15 AU 18 MARS
PORTE DE VERSAILLES :
LE PLUS GRAND ÉVÈNEMENT
DÉDIÉ AU LIVRE EN FRANCE.**

Mars est le mois celui des retrouvailles entre les plus grands auteurs et amateurs de littérature qui se déplacent de la France entière pour se retrouver à Livre-Paris, le plus grand festival littéraire français. Cette année l'Europe est à l'honneur, car les élections européennes approchent ! Billetterie ouverte et en ligne sur livrepars.com.

QUAND LA SCIENCE SÉ FAIT BEAUTÉ

Saviez-vous que votre peau entretenait une relation très particulière avec votre cerveau ? De leurs échanges découle une pression sur l'épiderme, qui suffit à déclencher des messages moléculaires en cascade et, ainsi, active des processus cutanés sophistiqués et vitaux. Malheureusement, avec l'âge, ces échanges diminuent, ses 800 000 récepteurs sensoriels s'amenuisent, les messages passent au ralenti.



Destinée aux peaux normales et mixtes, la Crème Lissante Anti-Rides s'utilise de jour comme de nuit.



Les peaux sèches choisiront sa version riche et onctueuse : la Crème Lissante Anti-Rides Enrichie.



Formulée pour les peaux citadines, la version Day Cream déploie un SPF 25, véritable ombrelle anti-UV, mais aussi un bouclier invisible qui fait barrière au pollen.

Fort de ce constat, Shiseido a travaillé main dans la main avec le CRBC du Massachussets General Hospital, à Harvard, afin de comprendre ces mécanismes et de décrypter les interactions entre le cerveau et la peau, et fait ainsi entrer le soin dans une toute nouvelle dimension : BENEFIANCE.

UNE GAMME INSPIRÉE DE LA NEUROSCIENCE

S'appuyant sur la ReNeura Technology™, capable d'optimiser la détection et la transmission des messages par le biais de la peau, la gamme BENEFIANCE associe des actifs anti-âge à la pointe des connaissances scientifiques. Résultat ? La peau s'affiche visiblement plus jeune, lisse et plumpy.

DES RÉSULTATS EN DEUX SEMAINES, SEULEMENT !

Grâce à une formule unique, qui protège l'intégrité de la peau et la membrane basale, BENEFIANCE estompe visuellement les rides et redonne à la peau son aspect frais et rebondi en deux semaines seulement. Un miracle ? Non, juste un cercle vertueux. Grâce à l'association de trois algues japonaises, au cœur du KOMBU-Bounce Complex, qui repulpe les rides de l'intérieur, BENEFIANCE augmente très nettement la production de Laminine-511, la protéine responsable de l'intégrité de la membrane basale. Ainsi chouchoutées, ces cellules produisent davantage de kératinocytes de haute qualité, dont le rôle est de protéger

la peau des agressions et de libérer de l'acide hyaluronique pour assurer l'effet pulpeux. Ajoutez une arme anti-UV massive, issue de l'alliance de trois actifs végétaux qui limitent la destruction des fibres élastiques dermiques par le stress et les UV, et vous obtiendrez un concentré d'actifs et de technologie, tout simplement au service de votre beauté.

BENEFIANCE
EST UN SOIN DÉCLINÉ POUR
TOUTES LES FEMMES
ET TOUTES LES SITUATIONS

UNE TEXTURE SENSORIELLE, JUSTE POUR LE PLAISIR

Avec BENEFIANCE, Shiseido réussit également le pari de faire rimer technologie et plaisir, grâce à une formule fine, qui galbe la peau, sans effet de matière ni sensation d'étouffement. Même sa formule riche sait se faire oublier, apportant juste le réconfort dont il a besoin. Enfin, fidèle aux principes de l'aromacologie, le nouveau soin BENEFIANCE déploie un parfum floral vert aux propriétés relaxantes grâce à sa délicate note d'orange douce.

SHISEIDO
GINZA TOKYO

SAVE THE DATE

N°201

09.
03

SPECTACLE
ROCKHAL



MALIK BENTALHA

À 18 ans, Malik Bentalha monte à Paris et étudie au cours Florent. En parallèle, il se produit dans les cafés théâtres parisiens tels que le Point-Virgule, où il joue ses propres sketches. Mais c'est à partir de 2010 que décolle véritablement sa carrière. Repéré par Jamel Debbouze, Malik intègre le Jamel Comedy Club, puis il poursuit son ascension en assurant les premières parties de Jamel Debbouze et de Gad Elmaleh.

Fort de cette audience, Malik décide de voler de ses propres ailes et présente son premier *One Man Show*, « *Malik Bentalha se la raconte* », qu'il joue dans les plus grandes salles de spectacles de l'Hexagone. En 2017, il revient plus affûté que jamais avec son second *One Man Show*: « *Encore* ». Avec son sens de la vanne, de l'improvisation et sa répartie, Malik nous emmène pendant 1h30 découvrir ce qui lui est arrivé ces dernières années.

OU WWW.ROCKHAL.LU

09.03**CONCERT****DEN ATELIER****BAKERMAT**

Tout a commencé par le succès planétaire de *One Day* en 2013 et, depuis, Bakermat n'a cessé de séduire le public à travers le monde et de se faire une place de choix dans le monde de l'électro avec ses morceaux enivrants ornés de sons suaves aux accents saxophonistes.

Le DJ et producteur hollandais mélange musique électronique, house music et techno, le tout produit dans un style minimaliste et avec des influences de jazz et de soul. Il sera de passage au Luxembourg pour un set exceptionnel qui devrait enflammer à coup sûr la salle de Den Atelier.

○I WWW.ATELIER.LU

09.03**SPECTACLE****CASINO 2000****CAMILLE LELOUCHE**

Sa petite taille et ses grands yeux font tout son charme, mais Camille Lelouch est loin d'être inoffensive. Entre interprétation de personnages et performances musicales, elle vous offre un «one woman show» nouvelle génération. Moderne et complètement habillée par ses personnages, Camille passe du chant à la comédie avec une aisance naturelle qui vous donne envie de rentrer dans son univers. Pour la découvrir elle nous donne rendez-vous à Mondorf pour un spectacle qui s'annonce bouillant.

○I WWW.CASINO2000.LU

15.03**CONCERT****LA BAM****HYPHEN HYPHEN**

À seulement 24 ans, ces trois jeunes artistes à l'énergie survoltée affichent déjà un joli palmarès: un premier album, *Times*, et une Victoire de la Musique en 2016 dans la catégorie «artiste révélation scène de l'année», prix confirmé par leur tournée européenne de plus de 200 dates. Le groupe vient de sortir son deuxième album, *HH*, déjà honoré par la critique !

○I WWW.CITEMUSICALE-METZ.FR

16.03**CONCERT****PHILHARMONIE****ROKIA TRAORÉ**

Deux grandes voix qui rendent plus actuelles que jamais des traditions musicales ancestrales : Rokia Traoré et Mariza ont en commun une élégante signature vocale et une intense présence scénique. Le 16 mars, pour sa première apparition à la Philharmonie, la chanteuse malienne invite les spectateurs du Grand Auditorium à une exploration musicale entre chants classiques bambara et chansons françaises, accompagnée par des instruments traditionnels et un chœur de femmes. La diva portugaise fait quant à elle son retour les 23 et 24 mars, apportant son inégalable répertoire mêlant le fado le plus pur à des sonorités pop ou jazz. En mars, nul besoin de passeport, le voyage est à seulement deux places de concert...

OI WWW.PHILHARMONIE.LU

N°201

16.03**CONCERT****ROCKHAL****ZAZ**

ZAZ est de retour sur scène pour présenter son 4^{ème} album qui sortira à l'automne prochain. Sa musique aux multiples facettes, emmenée par son timbre de voix unique et son énergie débordante, enflammera à nouveau les salles. Un show à ne pas manquer autour de ses nouveaux titres et de ses tubes incontournables qui ont fait le tour du monde.

OI WWW.ROCKHAL.LU

**SALON DU VINTAGE**

Avec plus de 150 exposants sur 3 000 m², le Salon du Vintage vous proposera le temps d'un week-end le meilleur du mobilier design, de la décoration ou encore de la mode. Au programme, des accessoires, du mobilier, des vinyles, des voitures classiques, du rétrogaming, des créateurs, des motos... et bien plus encore. Une occasion unique de venir «shopper» des pièces que vous ne trouverez pas ailleurs. Cette année, une exposition sera d'ailleurs consacrée à la thématique «Objets iconiques des années 70 aux années 90» afin de vous faire replonger dans ces trois décennies devenues cultes. Placé sous le signe de la nostalgie et du shopping, le salon sera rythmé par de nombreuses animations : barbier, tatoueur, coiffure, make-up, dégustations, mixologie, danses...

OI WWW.SALONDUVINTAGE.COM

**16 &
17.03****SHOPPING****LUXEXPO**

16.03 au 16.06

EXPOSITION

VILLA VAUBAN

PLAKEG ! LE NU AUTOUR DE 1900

Vers la fin du XIX^e siècle, un changement profond s'opère dans la conception du nu. Une génération de jeunes artistes avant-gardistes entend rompre avec les traditions académiques de la représentation du corps nu : pour leur création, ils remplacent les copies d'après les statues antiques et les modèles en poses figées par des personnes – surtout des femmes – faisant partie de leur environnement personnel. L'exposition met l'accent sur des peintures, dessins et œuvres graphiques de l'artiste allemand Lovis Corinth mais également de certains contemporains comme Albert Weisgerber, Max Slevogt, Hans Purmann, Auguste Renoir, Auguste Rodin ou encore Edgar Degas. En complément, elle propose des photographies anciennes qui, à l'époque, ont influencé l'étude du nu.

oir WWW.VILLAVAUBAN.LU

20, 21 & 22.03

THÉÂTRE

GRAND THÉÂTRE

OI PHOTO: PASCAL GELY



LE TRIOMPHE DE L'AMOUR

Une belle équipe s'est reconstituée pour cette pièce de Marivaux, celle du *Bourgeois gentilhomme*, proposée il y a quelques saisons au Grand Théâtre, avec Denis Podalydès à la mise en scène, Christophe Coin au violoncelle, Eric Ruf à la scénographie et Christian Lacroix aux costumes. Si Marivaux s'est imposé avec ses comédies, Denis Podalydès affirme qu'il a toujours eu Racine en tête, avec ses passions et leur jeu impitoyable. Dans cette pièce, il regarde de tout près comment agit le désir amoureux. Le langage en est le champ de bataille. Chez Marivaux, il n'y a pas d'amour heureux : l'amour-propre, l'orgueil humain, l'inconscient, conduisent le cœur et se jouent de la raison.

oir WWW.THEATRES.LU

The poster features a woman singing into a microphone, with the text 'opderschmelz' in a diagonal banner. The main title 'WE LOVE GIRRLS!' is in large white letters, with 'AVRIL 2019' below it. Four event details are listed with small images:

- 01.04.19 ~ 20H00**
INDEPENDENT LITTLE LIES - ILL LOVE, DEATH AND POLAR BEARS
CATHERINE ELSEN
One-Woman Show
- 03.04.19 ~ 20H00**
SITTA
PART OF ME CD RELEASE
Urban Soul with Persian spice
- 24.04.19 ~ 10H15 & 13H00**
MALAÏKA
WIDESIDE PROJECT
Conte & performance art
- 29.04.19 ~ 19H30**
REUT REGEV'S R-TIME KEEP WINNING
Jazz night with Israeli trombonist & composer Reut Regev

Centre Culturel Régional Dudelange
1A, Rue du Centenaire,
L-3475 DUDELANGE
www.opderschmelz.lu

DUDELANGE
VILLE DE DUDELANGE

**23.
03****SPECTACLE
ROCKHAL**

N°201

**LE LAC DES CYGNES**

L'Opéra de Tcheliabinsk présente *Le Lac des Cygnes*, l'un des plus grands chefs-d'œuvre classique, accompagné d'un orchestre, pour une grande tournée européenne au printemps 2019. Joyau du répertoire classique, ce ballet nous fait vivre l'histoire d'amour romanesque entre le Prince Siegfried et la princesse Odette, prisonnière d'un sort : se transformer en cygne le jour, et redevenir femme la nuit. Devant les fourberies du sorcier et de sa fille, le Prince parviendra-t-il à libérer sa promise ? Entre duos poétiques et chorégraphies enlevées, les brillants danseurs de l'Opéra de Tcheliabinsk enchaîneront ainsi *Pas espagnols*, *Mazurka*, et l'incontournable *Danse des petits cygnes...* Symbole du ballet romantique, *Le Lac des Cygnes* explore les méandres de l'amour éternel et continue de séduire des générations de spectateurs.

OI WWW.ROCKHAL.LU

23.03**OPÉRA****CENTRE DES ARTS
PLURIELS ETTELBRUCK****LES NOCES
DE FIGARO**

Créé à Vienne en 1786, *Le Nozze di Figaro*, inspiré du Mariage de Figaro de Beaumarchais, marque le début de la collaboration entre Mozart et le librettiste Lorenzo de Ponte, qui se poursuivra avec *Don Giovanni* et *Cosi fan tutte*. L'œuvre est menée tambour battant au fil des péripéties qui servent à la perfection l'équilibre des quatre actes. Mais derrière l'humour et le piquant des situations, Mozart sonde les âmes et les coeurs et verse une indicible nostalgie sur ces jeux de l'amour et du hasard.

OI WWW.CAPE.LU

30.03**DANSE****CENTRE DES ARTS
PLURIELS ETTELBRUCK****BOUNCE !**

Bounce ! traite joyeusement de l'échec, une expérience universelle qui peut devenir le point de départ imprévu d'une aventure à rebondissements ! Un quatuor s'installe dans l'espace, les musiciens s'accordent, les danseurs s'échauffent. Les gestes sont fébriles, incertains... Et si tout ne se passait pas comme prévu ? Stimulés par l'obstacle, les interprètes vont tour à tour se bousculer, danser, murmurer, s'énerver, jouer... Ils ne cesseront de chercher de nouveaux moyens pour aller toujours de l'avant. Réhabilitons l'échec, booster officiel de l'imaginaire ! Dans cet opus adressé au jeune public et plus largement à toute la famille, la Compagnie Arcosm poursuit son travail sur la transversalité artistique, les passerelles entre danse et musique, corps en son et en mouvement.

OI WWW.CAPE.LU



ACTION FESTIVAL DU MEUBLE

OUVERTURE LES DIMANCHES 24 ET 31/03 DE 14H À 18H

Avec Camber, vous allez adorer ranger ! Découvrez notre action Festival du Meuble* et mettez votre projet entre de bonnes mains. Depuis plus de 24 ans, l'équipe Camber vous conseille, vous inspire et vous accompagne dans le choix et la réalisation de vos rangements sur mesure.

*Voir conditions en showrooms.



Placards sur mesure - Dressings - Bibliothèques - Meubles Tv - Et Plus Encore...

camber®

MORE SPACE
FOR YOUR PLACE

camber.lu

Route d'Arlon 184, 8010 Strassen - Luxembourg - (+352) 27.84.84.80



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



Société

LA FOLIE MARIE KONDO DÉCRYPTÉE

Et vous, où en êtes-vous avec le rangement ?

Grâce à son livre (paru en 2011) puis sa série sur Netflix, la Japonnaise nous a définitivement réconciliées avec le tri et l'ordre (et il y avait du travail).

**On vous explique pourquoi
Marie Kondo est devenue une star.**

Mode / Conseils Mode



Beauté / Soins

DÉCOUVREZ QUEL EST LE TIPS BEAUTÉ DE TOUTES LES INSTAGRAMMEUSES !

Un étonnant rouleau disponible en deux versions (l'une en jade et l'autre en quartz rose), créé par une Liégeoise. Pourquoi a-t-il autant de succès ?

Nous sommes allées à la rencontre de Anne Laurent, fondatrice de l'eshop Ananda.be.

LE PRINTEMPS EST LÀ !

Le compte à rebours est sérieusement entamé et nos envies d'envoyer valser toute notre penderie est de plus en plus furieuse. On vous dévoile quelques pièces incontournables pour réapprendre à aimer votre dressing !

N°201

CES FÈVES, J'EN FAIS QUOI ?

Légume primeur annonçant le retour des beaux jours, les fèves sont aussi gourmandes que gorgées de bienfaits. Comment les préparer, et les accomoder? On vous dévoile tous nos secrets et nos recettes!

Beauté / cheveux

L'AVIS DE LA RÉDAC EST DÉSORMAIS ONLINE

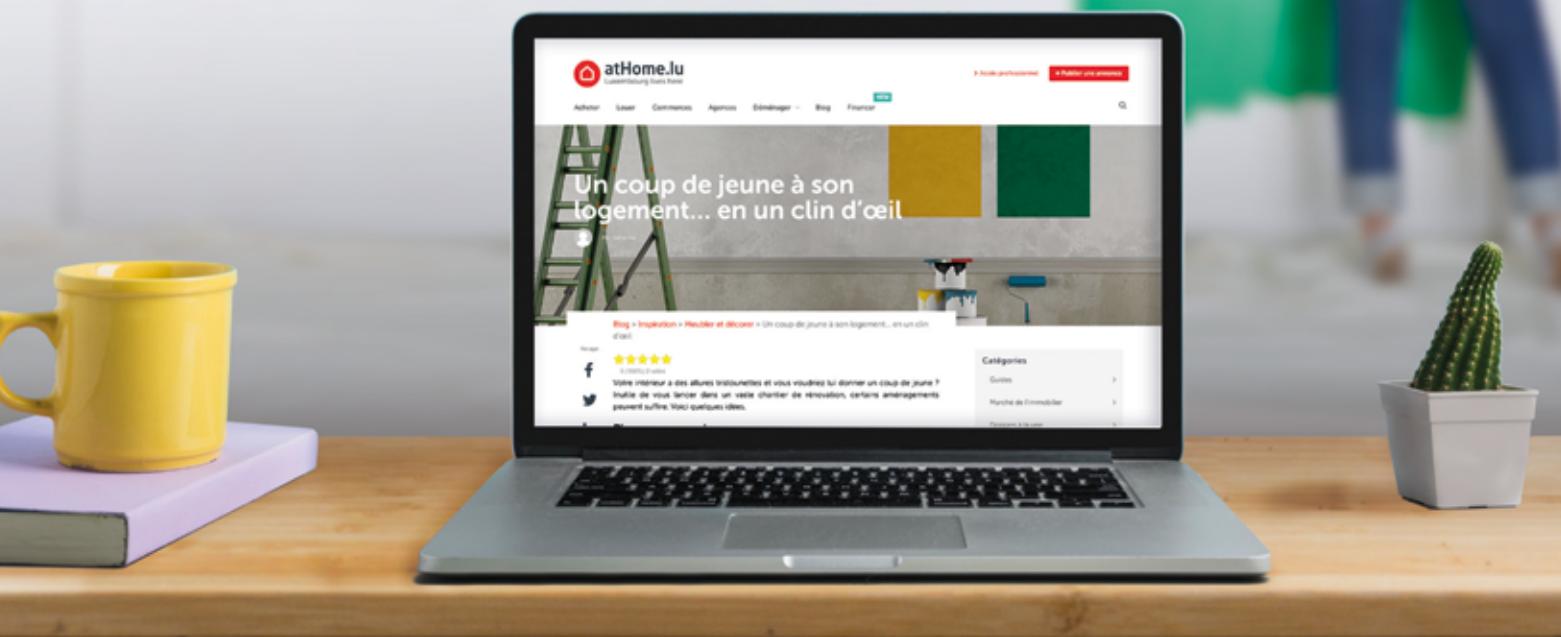
Votre rubrique préférée du magazine arrive sur www.femmesmagazine.lu. Pour sa première édition, les filles de la rédac testeront Le Spray Volume Hair Rituel by Sisley... et nous vous réservons une belle surprise! Rendez-vous le 1^{er} mars sur notre site!

Food / Astuces



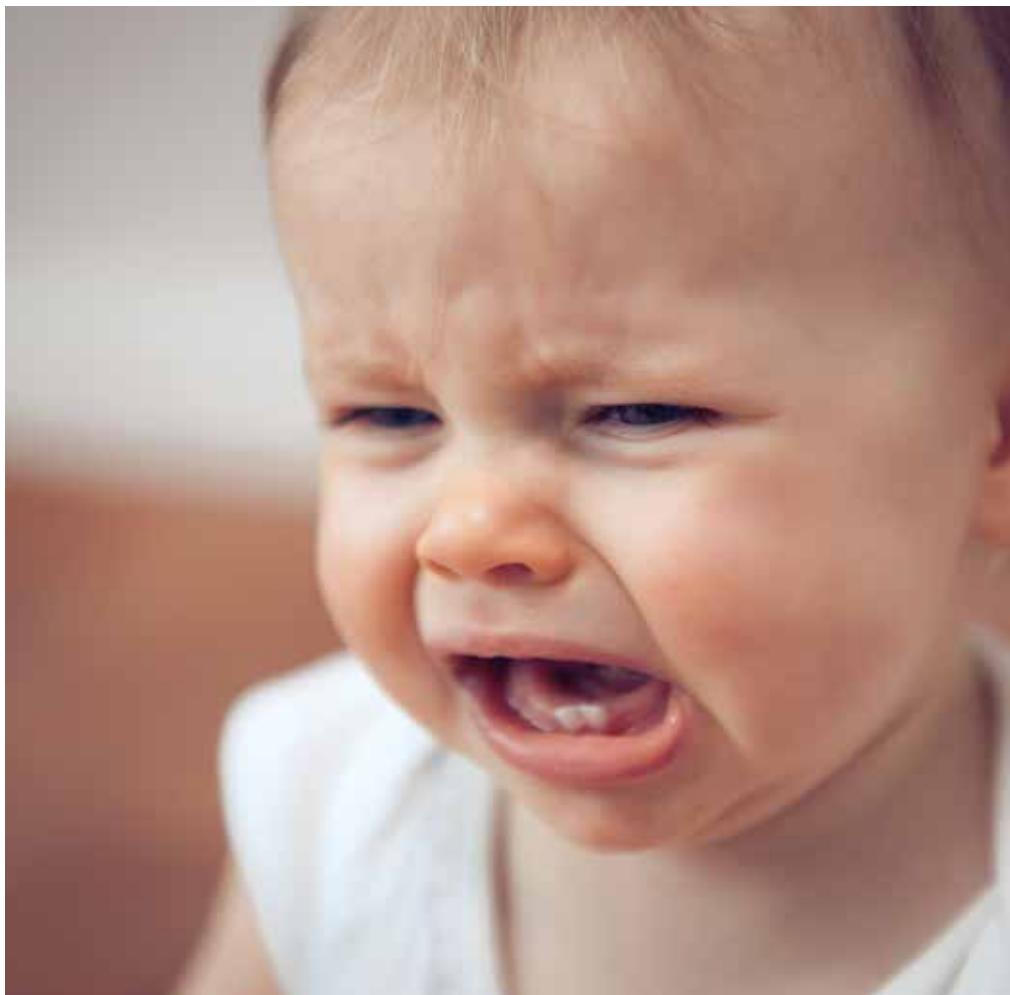
Conseils, guides, tendances déco...

atHome.lu vous accompagne
dans votre projet immobilier !



atHome.lu
Luxembourg lives here

BURN-OUT PARENTAL, quand les parents craquent



N°201

Si votre amie qui prônait la loi française anti-fessée prend l'habitude de gifler son enfant pour des raisons qui vous échappent, il est temps de lui en toucher deux mots.
Fatigue extrême, irritabilité, lassitude... les parents peuvent être en proie à des sentiments bien éloignés de l'amour qu'ils portent à leurs enfants.
Comment le doux rêve de fonder une famille peut-il se transformer en cauchemar?

AURÉLIE HANTZBERG

Petit à petit, la routine d'Amel et Serge, pourtant si bien huilée, va devenir invivable. À la naissance de leur deuxième enfant, ils vont sombrer dans ce qu'ils nomment désormais en souriant « la vie de zombie », car c'est le rythme effréné des journées qui va leur faire perdre pied. « Fournir deux fois plus d'énergie avec deux fois moins de sommeil », c'est ce qu'ils retiennent de l'année passée. Bien qu'Amel ait réduit son temps de travail, elle ne se sent pas pour autant disponible pour « bien s'occuper » de ses enfants ou du moins s'en occuper comme elle le voudrait.

« J'avais l'impression d'être une machine, une sorte de robot ménager. J'avais même du mal à m'assoir pendant les repas. Je me sentais débordée quoi que je fasse, et tout ça sans pouvoir me poser pour jouer avec mes enfants. » Un soir, son fils lui réclame de l'attention alors qu'elle s'épuise à ranger le salon, elle le pousse, il perd l'équilibre et tombe. Ce sera pour cette famille l'élément déclencheur : elle aurait pu le blesser. « Sa tête n'est pas passée loin de la table basse, j'avais juste envie qu'il se taise, je ne supportais plus de l'entendre », déclare-t-elle encore éprouvée. Amel et Serge choisiront de partager leur mal-être avec une personne neutre plutôt qu'avec leurs amis ou leur famille, « On s'est dit que nos parents ne comprendraient pas, ils nous ont élevé dans des conditions bien plus dures. On ne voulait pas non plus être jugés par nos amis qui s'en sortent mieux. » Leur médecin généraliste sera leur planche de salut. Ils comprendront alors qu'ils ne sont pas un cas isolé et que ce phénomène porte un nom : le burn-out parental. Le terme décrit un syndrome psychologique précis : le stress chronique (voire la dépression) lié au fait d'être parent.

“

Au départ on pense que c'est juste passager, une période de fatigue. Et puis on se rend compte que ça fait des mois qu'on y arrive plus mais surtout qu'on a plus envie de s'occuper des enfants

”

Craquage pour tous

Quels que soient l'âge, la catégorie socio-professionnelle ou le nombre d'enfants... le burn-out semble s'attaquer à tous types de parents. Les plus jeunes peuvent rencontrer des difficultés liées à leur manque d'expérience ou encore au trouble identitaire que la naissance d'un enfant peut engendrer. L'âge de la première grossesse étant de plus en plus tardif, le chérubin arrive dans une routine sociale et professionnelle déjà bien rôdée. Les novices doivent apprendre à jongler avec une nouvelle identité, celle de parents... et elle prend beaucoup de place ! Les pères et mères plus âgés ne sont malheureusement pas en reste. L'adolescence reste une période de conflits pendant laquelle même les plus chevronnés peuvent perdre le nord. À l'extrême, certains parents sont victimes de leur enfant « adolescent » qui tarde à couper le cordon et empiète sur leur vie de seniors. Pas de parents types ? Moïra Mikolajczak, professeure à l'Institut de recherches en sciences psychologiques à l'Université Catholique de Louvain (Belgique), décrit tout de même un profil à risque : « Malgré nos

hypothèses de départ, qui portaient sur les jeunes parents, les familles avec deux enfants de moins de cinq ans semblent particulièrement vulnérables. Les parents à mi-temps semblent aussi plus exposés, ils ne peuvent pas s'échapper dans leur vie professionnelle, ils ont la tête dans le guidon. »

Le bout du tunnel

La honte. C'est souvent l'entrave principale à l'appel au secours. Les parents ont l'impression qu'ils vont être jugés et que l'on va remettre en cause leur capacité à élever ou, pire, à aimer leur enfant. Moïra Mikolajczak et sa conceuse Isabelle Roskam ont réalisé une enquête internationale sur le sujet, impliquant 18 000 parents de 30 pays différents. Elles constatent une évolution positive dans la prise en charge des parents. « Aujourd'hui le tabou se lève, les parents consultent plus qu'au début de nos recherches en 2015, mais surtout ils consultent plus tôt. Lors de la première consultation, ils sont dans une situation de burn-out parental moins sévère qu'auparavant. » Le choix de la personne à qui ils vont s'adresser est primordial. Neutre et expérimenté, le psychothérapeute sera un véritable allié pour les remettre sur les rails. Vider son sac, relâcher la pression en racontant son histoire... et rééquilibrer la balance ! Pour la professeure Moïra Mikolajczak, le bien-être parental résulte d'un équilibre fragile entre des facteurs générateurs de stress et des facteurs ressources qui temporisent et apportent du bonheur dans la sphère familiale. Quand les facteurs aggravants prennent le dessus, les parents sombrent.



N°201

En thérapie, ils apprendront à identifier les « éléments stresseurs » et définiront un plan d'attaque pour les combattre. Pour Moïra Mikolajczak, il faut d'abord s'atteler aux difficultés sur lesquelles les parents peuvent avoir une action immédiate, et non pas sur des éléments qui ne relèvent pas de leur volonté (par exemple une perte d'emploi ou des problèmes financiers). La professeure belge identifie deux types de perspectives : des changements d'ordre « quantitatif » (réduire les activités extrascolaires - laisser les enfants faire leurs devoirs à l'école...) et d'autres d'ordre « qualitatif » (apprendre à gérer son stress, engager une aide-ménagère, reprendre le sport, s'offrir des moments seul(e)...). Pour faire pencher la balance du bon côté, le thérapeute veillera à faire

réfléchir les parents sur leurs propres « ressources », c'est-à-dire les éléments clés de leur bien-être personnel. Pour les parents encore réfractaires à la consultation, l'application « Dr Mood Burn out parental » développée par l'équipe de recherche de l'Université Catholique de Louvain propose d'évaluer le degré d'épuisement parental et prodigue quelques précieux conseils ainsi qu'un programme d'accompagnement.

#parentspasinstagrammables

La parentalité n'échappe pas à la course à la performance. Maison rangée, plats mijotés, enfants coiffés (et propres !)... Les réseaux sociaux véhiculent une image de la parentalité qui n'est pas réelle. Ces vitrines de vie de famille sans faille ne font qu'accroître le sentiment de culpabilité des parents épuisés.

« Avant, pour me détendre, j'allais sur les réseaux sociaux, mais j'ai vite compris que ce n'était pas une bonne idée. En voyant ces super-mamans en train de jouer avec leurs enfants, je me sentais tellement nulle ! J'ai pensé que je n'étais pas instagrammable ! », déclare Julie en riant. Cette maman de deux enfants retiendra de son expérience qu'il est important de ne pas « mettre la barre trop haut », et surtout de ne pas se comparer aux autres. « Nous n'avons pas tous les mêmes priorités en matière d'éducation, ou le même degré d'exigence ». En somme, les parents ont le droit, quitte à léser temporairement la super-méga popularité de leur fille, de refuser le cinquième goûter d'anniversaire du mois, et cela sans la moindre culpabilité !

(1) Moïra Mikolajczak et Isabelle Roskam, *Burn-out parental : l'éviter et s'en sortir*, éditions Odile Jacob, 2017.

ATTENTION

SI CES PAROLES SONT LES VÔTRES, VOUS ÊTES CERTAINEMENT EN TRAIN DE FLIRTER AVEC LE BURN-OUT PARENTAL

**Je me sens épuisé(e)
physiquement et mentalement.**

**Je n'ai plus envie de m'occuper
ni de jouer avec mes enfants.**

Je ne supporte plus le bruit.

**Je ne passe plus de bons
moments avec mes enfants.**

**J'ai l'impression
d'être un robot qui exécute
des tâches routinières.**



**SOS
VILLAGES D'ENFANTS
MONDE**

Scout de l'Amour Paternage de SOS-V.E., la Grande Duchesse

À propos de SOS Villages d'Enfants Monde

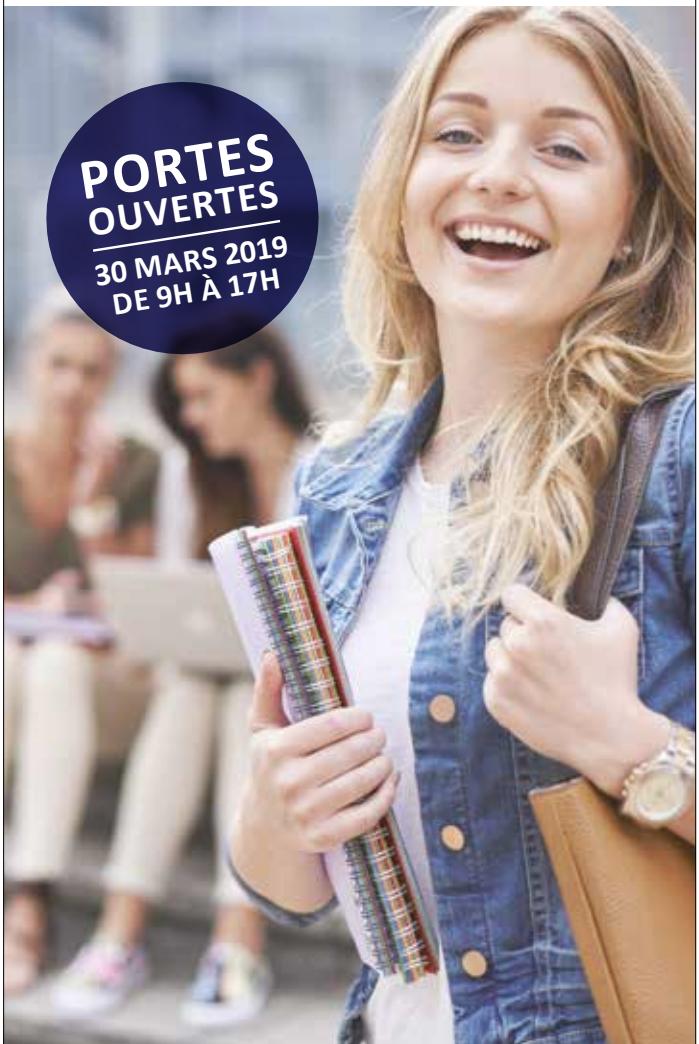
L'association luxembourgeoise SOS Villages d'Enfants Monde soutient la construction de Villages d'Enfants SOS et met en place des programmes de renforcement des familles, des programmes éducatifs et de santé ainsi que des programmes d'aide d'urgence. Offrez un avenir meilleur aux enfants dans l'un des 134 pays où nous sommes actifs.

Soutenez notre action sur www.sosve.lu
ou au 490-430

Avec le généreux soutien de **CBP QUILVEST**



LA RÉUSSITE EST DESTINÉE À TOUS !



L'École Grandjean
vous ouvre ses portes,
venez découvrir l'ensemble
de nos formations.

7, rue Adolphe Fischer L-1520 Luxembourg
Tél.: 48 01 07 - Fax. 49 47 68
epg@pt.lu
www.epg.lu

LE RÈGNE VÉGÉTAL



ENGLISH ROMANCE

Les fleurs, plantes et autres spécimens végétaux
ornent les tenues de nos fashionistas en herbe!

SARAH BRAUN



88 | N°201

ENGLISH ROMANCE



N°201 ♀

EMILE ET IDA



88 | N°201

CHIPIE



N°201 ♀

JEAN BOURGET







JACADI

88 | N°201

FOR KIDS

CINÉ

TOUS AU CINOCHÉ !



N°201

Le Lux Film Fest revient pour sa neuvième édition du 7 au 17 mars prochains, dans une dizaine de lieux répartis sur le territoire de la capitale. Grosse nouveauté cette année, il proposera au public d'assister à des séances tout au long de la journée (et ce dès le matin) et non plus uniquement en soirée.

Comme à l'accoutumée, les enfants seront conviés à cette manifestation culturelle. De nombreuses séances scolaires figurent au programme, ainsi que des ateliers. On adore l'idée que la sensibilisation aux images et à leur utilisation début dès trois ans, grâce aux séances MON PREMIER CINÉMA pour les tout-petits, le Festival proposera LA FAMILLE TRAMWAY, un programme de six courts métrages d'animation aux univers tendres, poétiques et enneigés ainsi que NICO ET PATOU : la découverte du monde minuscule et excentrique des insectes. Et enfin, les célèbres bricoleurs Pat et Mat reviendront dans PAT & MAT DÉMÉNAGENT ! Des séances de ciné-concert seront également proposées exceptionnellement pour ce dernier programme.

Retrouvez le programme détaillé sur www.luxfilmfest.com

NEWS



SÉQUENCE NOSTALGIE EN VUE

Il était une fois la vie, le mythique dessin animé créé est diffusé durant les années 80 dont le but était d'expliquer, aux petits comme aux grands, le fonctionnement du corps humain, revient en 2019 via la plateforme YouTube. De quoi nous réconcilier avec les écrans !

ANNIVERSAIRE

90 ANS POUR TINTIN

L'explorateur le plus célèbre de la planète fêtera ses 90 printemps en 2019.

Crée en 1929 à Bruxelles, la bande dessinée de Hergé a depuis fait le tour du monde, et plusieurs fois, au gré des pérégrinations de Tintin et ses acolytes de toujours, Milou, le capitaine Haddock... C'est pourquoi l'année 2019 sera émaillée de différentes manifestations, destinées à lui rendre hommage.

Le Musée Tintin, à Bruxelles, fêtera lui sa première décennie. A voir !

Tout le programme détaillé des manifestations sur www.tintin.com



WORKSHOP

LAYERED RED

Le rouge est la couleur préférée de l'artiste Jutta Koether, puisqu'elle attire particulièrement bien le regard. Viens créer ton monotype, tout en expérimentant les nuances infinies de cette couleur à travers une multitude de couches translucides superposées.

Réservé aux Mudaminis

Aucune expérience requise,

pas de matériel à apporter

8€ / session

Renseignements et inscriptions :

www.mudam.lu

ESPRIT



Women | Men | Shoes | Accessories | Sport | Bodywear | Kids | Maternity

ESPRIT MEGASTORE

WALFER SHOPPING CENTER
2, RUE DES ROMAINS • L-7264 WALFERDANGE

RAINBOW BRITE

Un vent de fantaisie souffle dans les chambres de nos kids.
Arc-en-ciel, licornes et couleurs pastel jouent la carte de la folie!

SARAH BRAUN

FIONA WALKER ENGLAND

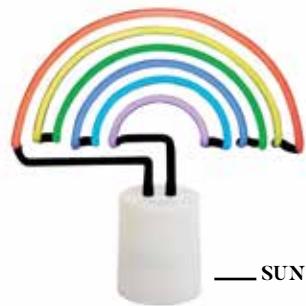


N°201

CULT STUDIO



BILDERRAHMEN





PRIMARK



ZARA HOME



THE GIFT
FOR UNICORN LOVERS

8 | N°201



WILD & SOFT

SUNDAY CHILDREN'S

LIBERTY CHÉRIE

Les fashionistas en herbe vont compter fleurette cette saison.
Le très chic et girly imprimé Liberty signe son grand retour.
Pour le bonheur de nos petites filles modèles (et de leurs mères si fières !)

SARAH BRAUN



IKKS



DU PAREIL AU MÊME



MORLEY



SCOTCH AND SODA



BONTON



BONTON



10 IS



LA PETITE GAVROCHE



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

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

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



Autour des Williams

Association du syndrome de Williams & Beuren

Pour soutenir la recherche autourdeswilliams.org



À JUNGLINSTER AU CENTRE COMMERCIAL LAANGWISS 1
ET SUR WWW.UPTODATE.LU

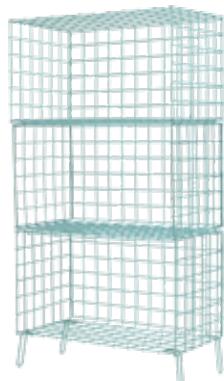
A TOUCH OF BLUE

De la chambre au salon, le bleu en touche apporte sérénité et quiétude à nos intérieurs.
On succombe sans plus attendre pour apporter une touche de fraîcheur
et célébrer le retour du ciel bleu...

SARAH BRAUN



H&M



88 | N°201

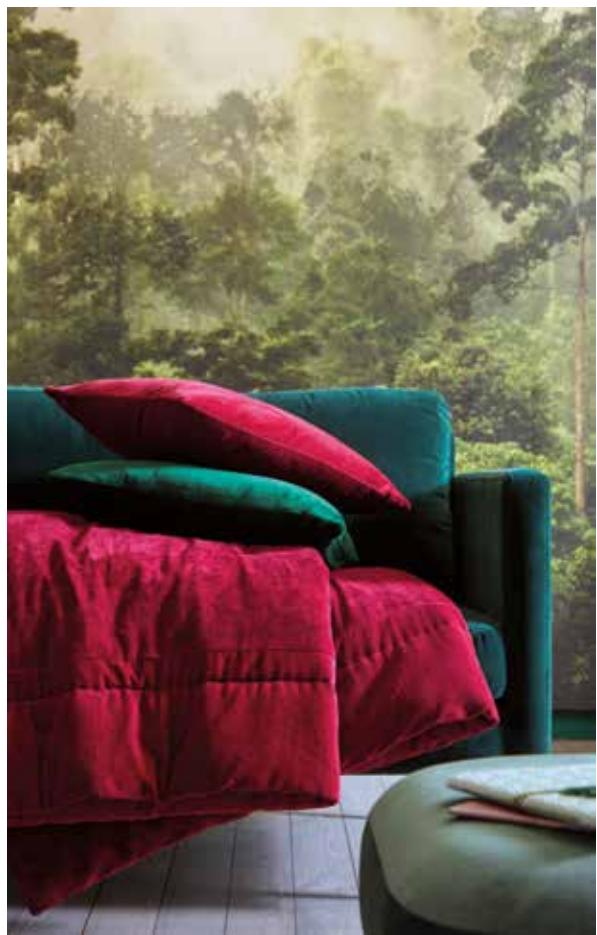


NOS SÉRIES PRÉFÉRÉES INSPIRENT NOTRE DÉCO

L'appartement de Carrie Bradshaw et son dressing, la chambre de Blair Waldorf, la cuisine de Monica Geller... Tous ces décors aujourd'hui devenus cultes ont contribué à lancer de véritables tendances design et déco. Mais, à l'air Netflix, quelles inspirations ont pris la relève? Esprit 80's made in *Stranger Things*, bling bling à la sauce *The Assassination of Gianni Versace*, ou encore Art Deco sophistiqué d'*American Horror Story - The Hotel*, voici les nouveaux codes.

AURÉLIE GUYOT

N°201



BLANC DES VOSGES



MIS EN DEMEURE



OSTARIA

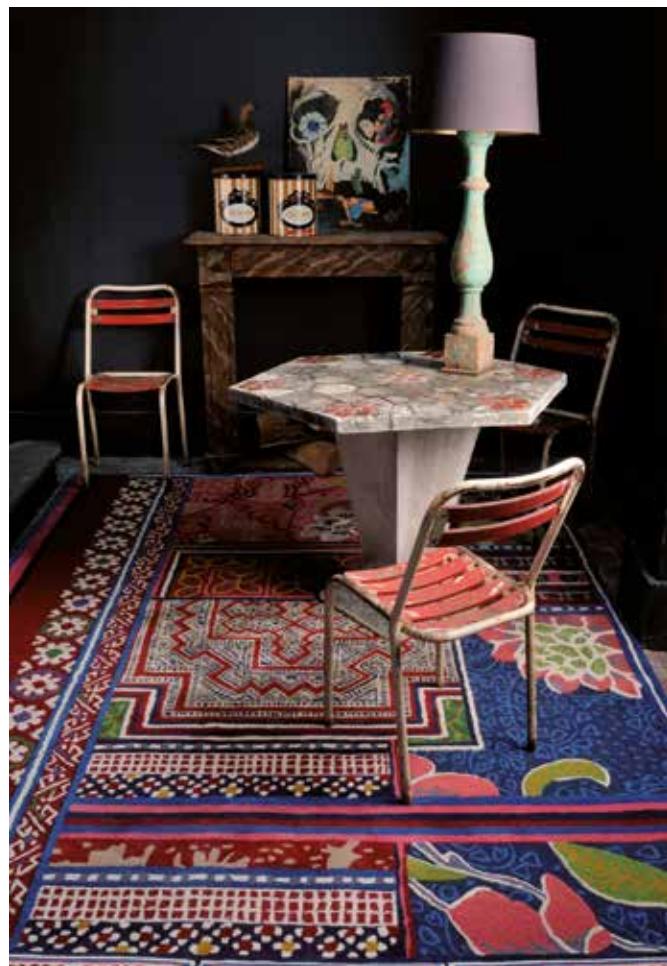


BAOBAB COLLECTION

AMERICAN HORROR STORY

BLING BLING FOREVER

L'hôtel Cortez est l'horrible –mais sublime– décor où se déroule la cinquième saison d'*American Horror Story*. C'est un lieu maudit et maléfique, repère de toxicomanes, vampires et psychopathes, où les clients y sont torturés avant de disparaître mystérieusement... Mais c'est aussi un lieu extrêmement photogénique imaginé comme un fabuleux hôtel Art Déco des années 20. On adore les camaïeux de rouge, décliné du carmin au pourpre, associé au laiton doré mat et brossé. Les matières sont nobles : marbre au sol, velours au mur et bois exotiques pour le mobilier. Les ambiances, hyper léchées, sont élégantes et raffinées. Coup de cœur pour les tapis à motifs géométriques esprit *Shining* (inspirés par l'*Overlook*, autre hôtel maudit célèbre), mais on confesse mal supporter l'absence de fenêtre... Le production designer Mark Worthington expliquait qu'il avait ainsi voulu perturber nos sens et faire de cet hôtel un endroit hors du temps. Sans oublier les références déco à Hernan Cortès, le conquistador qui a donné son nom à l'hôtel et qui fit couler le sang de milliers d'Indiens, ou les témoignages de la civilisation aztèque et de ses sacrifices humains. Check in?



TOULEMONDE BOCHART



8 | N°201

AMERICAN CRIME STORY

ART DÉCO CHIC

Le deuxième opus de la série *American Crime Story* nous emmène sous le soleil de Floride, à la découverte de la Casa Casuarina, l'incroyable, l'exubérante, l'opulente villa du couturier Gianni Versace. Celui-ci mourut assassiné devant son somptueux portail. Bling bling voire même rococo, la déco au luxe tapageur mais complètement assumé est à l'image du style Versace de l'époque : références plus ou moins subtiles à l'antiquité, à grand renfort de colonnes doriques et de têtes de méduse, marbre de Carrare à l'excès, imprimé léopard et fontaines sculptées.

Si cette ambiance, plutôt pointue et injustement méprisée, vous tente, voici nos conseils : misez sur des accessoires dorés, bien brillants et assez volumineux. Associez quelques touches de velours violet, sur de gros coussins confortables ou en revêtement de siège Empire. Puis ponctuez le tout de touches zébrées. Pour une fois, osez même le total look léopard pour un canapé, dans un registre très premier degré. Et si cela ne vous suffit toujours pas, n'hésitez pas à craquer pour d'épais tapis aux motifs orientaux, bien moelleux. Adeptes de la sobriété, passez votre chemin !

“

**À L'HEURE NETFLIX,
NOSTALGIE, TECHNOLOGIE
ET BLING BLING
SONT À L'HONNEUR**

”



GOOGLE



VÉRITABLE



AMAZON

BLACK MIRROR

FUTURE IS NOW

N°201

La nouvelle saison de *Black Mirror*, fraîchement diffusée sur Netflix, a fait grand bruit. Inédit dans l'histoire des séries, la plateforme diffusait un épisode entièrement interactif: dans *Bandersnatch*, c'est vous qui décidez. Dans *Arkangel*, une mère de famille paniquée équipe sa petite fille d'un implant de surveillance de pointe qui permet de la localiser. Dans *Crocodile*, une machine permet de remonter dans vos souvenirs... Autant d'univers truffés de gadgets électroniques et de technologies de pointe, un phénomène converti en tendance conso mais aussi déco! Pour les amateurs du genre, on recommande bien sûr l'installation

d'objets connectés et autres assistants domestiques personnels : Google Home, Amazon Echo, Apple Home Pod pour les plus connus, et on attend avec impatience l'initiative de Qwant, qui a annoncé avoir développé son système sur le respect des données privées. Mobilier connecté Bluetooth, pourvu d'enceintes connectées et de périphériques USB, appareils ménagers contrôlables à distance via appli, systèmes domotiques intelligents... Le monde de la maison et de la déco se fait de plus en plus high-tech, promesse de confort mais aussi d'économie d'énergie, de temps et d'argent. Charge à nous de garder le contrôle!



MDF ITALIA

ACTU

ON APPLAUDIT L'INITIATIVE DE MADE.COM!

Le site lance sa plateforme de financement participatif *Talent Lab*. « Nous avons fait le constat qu'il n'y avait pas beaucoup d'outils permettant aux designers de lancer leur produit », explique Jessica Delpirou, Directrice Générale France & Espagne du Groupe. Dorénavant, chaque designer en herbe peut proposer son projet sur cette nouvelle plateforme de crowdfunding et de crowdsourcing. L'objectif affiché de Made.com est ainsi de lancer six collections par an avec des objets conçus par des designers encore jamais édités, tout en nous permettant de soutenir nos coups de cœur.

Plus de détails sur Made.com.

STRANGER THINGS

UPSIDE DOWN

Décidément, on ne se lassera jamais de revisiter le passé, en mode comme en déco! Après l'engouement pour l'esthétique des fifties et l'enthousiasme pour les ambiances 60's et 70's, c'est au tour des années 80 de signer leur grand comeback.

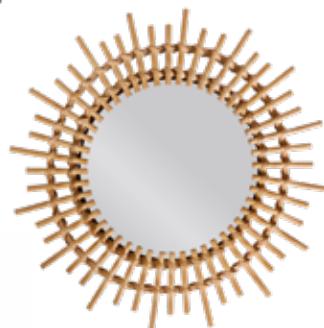
Le succès de *Stranger Things*, phénomène pop culture aux airs de Goonies, surfe sur cette même nostalgie et nous fait redécouvrir les suspensions en macramé, le téléphone mural à cadran et la moquette beige.

Dans la série, les motifs sont mélangés sans complexe: rayures, fleurs, formes géométriques... Le bon goût est assez subjectif. Rien de surprenant, le design des années 80 étant profondément marqué par l'individualisme.

Affranchissons-nous des diktats design, et laissons parler notre imagination! Accumulations, brocantes et mariages improbables sont les maîtres-mots d'une déco eighties réussies. La touche finale? La célèbre guirlande lumineuse vue chez les Byers, reconvertisse en tête de lit.



LA REDOUTE



SEMA DESIGN



LA CASE DE COUSIN PAUL

bamix® of Switzerland

*Le coffret complet
pour la pâtisserie !*



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

7, Rue de l'Industrie
L-8399 Windhof

SOGEL



DANS LA CUISINE DE CYRIL MOLARD

Une belle surprise

Nous sommes retournés voir Cyril Molard dans son restaurant de Moutfort, « Ma langue sourit ».

Il vient de décrocher une superbe deuxième étoile.

Un événement qui met en lumière l'univers gastronomique au Luxembourg.

MAGALI EYLENBOSCH
PHOTOGRAPHIES JULIAN BENINI

Il y a deux ans, lorsque nous avions rencontré Cyril Molard, il nous avait raconté l'histoire de la petite Julie Parmentier qui, en mangeant une mousse au chocolat, s'était écriée « Ma langue sourit ! » Il nous avait surtout parlé gourmandise et plaisir. Parce que ce sont ses moteurs à lui. Et sa sincérité a fait mouche ! « Une deuxième étoile au *Guide Michelin*, c'est un sacré bouleversement. Je ne m'y étais pas forcément préparé.

D'ailleurs, je ne voulais pas aller à Gand. C'est Simonetta Mosconi qui m'y a encouragé. » En gastronomie, la course aux étoiles est comparable à un voyage au long cours. On ne sait jamais vraiment quand ça va tomber. « La vie est étrange. J'ai perdu ma mère accidentellement cette année. C'est un véritable traumatisme. Elle s'en va et la deuxième étoile tombe. Est-ce qu'il y a une corrélation entre les deux ? Je la lui dédie bien évidemment. »



À quel âge êtes-vous entré en cuisine?

La cuisine gastronomique pure, j'avais 25 ans. Avant ça, je travaillais comme charcutier chez de grands traiteurs. J'ai eu l'opportunité de le faire et j'ai tout appris sur le tas.

C'est le meilleur apprentissage?

En tout cas, beaucoup de Chefs autodidactes ont bien réussi. Peut-être parce qu'ils ont davantage d'endurance et plus de curiosité. On voit les choses différemment parce qu'on n'est pas issus du cursus classique.

Qu'est-ce qui fait votre différence?

Je suis un Vosgien, avec un côté un peu dur et une hypersensibilité. C'est un paradoxe. Et je cuisine comme je suis.

Les gens sentent que dans les assiettes il y a beaucoup de générosité. On a aussi le souci du détail. Pas que dans la cuisine. Mon épouse fait beaucoup de recherches au niveau des assiettes, des couverts, des fleurs. Un ensemble de petits détails qui sont destinés à faire plaisir aux clients.

Quel est votre plus grand défaut?

Oh j'en ai plein! Sans doute la franchise. J'aime bien déstabiliser l'autre, souvent en parlant de choses qu'on n'aborde pas d'habitude. L'argent, l'amour, la détresse, la tristesse,... Je n'ai pas peur de pleurer devant quelqu'un.

Avez-vous un plat signature?

Non, pas vraiment! Mais il y a un sorbet que les gens adorent: le sorbet épinettes. Il

sent la forêt, on le prépare à partir d'épinettes de sapin, de jus de pomme et d'oseille. Il laisse toujours un souvenir inoubliable!

Si j'étais votre stagiaire, quelle est la première recette qu'on partagerait?

J'aimerais vous amener vers un pâté en croûte dans une version gastronomique. Faire une terrine, ça fait toujours plaisir.

Vous êtes un bec sucré?

Plutôt salé. Je ne ferais pas l'impasse sur le dessert, mais j'aime bien l'acidité.

Vous arrivez chez un copain qui vous demande de préparer quelque chose...

Sur quoi vous rabatteriez-vous?
Une omelette! C'est simple et efficace!

Quel est votre plus beau souvenir dans le métier?

Il y en a beaucoup, mais j'aime particulièrement le regard des enfants qui viennent voir dans la cuisine. Elle est ouverte à tout le monde. Parfois ils dressent le dessert avec nous et l'amènent à leur table.

Un souvenir cauchemardesque?

J'en ai plein aussi! Il y a longtemps, on avait fait de l'agneau. Un produit magnifique ! J'ai refait trois fois l'assiette d'un client et il trouvait chaque fois que c'était trop gras. Je n'ai rien compris.

Avec quel grand Chef aimeriez-vous partager une omelette?

Ils sont nombreux! J'aime beaucoup Emmanuel Renaut parce que j'ai bossé chez lui. Et j'aimerais bien passer du temps avec Alain Passard. C'est un virtuose des légumes.

Quel est le plat classique que vous aimeriez avoir inventé?

La religieuse. C'est trop bon!

Avez-vous un mentor?

Non! Je suis curieux.

Avez-vous un objectif?

Être serein !

BROWNIE CHOCOLAT NOIX DE COCO

PRÉPARATION 20 MIN. | CUISSON 20 MIN. | 1 BLANC D'ŒUF - SUCRÉ

INGRÉDIENTS POUR 6 PERSONNES

- 120 g de sucre en poudre + 1 cuillerée à soupe
- 80 g de lait concentré sucré
- 50 g de noix de coco râpée
- 1 blanc d'œuf + 3 œufs entiers
- 150 g de chocolat noir
- 110 g de beurre coupé en morceaux
- 100 g de farine T55
- $\frac{1}{2}$ cuillerée à café de levure chimique
- $\frac{1}{4}$ de cuillerée à café de sel



N°201

01. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6).
02. Dans un saladier, mélangez 1 cuillerée à soupe de sucre, le lait concentré, la noix de coco et le blanc d'œuf. Réservez.
03. Dans une casserole, au bain-marie de préférence, faites fondre le chocolat avec le beurre à feu doux et laissez refroidir.
04. Mélangez les œufs entiers et les 120 g de sucre jusqu'à ce que la préparation blanchisse, puis ajoutez la farine, la levure et le sel, avant d'incorporer le chocolat fondu.
05. Versez la moitié de la pâte chocolatée dans un moule carré de 20 cm de côté à bords hauts (au moins 5 cm) recouvert de papier sulfurisé et étalez bien. Parsemez sur cette couche de petits tas de pâte à la noix de coco.

06. Versez le reste de pâte au chocolat par-dessus et recouvrez avec le reste de pâte à la noix de coco. À l'aide d'un couteau, réalisez des marbrures de haut en bas.
07. Faites cuire au four environ 20 minutes. Laissez bien refroidir avant de démoluer.
08. On peut déguster ce brownie seul ou accompagné d'une boule de glace à la vanille ou d'un peu de crème anglaise.

WINE LOVERS



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

WWW.VINOTeca.LU

À BOIRE AVEC

CHAMPAGNE HENRIOT BRUT ROSÉ

Henriot, propriété encore familiale en Champagne, produit des vins d'une finesse exceptionnelle. Le Brut Rosé est tout en nuances et en surprises. Sa robe d'un rose légèrement cuivré est une invitation à la dégustation tandis que la structure de pinot noir lui assure un bel équilibre pour tenir sur la puissance du chocolat.

PALETS BRETONS

PRÉPARATION 20 MIN. + 1 HEURE DE REPOS | CUISSON 15 MIN. ENVIRON. | 2 JAUNES D'ŒUFS - SUCRÉ

INGRÉDIENTS POUR 15 BISCUITS ENVIRON

- 2 jaunes d'œufs
- 80 g de sucre en poudre
- 80 g de beurre mou
- 140 g de farine T55
- ½ sachet de levure chimique
- 1 pincée de sel



- 01.** Fouettez les jaunes d'œufs et le sucre jusqu'à ce que la préparation blanchisse. Incorporez alors le beurre, la farine, la levure chimique et le sel.
- 02.** Façonnez la pâte en un boudin d'environ 4 cm de diamètre. Enveloppez-le dans un film alimentaire et placez-le au réfrigérateur pendant 1 heure.
- 03.** Préchauffez le four à 180 °C (th. 6).
- 04.** Découpez le boudin en tranches épaisses d'environ 1 cm. Déposez les palets sur une plaque à pâtisserie recouverte de papier sulfurisé ou au fond de moules à muffins pour éviter qu'ils ne se déforment. Enfournez environ 15 minutes.

- 05.** À la sortie du four, laissez les biscuits reposer quelques instants sur la feuille de papier sulfurisé ou dans les moules, puis ôtez-les et mettez-les à refroidir sur une grille à pâtisserie.
- 06.** Ces palets peuvent se conserver quelques jours dans une boîte hermétique.

À BOIRE AVEC

LIQUEUR DE POIRE WILLIAMS ETTER SUISSE

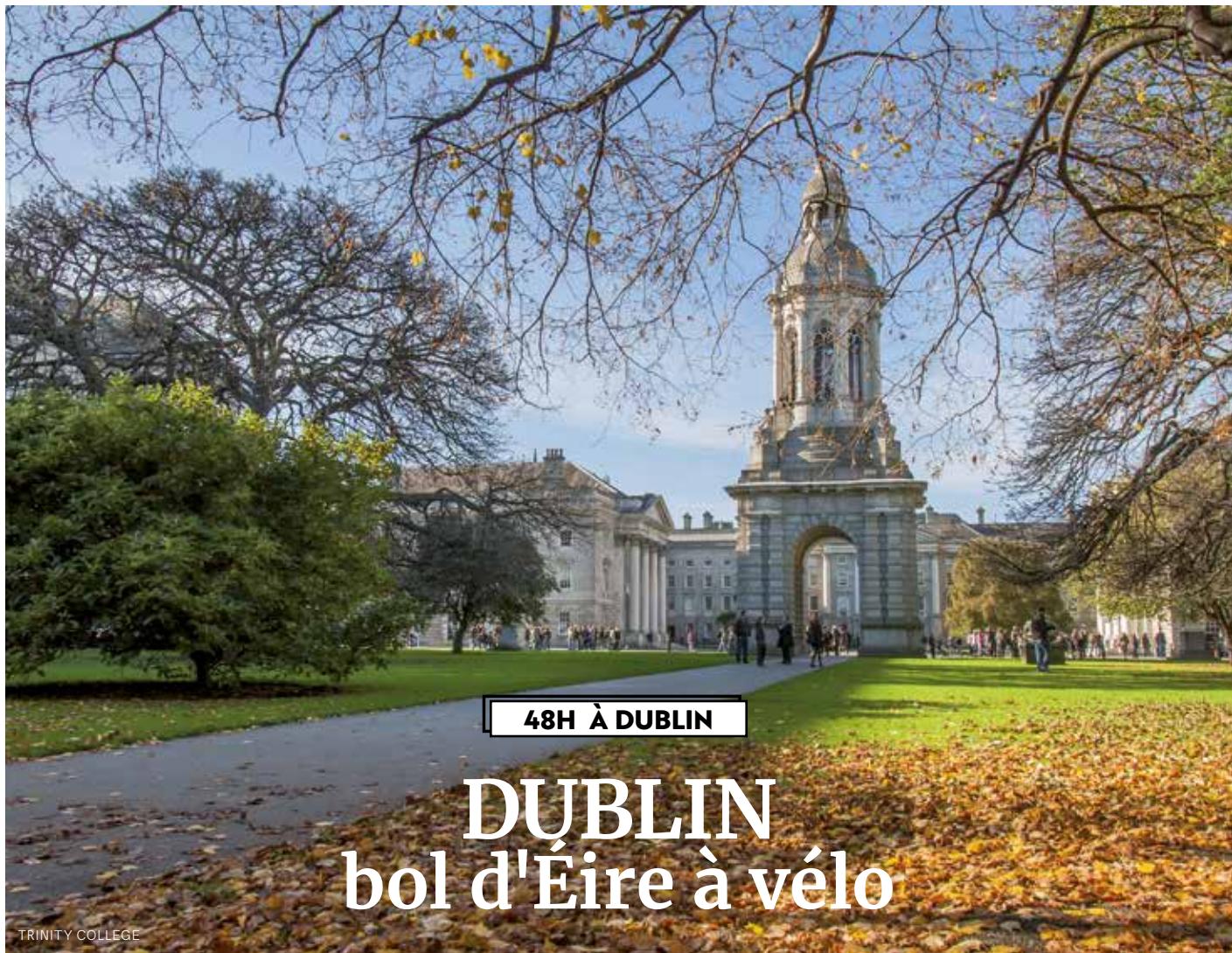
Etter est actuellement considéré comme l'un des meilleurs distillateurs en Suisse. Au-delà de sa gamme d'eau de vie, il propose une sélection de liqueur de fruits, comme cette Williams, au parfum intense et surprenant. Le travail est tellement maîtrisé que l'on peut ressentir le grain de la poire en bouche. Une liqueur à boire comme un vin, qui s'accordera à merveille sur les palets bretons.

PLUS DE RECETTES ?



LE JAUNE ET LE BLANC LE LIVRE DE CUISINE ANTI-GASPILLAGE AURÉLIE THÉROND PHOTOGRAPHIES CLAIRE CURT

Que faire avec les jaunes et les blancs d'œufs qu'il vous reste ? Biscuits, crèmes, tartes, tuiles, gâteaux, sauces... 60 recettes salées et sucrées. Aurélie Thérond, cuisinière autodidacte, milite pour une cuisine inventive et saine, qui respecte le développement durable, en évitant le gâchis des denrées alimentaires.



48H À DUBLIN

DUBLIN bol d'Éire à vélo

N°201 2

TRINITY COLLEGE

Deux jours à Dublin, c'est peu.

Mais à vélo, il est possible de visiter l'essentiel de la capitale irlandaise sans courir partout. D'autant plus que la ville est bien dotée en pistes cyclables et qu'elle propose ses Dublinbikes, des vélos en libre service comme les Vel'Oh de Luxembourg.

KÉVIN STORME



VENDREDI, 19H. FADE STREET SOCIAL.

Deux restaurants sous l'égide du chef Dylan Mc Grath et deux ambiances. D'un côté, un bar à tapas gastronomiques, de l'autre, une salle feutrée où l'on déguste des viandes locales accompagnées de légumes locaux bios, préparés à la sauce irlandaise.
4 Fade street

22H. TEMPLE BAR.

Le pub le plus célèbre d'Irlande est situé au cœur du quartier éponyme. C'est dans le coin que l'on trouve les plus

jolies rues de Dublin, qui accueillent le plus de fêtards en Irlande et où s'écoule le plus de Guinness au monde. Autant dire que Temple bar, le pub et le quartier, sont le cœur vivant de l'Éire.
47-48, Temple bar

1H. THE NORSEMAN.

Au cœur de Temple bar, cette maison d'hôte typiquement irlandaise accueille aussi un bar victorien qui date de plus d'un siècle. Elle propose cinq chambres tout confort à partir de 150€ la double.
28 Essex street, Temple bar

SAMEDI 10H. QUEEN OF TARTS.

Une institution dans le vieux Dublin pour un petit déj' royal. On y déguste des muffins, des cookies, des cheesecakes, des tartes, mais surtout, le meilleur carrot cake de la capitale, disent les amateurs.

Cork hill, Same street.

11H30. « BOOK OF KELLS ».

Âgé de 800 ans, le livre de Kells est considéré comme le plus vieux du monde. Il est exposé à la bibliothèque du Trinity college, une sorte d'annexe de Poudlard au cœur de Dublin.

Trinity college, College green

14H. LEO BURDOCK.

Ce sont les meilleurs ennemis du monde et pourtant les Irlandais raffolent du fish&chips des Anglais. À Dublin, Leo Burdock est une adresse incontournable pour qui aime le poisson et les patates imbibés d'huile.

4 crown alley, Temple bar

15H. MOLLY MALONE.

La marchande de poisson, réputée pour son décolleté plongeant, est le titre de la chanson populaire la plus célèbre d'Irlande. Elle a sa statue de bronze dans l'artère la plus commerçante de la ville, mais rien ne prouve qu'elle ait réellement existé. Outre la statue, Grafton street abrite les plus grandes enseignes de la capitale irlandaise et offre un spectacle permanent grâce à ses nombreux artistes de rue : musiciens, mimes, jongleurs... *Grafton street*

20H. RESTAURANT PATRICK GUILBAUD.

C'est le seul restaurant récompensé par deux étoiles du *Guide Michelin* en Irlande. Il est considéré comme la meilleure table du pays et propose une cuisine créative et raffinée.

À partir de 100 € le menu.

21, Upper Merrion



23H. THE CHURCH.

Finir sa journée dans une église en train de danser sur des tubes disco, c'est possible à The church.

L'ancienne église, dont le dernier office date de 1964, est désormais un café, un salon de thé et offre une petite restauration la journée. La nuit, elle se transforme en boîte de nuit branchée, loin de la mission première du lieu consacré au XVIII^e siècle.

Junction of Mary street and Jervis street

DIMANCHE, 10H.

Les momies de la crypte. La crypte de la cathédrale Christ church est la plus longue des îles britanniques (63 mètres). On y observe des statues, des livres, des objets de culte, mais surtout le trésor et un chat et un rat momifiés, restés prisonniers de l'orgue dans les années 1860.

Christchurch place, Wood Quay

14H. GUINNESS STOREHOUSE.

Aménagée au début du XXI^e siècle dans une immense brasserie construite en 1904, la Guinness storehouse est un musée où l'on déambule sur sept étages, entre des cuves géantes.

On y découvre les secrets de fabrication de ce monument irlandais en suivant un itinéraire fléché. Au sommet, le skybar vitré offre une vue magnifique, à 360°, sur la capitale irlandaise. Une bière y est offerte sur présentation du billet d'entrée.

Saint-James's gate, Usher

16H. PRISON DE KILMAINHAM.

Finir derrière les barreaux avant de s'envoyer dans les airs pour regagner Luxembourg, c'est une manière atypique de dire au revoir à l'Irlande.

Une visite glaçante, difficile à décrire. « L'Alcatraz irlandais » a accueilli des prisonniers politiques dans des conditions abominables.

Inchicore Rd, Kilmainham

SAINT-PATRICK EN FÊTE

Si votre city trip dublinois se déroule le 17 mars, il y a de fortes chances que vous voyiez débarquer des milliers d'hommes et de femmes déguisés en vert, coiffés de chapeaux avec des trèfles en train de chanter *Molly Malone*. Pas de panique, les martiens n'ont pas débarqué, les Irlandais célèbrent simplement (ou pas) Patrick, le saint patron de l'Irlande.

ON Y VA.

Luxair propose des vols directs du vendredi 17h45 au dimanche 19h45.
À partir de 150 € AR.
Ryanair offre également des vols à partir de Charleroi à partir de 50 € AR.

**Signe du Mois****BÉLIER**

(21.03 au 20.04)

Amour: Avec Saturne et Uranus en conflit, ce n'est pas le moment de provoquer des discussions qui fâchent mais plutôt de trouver des solutions à l'amiable, afin de restaurer l'harmonie dans votre couple. **Travail:** Le bel aspect de Jupiter vous incitera à faire preuve de persévérance et de courage dans vos objectifs professionnels. **Vitalité:** L'idéal serait une vie bien réglée et calme.

TAUREAU (21.04 au 20.05)

Amour: Avec Mars complice, vous serez parfaitement maître de vos émotions, ce qui vous permettra de régler vos problèmes conjugaux en dehors de toute passion aveugle. **Travail:** Retards, petits problèmes en tous genres risquent fort de former la toile de fond de la période. Ne perdez pas courage, prenez votre mal en patience. **Vitalité:** Mars et Vénus sont puissants, vous devez économiser votre énergie.

GÉMEAUX (21.05 au 21.06)

Amour: Jupiter et Vénus en harmonie, des sentiments nouveaux pourraient vous surprendre, ainsi que le vif désir de vivre passionnément une relation affective. **Travail:** À en juger par les aspects planétaires de la période, il semble que vous deviez supporter la concurrence. Elle sera rude, et vous devrez combattre sur plusieurs fronts à la fois pour conserver vos priviléges. **Vitalité:** Mieux dans votre corps comme dans votre tête, un bon équilibre.

N°201

CANCER (23.06 au 22.07)

Amour: Vous profiterez d'une accalmie pour savourer des moments harmonieux avec votre conjoint. Vous évitez tous les sujets fâcheux pour vous délecter du moment présent. **Travail:** Bonne période pour les ambitieuses, même si vous devez vous adapter au rythme des autres. Vous saurez imposer vos idées en douceur. **Vitalité:** Grâce à Mars en Taureau, belle remontée de votre vitalité, reprenez le sport.

LION (23.07 au 22.08)

Amour: Avec Vénus opposée, une remise en question profonde de la nature de vos sentiments pourrait vous rendre service, vous qui aimez comprendre le pourquoi du comment. **Travail:** Jupiter veillera à vous voir réaliser quelques-unes de vos ambitions professionnelles les plus chères. Pas d'emballage car tout n'est pas gagné. **Vitalité:** Les aspects dynamisants de Mercure aiguiseront vos facultés mentales.

VIERGE (23.08 au 22.09)

Amour: Avec Vénus en soutien, les relations avec votre conjoint seront empreintes d'une remarquable complicité et d'un réveil de votre sensualité. **Travail:** Telle une fourmi, vous ne sortirez pas le nez de votre travail... Un peu de fantaisie serait la bienvenue. Sortez ! **Vitalité:** Une prise de recul s'impose, et surtout, une nécessité de pratiquer une activité physique.

BALANCE (23.09 au 22.10)

Amour: Avec l'arrivée du printemps, pressée par une Vénus pétillante en Verseau, vous vous reprendrez en main afin de séduire l'élu de votre cœur. **Travail:** Vous pourrez bénéficier de l'appui de Vénus bien relié en Verseau, votre énergie remonte en flèche. Prête à dialoguer, vous pourrez gérer les tensions en douceur. **Vitalité:** Vous profitez de cette période pour vous défaire d'habitudes nuisibles à votre santé.

SCORPION (23.10 au 21.11)

Amour: Mars en opposition, vous oublierez vos grandes théories sur l'amour et les notions de partage, vous aurez envie de vivre simplement et de laisser à l'autre une part de fantaisie. **Travail:** Vous vous retrouverez au cœur d'une actualité particulièrement mouvementée. Pas question pour vous de rester en retrait, sous peine de passer à côté d'une chance. **Vitalité:** La nature, le contact avec la terre, les repas naturels vous aideront à renouveler votre énergie.

SAGITTAIRE

(22.11 au 21.12)

Amour: Votre quête d'équilibre et d'harmonie passera par une bonne gestion de votre autorité et de votre rayonnement personnel. **Travail:** Avec la présence de Jupiter dans votre signe, vous recevrez de riches enseignements et des prises de conscience qui vont vous motiver pour vos finances. **Vitalité:** Tout ce qui vous importera sera d'observer la modération en toute chose.

Vitalité: Les influences de Mercure en Poissons seront un peu déstabilisantes.

CAPRICORNE

(22.12 au 20.01)

Amour: Vénus arrive à la rescousse de Mars pour faire vibrer vos cordes sensibles, période harmonieuse.

Travail: Particulièrement inspirée par Mercure, fourmillant d'idées ingénieuses et originales, vous vous sentirez prête à tester une nouvelle aventure.

Vitalité: Vous serez en pleine forme.

VERSEAU (21.01 au 19.02)

Amour: Vénus chez vous, vous serez aussi imprévisible que déroutante, votre conjoint ne saura plus très bien à quel saint se vouer ! **Travail:** Mercure et Mars vous donneront le goût de l'aventure, éprouvant le besoin de bouger, de voir de nouveaux visages.

Vitalité: Avec l'influence de Vénus, vous avez une belle réserve d'énergie et d'optimisme.

POISSON (20.02 au 21.03)

Amour: Il y a du beau monde dans votre signe et le Soleil particulièrement vous invitera à faire un bilan, à vous poser des questions concernant votre relation. **Travail:** Le Soleil et Neptune vous soutiennent et touchent votre sens créatif, quel que soit votre travail, vous aurez pour compagnie votre intuition ! **Vitalité:** Tout ce qui vous importera sera d'observer la modération en toute chose.



SAUMUR

NIGHTCLUB

KEEP
CALM
— AND —
GO TO THE NEW
SAUMUR

13, RUE DICKS LUXEMBOURG

FROM 8PM TO 9AM OPEN 7/7

www.saumur.lu

La Maroquinerie du Passage déménage rue Louvigny.



PROFITEZ À CETTE OCCASION DE

10% DE REMISE

AVEC LE CODE PROMO:
FEMMESMAGAZINE201

SUR L'ACHAT D'UN SAC À MAIN FEMME
DANS VOTRE NOUVELLE BOUTIQUE
RUE LOUVIGNY

JUSQU'AU 31 MARS

NOS MARQUES

Lancel - Bree - Coach - Tissa Fontaneda - Michael Kors - Furla - Coccinelle - Liu Jo - Guess - Longchamp - Campomaggi - Gianni Chiarini - Abro

Votre nouvelle adresse
au centre-ville
19 rue Louvigny
L-1946 Luxembourg
Tél. : 22 54 81 10

GALERIE Auchan
5 rue Alphonse Weicker
L-2721 Luxembourg-Kirchberg
Tél. : 22 54 81 20

la Belle Etoile
SHOPPING CENTER
Route d'Arlon
L-8050 Bertrange
Tél. : 22 54 81 30

Dans la galerie marchande
Cactus
Place Marie-Adélaïde
L-9050 Ettelbrück
Tél. : 22 54 81 40