

FEMMES

Juin 2020
n° 214

FINANCE

LA FINANCE
DURABLE

DECRYPTAGE MODE

ALLO MAMAN
CADEAUX

DOSSIER

UN WEEK-END
DANS LE NORD
LUXEMBOURGEOIS

WE ARE FAMILY

COVID-19 :
L'ENFANCE
À L'ÉPREUVE

MODE

Sous les jupes
des filles



INVESTIR DE MANIÈRE DURABLE, C'EST BIEN INVESTIR.



DÉCOUVREZ L'OFFRE DE PLACEMENTS
DURABLES LA PLUS COMPLÈTE.

Pour plus d'informations, rendez vous sur raiffeisen.lu



LA BANQUE QUI APPARTIENT À SES MEMBRES

Raiffeisen



COVID-19 SO WHAT ?

Pandémie, confinement, le printemps 2020 marquera les esprits. Il a fallu s'adapter tant bien que mal à cette situation exceptionnelle. 8 semaines durant lesquelles, le temps semblait s'être arrêté. Personne n'a vécu de la même façon cette période et les experts prévoient des dommages collatéraux tels que des troubles psychologiques.

Le déconfinement progressif nous permet de reprendre une vie plus conforme à celle d'avant la pandémie avec un paramètre qui s'ajoute, le respect de mesures sanitaires. Quoi qu'il en soit, il y aura un avant Covid-19, et un après. Des choses ont changé et demeureront ainsi tant que le spectre du virus sera présent.

Tout le monde a eu le temps de réfléchir à sa vie, à son rapport avec les choses et les personnes.

Le rapport au temps a profondément changé, tout déplacement a pris un temps notable. Même si les routes du Luxembourg n'étaient plus encombrées, aller faire des courses relevait de l'expédition, des files silencieuses et disciplinées à l'entrée des supermarchés, et le temps s'étirait.

Nous avons été contraints de revenir à l'essentiel, jusqu'à parfois rejoindre le clan des décroissants, moins par conviction écologique que par un besoin impérieux de retrouver le sens des valeurs. Parce qu' « on ne voit bien qu'avec le cœur. L'essentiel est invisible pour les yeux. » Comme nous l'a appris le Petit Prince de St Exupéry, qui seul pourrait nous nourrir profondément.

Et si l'humain restait plus important que l'économie ?
Et si nous consommions en pleine conscience ?
Et si la solidarité s'installait ?

Nous sommes ravis de pouvoir à nouveau partager avec vous, notre passion, de pouvoir vous proposer *Femmes Magazine*.

Prenez-soin de vous.

MARIA PIETRANGELI, RÉDACTRICE EN CHEF

SOMMAIRE

Juin 2020
n° 214



COUVERTURE

Photographe : Nathalie GABAY
Marque : Cachemire Coton Soie



N°214

cim
CONTROLE
2018
20200
EXEMPLAIRES
CERTIFIÉ CIM



01. MODE

LAST MINUTE ! / 08

CATWALK / 10

Chloé

INTERVIEW MODE / 12

Fanny Bervard,
Romantico Romantico Studios

MODE / 16

Sous les jupes des filles

DECRYPTAGE MODE / 26

NEWS MODE / 30

DRESS CODE / 32

02. CULTURE

BOOK / 34

Les après-midi d'hiver,
Anna Zerbib

INTERVIEW CULTURE / 36

Valérie Reding

NEWS CULTURE / 38

ONLINE / 08

03. MAGAZINE

L'INTERVIEW DU MOIS / 40
Nora Back

DOSSIER / 42
Le rôle des pétitions publiques dans la vie luxembourgeoise

FINANCE / 46
La finance durable explose

DOSSIER GREEN / 52
Le Luxembourg en route pour une énergie plus verte !

BUSINESS / 56
Ces compétences aujourd'hui devenues indispensables

SOCIÉTÉ / 60

NEWS SOCIÉTÉ / 62

LES EXPERTS EN DROIT / 64
Le chômage partiel

04. WELLNESS

BIEN-ÊTRE / 66
La symphonie des fleurs de Bach

ALIMENTATION CONSCIENTE / 70
Booster son assiette avec les huiles essentielles

NEWS HEALTHY / 72
Des graines qui nous veulent du bien

BEAUTÉ / 74
M'exposer un peu moins au soleil

BEAUTY CASE / 78

L'AVIS DE LA RÉDAC / 80



FINANCE
P.46

FOR KIDS / 82

WE ARE FAMILY / 84
Covid19 : l'enfance à l'épreuve

MODE ENFANT / 88
Sous le soleil exactement

06. ART DE VIVRE

DOSSIER / 94
Un week-end dans le nord luxembourgeois

48H À AMSTERDAM / 98

MOODBOARD / 100

INTÉRIEUR / 102
Le Terrazzo, tendance hors sol

NEWS FOOD / 106

DANS LA CUISINE DE / 108

RECETTE / 110

CARNET HUMANITAIRE / 112

HOROSCOPE / 114

OURS

DIRECTRICE ET RÉDACTRICE EN CHEF

Maria Pietrangeli

ASSISTANTE

Cécile Genay

RÉGIE PUBLICITAIRE

WAT Éditions Sàrl

DIRECTRICE COMMERCIALE

Julie Bénier

CONSEILLERS EN COMMUNICATION

Aymeric Grosjean / Kevin Martin
Margot Palazzo

STUDIO DE CRÉATION

WAT Éditions Sàrl

RESPONSABLE STUDIO

Dorothée Dillenschneider

RÉDACTEURS

Bekai / Lisa Beys / Sarah Braun
Hélène Coupette / Magali Eijkenbosch
Frédéric Frabetti / Godefroy Gordet
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

redaction@femmesmagazine.lu

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



ABONNEMENT

11 numéros / an
Coupon à envoyer à Femmes avec preuve de paiement

Nom:

Prénom:

Adresse:

Luxembourg 33€ / Pays frontaliers 35€
À verser sur le compte BGL
LU29 0030200166890000

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!**

HÉLÈNA COUPETTE

“

**ON SE VOIT SUR ZOOM,
SKYPE OU MESSENGER ?**

” Entendu à la rédac

LA BEAUTÉ

La nouvelle

**COLLECTION ENSOLEILLÉE
PAUL & JOE BEAUTÉ**



© Paul & Joe Beauté

On le sait, les époques les plus moroses ont été compensées par des couleurs vives, des motifs, et une bonne dose d'audace, dans les secteurs de la mode et des cosmétiques. Paul & Joe Beauté présente aujourd'hui une ligne de maquillage estivale qui permettra à chacune de faire preuve

d'audace dès qu'on pourra à nouveau s'exprimer à travers ses tenues et son make-up. À la clé ? Des couleurs vibrantes pour le regard et les lèvres, parsemées çà et là d'éléments scintillants pour briller de mille feux jusqu'au bout de l'été. Paul & Joe Beauté n'en a pas négligé les formules pour autant, au contraire, proposant des produits capables de tenir tout au long de la journée malgré la chaleur écrasante de la saison.

Plus en détails, la collection comprend la "Poudre Pressée Matifiante", pensée pour offrir un fini mat satiné et un teint zéro défaut tout en garantissant une protection UV. Le tout est décoré de l'image de Nunette, le chat de la créatrice Sophie Méchaly.

LA FÉMINITÉ

BOX FÉMINISTE FEM BOX

Alors qu'on commençait sérieusement à se lasser du concept de la box déclinée à tout va, Bettina Zourli a eu la bonne idée d'allier la surprise de la boîte mensuelle aux valeurs du féminisme.



© Fem Box

Le résultat ? Fem Box, une box mensuelle thématique qui célèbre les femmes, leurs corps et ouvre leur conscience à toutes les problématiques inhérentes à leur vie. On ne vous révèle pas les cadeaux que vous réserve cette première édition, on vous incite simplement (très fortement) à la découvrir.

LA DÉLICATESSE

LES ÉPURÉS DE CARTIER

Dans la tradition de la joaillerie française, Mathilde Laurent a pensé le parfum comme de « la haute joaillerie de nature vivante ».

La parfumeuse de la Maison Cartier a ainsi construit ce premier triptyque des Épures de parfum comme trois parures irrésistibles. En résultent « Pur Muguet », « Pur Magnolia » et « Pur Kinkan », des plaisirs olfactifs bruts, qui s'adressent à celles et ceux qui sont en quête de beauté olfactive simple plutôt que sophistiquée.

Trois pièces hyper réalistes, saisissantes et éclatantes. « Un défi créatif qui consiste à donner l'illusion d'une nature 'enflaconnée' dans l'instant ».

BÉNÉFICIEZ D'UN ACCOUCHEMENT EN 1^{ÈRE} CLASSE GRÂCE À LA CMCM



Bénéficiez d'un accouchement en 1^{ère} classe.

Grâce à la CMCM et son service optionnel PRESTAPLUS, les frais d'hospitalisation et d'honoraires médicaux en chambre 1^{ère} classe sont couverts, y compris en cas de complications précoces. De plus, la participation aux frais de péridurale est incluse. Le package de base « Régime Commun » couvre une participation aux frais de kinésithérapie et de médicaments. La fécondation in vitro ainsi que la détection prénatale des trisomies 13, 18 et 21 et du génotype RH Foetal sont concernées, tout comme les frais liés à l'accompagnement du conjoint.

Plus d'informations sur: www.cmcmlu

Do, wann Dir eis braucht.

[Facebook](#) cmcm_luxembourg [Twitter](#) @cmcm_lu [YouTube](#) CMCM Luxembourg [Twitter](#) cmcm_lu

CMCM
VOTRE MUTUELLE SANTÉ
DEPUIS 1956

Online

www.femmesmagazine.lu

HÉLÈNA COUPETTE

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



Food

5 COMPTES INSTA à suivre pour les Foodista

Parce que les livres de cuisine sont souvent encombrants et finalement, assez peu ouverts, on préfère dénicher nos inspirations food directement sur Instagram. Le réseau social regorge de comptes et de photos plus alléchantes les unes que les autres. Le bonus ? Les IgTV et autres lives qui permettent de suivre les étapes en direct.

Beauté



© L'Oréal

Et si on coupait ?

Parce que la quarantaine forcée a eu raison de notre couleur et coupe de cheveux, et parce que l'on a résisté à l'envie de tailler dans la masse, on prend illico un rendez-vous dans notre salon de coiffure favori. Au programme ? Un carré. Flou, wavy, ni trop long, ni trop court. On vous donne toutes nos inspi coiffure.

Mode

COMMENT JE PORTE LE TAILLEUR-SHORT ?

Héritage des nineties, le bermuda squatte tous les feed des influenceuses. Coupé au-dessus du genou, porté bien loose, on l'aime lorsqu'il est accompagné d'un blazer tout aussi large. Une allure un brin Boyish à adopter pour passer l'été en ville.



Culture

NOS COUPS DE CŒUR SÉRIES DU PRINTEMPS

Alors que le confinement s'est achevé, il nous aura permis de découvrir de nouvelles pépites. Netflix, Amazon Prime, Disney + et OCS, chaque plateforme livre son lot de surprises. On dit tout sur celles qui ne faut absolument pas louper et qui vont faire votre été.

Lifestyle

UN ÉTÉ LUXEMBOURGEOIS

Si elles semblent compromises, du moins à l'étranger, les vacances n'en sont pas pour autant complètement annulées. Petit tour non-exhaustif des meilleurs spots du Grand-Duché pour apprécier notre été.



kichechef
HOME SWEET HOME

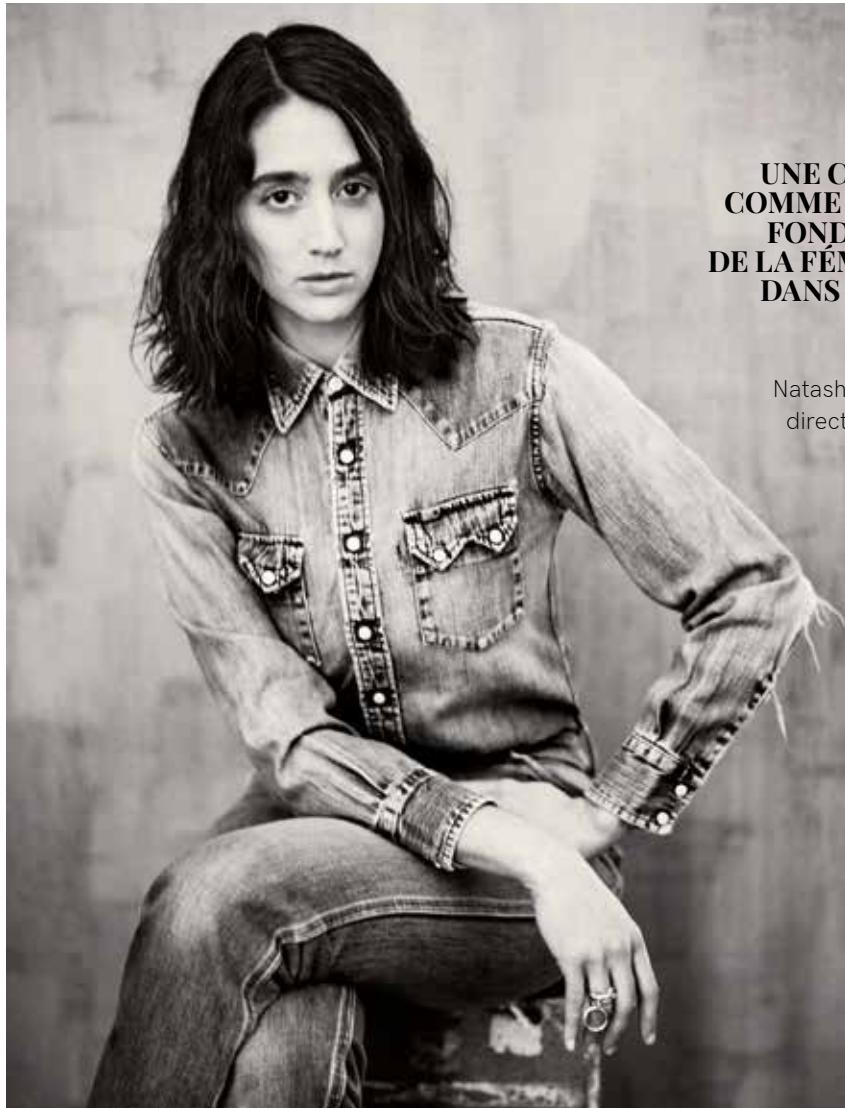
Photo: Kichechef Studio ©



**Tous les articles repris sur cette photo
sont disponibles chez Kichechef !**

69, parc d'activités Mamer-Cap / L-8308 Capellen
Téléphone: 26 30 30 1 **E-mail:** info@kichechef.lu

CHLOÉ



“

UNE COLLECTION
COMME L'EXPRESSION
FONDAMENTALE
DE LA FÉMINITÉ ANCRÉE
DANS LA RÉALITÉ

”

Natasha Ramsay-Levi,
directrice artistique

Fidèle à l'héritage de la maison anglaise, Natasha Ramsay-Levi propose un vestiaire moderne et romantique, où les teintes naturelles se mêlent aux matières brutes. Une collection qui prend ses distances avec un passé plus girly et donne le ton de l'ère Chloé version Ramsay.

PHOTOGRAPHIE PAOLO ROVERSI





Luxembourgeoise d'origine, Fanny Bervard a grandi et évolué au Grand-Duché avant de s'envoler étudier le Fashion Marketing à Barcelone et Milan. Globe-trotteuse et curieuse, elle ne cesse de barouder, de New-York à Berlin avant de revenir poser ses valises dans son pays natal. Depuis, elle créé des bijoux éthérés, délicat et infiniment modernes avec sa marque Romantico Romantico Studio. Un nom qui claque, des créations ultra-désirables qui s'arrachent, au point qu'elle vient de se mettre à son compte. Un mantra aussi, qui ne la quitte pas : « Difficult roads often lead to beautiful destinations ». Un pop-up store qui ouvrira le 2 juin, où nous pourrons retrouver ses plus belles pièces. Enfin, une créatrice à découvrir absolument.

N°214

HÉLÈNA COUPETTE | PHOTOGRAPHIE ROMANTICO ROMANTICO STUDIOS

Comment est née la marque ?

Je n'avais pas l'intention de créer une marque. Je ne porte pas beaucoup de bijoux, sauf des boucles d'oreilles. Comme je ne me retrouvais plus dans l'offre actuelle, j'ai décidé de créer mes propres bijoux. Un dimanche, en triant, j'ai retrouvé des colliers de perle que j'avais trouvé dans des marchés aux puces que je ne mettais plus. Mes premiers modèles ont été créé à partir de ces bijoux vintages. J'ai fait des trous plus gros dans les perles et je les assemblais dans des créoles d'une autre marque. Je les portais tout le temps et je recevais beaucoup de compliments. Tout est venu assez naturellement finalement.

J'ai commencé à en faire pour des amis, puis la demande s'est accrue. J'ai ensuite trouvé des fournisseurs, en prenant un soin particulier sur les matériaux utilisés. Tout s'est passé très vite. J'ai commencé à vendre beaucoup sur Instagram d'abord, avant même d'avoir un site en ligne. Puis ensuite, j'ai pu faire des Pop-up Store. J'ai eu une résonance incroyable auprès des clientes.

Comment définiriez-vous l'ADN de la marque ?

Intemporel et sans âge. J'ai des clientes de 70 ans et des adolescentes. Certaines achètent qu'une seule boucle pour le côté « jeune ».



“
**Mon rêve a toujours été de créer
ma marque de textile**

”



J'ai eu une cliente de 13 ans qui est venue avec sa grand-mère. Toutes les deux ont acheté les mêmes bijoux, mais les ont porté de manières différentes. J'ai trouvé ça super sympa. J'aime beaucoup les choses que l'on peut dépareiller, mixer. J'ai des vêtements que je garde depuis dix ans, alors que mon style a énormément évolué. Seulement, je les porte différemment aujourd'hui. Ce qui compte, c'est ce que l'on fait de nos vêtements, la façon dont on les porte. J'essaie de reproduire ça avec Romantico Romantico.

Quel impact a eu le confinement sur votre production ?

Je dois dire que ma société n'a effectivement pas été affectée par le confinement, bien au contraire ! J'ai eu énormément de soutien de la part de mes clients. Les gens ont vraiment apporté leur soutien aux commerces locaux ! J'ai vraiment été touchée de chacune des commandes reçues. Durant le mois d'avril, j'ai même doublé mes commandes. En revanche, le covid-19 m'a confronté à un problème d'ordre plus logistique, puisque j'ai dû faire face, à des soucis d'approvisionnement de matière première. Mais cela a été enrichissant et j'ai appris beaucoup de cette expérience.

Vous avez commencé sur Instagram, quel rapport entretenez-vous avec ce réseau social ?

Les réseaux sociaux m'ont énormément aidé. C'est une plateforme gratuite, aussi inspirante qu'accessible à tout le monde. Instagram m'a aidé tant à partager mes collections, les dates de mes pop-ups, qu'à me permettre de créer une relation plus proche envers mes clients. Pouvoir dialoguer directement avec ma communauté me rapproche de mes followers. Je n'avais pas d'e-shop lorsque j'ai commencé, les gens devaient me contacter par message privé.

Sans cette communauté, je n'existerais pas en tant que tel aujourd'hui. Les réseaux sociaux fournissent une plateforme incroyable aux entreprises.



Mon rêve est d'aller vers le « wholesale market », c'est-à-dire, trouver des boutiques qui revendent mes marques à leurs clients.

Vous travaillez essentiellement l'or et la perle de culture. Y a-t-il d'autres matériaux dont vous aimeriez vous servir ?

Pour la collection d'automne, je travaille pas mal le verre cristallisé. J'aime la façon dont les lumières s'y reflètent. C'est un matériel à la fois magnifique et neutre, que l'on peut facilement marier à d'autres matières, comme la perle ou le cristal qui illuminent le visage. La caution « bonne mine » immédiate.

Une icône qui vous inspire ?

Pour n'en citer qu'une : Lady Diana. J'aime beaucoup également Katherine Hepburn. Deux vraies icônes de style. En revanche, ma principale source d'inspiration reste mon entourage, mes amis, mon enfance, les voyages, mes années passées à Barcelone, Milan, New-York et Berlin, qui m'ont énormément formée.

À l'instar de la mode, le secteur du bijou est également marqué par les problématiques éthiques. Est-ce une cause à laquelle vous êtes sensibles ?

Je suis très rigoureuse lorsque je choisis mes fournisseurs. Actuellement, je privilégie la France, le Royaume-Uni et l'Asie. Mes perles proviennent d'entreprises familiales, présentes depuis plusieurs générations. Lors de mon dernier voyage en Asie, j'ai pu visiter une usine de perle qui m'a énormément plu, avec laquelle je travaille depuis le mois de mars.

Des collaborations prévues ou d'autres projets pour la suite ?

Mon rêve a toujours été de créer ma marque de textile. J'ai une idée très précise en tête, sur laquelle je travaille depuis l'hiver dernier. Si tout se passe bien, ma première capsule devrait sortir avant la fin de l'année.

Une citation qui t'inspire ?

Stop & smell the roses. •



MINI ELECTRIC

104



**LA MINI ELECTRIC EST LÀ.
COUP DE FOUDRE AU PREMIER REGARD.
À TESTER DÈS À PRÉSENT !**

BILIA-EMOND LUXEMBOURG

186, Route de Thionville - L-2610 Luxembourg
Tél. : +352 491941-1 - www.bilia-emond.mini.lu



MINI Cooper S E: CO₂ 0 g/km 0 l/100 km 15,2 - 16,6 kWh/100 km (WLTP)

Informations environnementales: mini.lu **DONNONS PRIORITÉ À LA SÉCURITÉ.** MINI Belux - BMW Belgium Luxembourg NV/SA - BE 0413533863 - mini.lu
Contactez votre concessionnaire pour toute information relative à la fiscalité de votre véhicule.

SOUS LES JUPES

des filles

N°214

Légères, fluides, imprimées et champêtres, nos robes s'encanaillent cet été. Mini ou midi, on ose toutes les longueurs. On l'aime midi et fleurie, boutonnée sur le devant, esprit L'Été meurtrier ou La Fille du Puisatier. Plus courte, on la préfère portefeuille, un peu rétro, voire Baby Doll, ambiance sixties. En bref, on s'autorise toutes les excentricités, pourvu qu'elles tourbillonnent.

HÉLÈNA COUPETTE



MASSIMO DUTTI



N°14



PATRIZIA PEPE



SCOTCH AND SODA



IKKS

TWINSET



JOHANNA ORTIZ X H&M



PEPE JEANS



PRIMARK



UNIQLO



Maman précieuse



N°214

ALLO MAMAN

cadeaux



Mère poule ou mère cool ? Et si, cette année, on ne choisissait pas ? Une sélection éclectique, capable de convenir à chacune et de faire plaisir à toutes. Un peu foodista, forcément connectée, légèrement précieuse et obligatoirement cocooning, la mère 3.0 est tout ça à la fois et ne fait aucune concession.

HÉLÈNA COUPETTE

Maryman connectée



Maryse Hoffmann
BIJOUTERIE HORLOGERIE
by S. Streff

LUXEMBOURG

Pour la Fête des Mères,
offrez-lui un bijou



Bijouterie Maryse Hoffmann by S.Streff

Stresa S.a.r.l.

11a, av. de la Porte-Neuve | L-2227 Luxembourg
Tél. : 47 18 73

Maman Cocooning



Maman foodista



Dites-le avec un coffret disponible chez iU

Fête des Mères oblige, il s'agit de trouver LE cadeau qui la ravira. Un casse-tête ? Pas avec cette sélection Nuxe, garantie sans fausse note. Retrouvez les essentiels de la marque, rassemblés dans des coffrets bien pensés. Magique, Matin et Soir des Possibles, on parie que vous trouverez le cadeau parfait.

Coffret ***Le Matin des Possibles*** Pour un réveil délicat

Fleur d'oranger, petit grain et musc cashmere, il n'en fallait pas plus pour qu'on craque pour cette fragrance fraîche et lumineuse. Version fête des mères, elle se décline en version bougie d'intérieur dans un coffret délicat et désirable. On aime en vaporiser quelques gouttes en creux du cou et dans l'intérieur des poignets, comme une senteur doudou, parfaite pour le réveil.

~~55,60€~~ **47,26€ (-15%)**



Coffret ***Magique*** Pour un moment magique

La gamme prodigieuse de Nuxe est à notre salle de bain, ce que la petite robe noire est à notre dressing : un basique indispensable. Alors quand la marque rassemble tous ses classiques au sein d'un même coffret, on fonce forcément. De l'huile Prodigieuse à la crème Gel Multi-correction et même la Bougie Prodigieuse, la senteur si particulière ne nous quittera plus.

~~39,85€~~ **33,87€ (-15%)**



Coffret ***Le Soir des Possibles*** Pour un soir particulier

Envoutant et sensuel, ce parfum nous offre de nouvelles perspectives nocturnes. Des notes de jasmin et de patchouli pour un jus décidément audacieux, qui booste notre féminité. Plein de charme, un peu mystérieux, Le Soir des Possibles n'a jamais aussi bien porté son nom. À essayer de toute urgence.

~~55,60€~~ **47,26€ (-15%)**



Profitez de 15% de remise sur tous les coffrets*

OFFRE VALABLE DU 08 AU 14 JUIN DANS VOTRE MAGASIN **iU - BERTRANGE**

*(sauf sur les coffrets Caudalie)



la Belle Etoile
SHOPPING CENTER

Route d'Arlon L-8050 Bertrange
Tél. : 27 39 73 03

NEWS MODE

AURÉLIE GUYOT

Au soleil



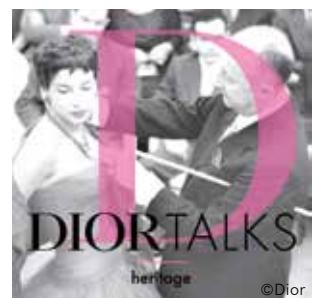
STAY TUNED

Les expositions mode qu'on attendait avec impatience demeurent pour l'instant difficilement accessibles. Heureusement, le Fashion Institute of Technology de New York a enrichi sa chaîne YouTube de nombreuses vidéos ! Vous pouvez ainsi visiter virtuellement l'exposition Ballerina : Fashion's modern muse et découvrir l'influence que le ballet a eu sur la mode... Ou assister aux discussions avec de nombreuses personnalités du monde de la mode, de Christian Louboutin à André Leon Talley.

À retrouver sur la chaîne YouTube The Museum at FIT.

PODCASTS

Nos marques préférées se sont mobilisées pour adoucir notre confinement ! À l'image de la Maison Christian Dior qui a publié une passionnante mini-série de podcasts offrant un voyage captivant à la rencontre des femmes qui ont inspiré le couturier.



Parmi elles, Madeleine Dior, sa mère, avec laquelle il partageait une fascination pour les jardins, ou encore Catherine Dior, sa sœur, icône de liberté et dont le tendre surnom, Miss Dior, célébra un parfum devenu culte. Passionnant et inspirant !

Mes chéries : les femmes de Christian Dior
à retrouver sur Spotify.

On profite enfin de nos jolis accessoires d'été ! Il nous tardait tellement d'étreindre notre nouvelle paire de lunettes de soleil... qu'on a décidé de ne plus les quitter ! Look classique et aviateur chez Chanel, oversize chez Dior, ou forme papillon très 50's à chiner en friperie... on ose tout, même les verres bleutés comme le modèle repéré chez Veronika Heilbrunner.

LE CHIFFRE

100

C'est le nombre de créations Yves Saint Laurent compilées dans le tout nouveau volet de la collection Ultime que la Maison Assouline consacre au grand couturier. Hommages à Picasso, Mondrian, Matisse, mythiques Ballets Russes, smokings, sahariennes et petites robes noires, il ne manque rien ! Ce magnifique ouvrage est signé Laurence Benäïm, qui nous avait déjà régale avec la biographie du créateur, une des meilleures publiées à ce jour. Un nouveau must have pour votre bibliothèque...

Yves Saint Laurent :
The Impossible Collection.
Plus de détails
sur www.assouline.com.

Mode de demain

Durant ces dernières semaines puis plus encore ces 2 derniers mois, l'industrie de la mode a multiplié les initiatives et prouvé qu'elle était prête à relever les défis d'aujourd'hui : plus d'éthique, de respect et de durabilité. H&M, géant de la fast fashion s'il en est, signe ainsi une nouvelle édition de Conscious Exclusive, des collections réalisées à partir de matériaux durables et recyclés. Et on adore ! Silhouettes tour à tour romantiques et chic, imprimés pointus et volumes audacieux... Idéal pour cet été !

HOME SWEET HOME



©Eres

Pour celles qui ont apprécié profiter de leurs intérieurs mais qui auraient besoin de renouveler leur stock de pyjamas et autres comfy outfits, Eres propose une ligne de lingerie et home wear toute douce qui ne sacrifie rien au look. Couleurs vibrantes, coupes tout confort mais seyantes... on parie que vous ne voudrez plus les quitter ! On a repéré une magnifique tunique esprit djellaba aux motifs abstraits ou encore une robe longue verte et vaporeuse idéale pour paresser...

À nos pieds

Après une timide incursion la saison passée, la sandale en cordage s'annonce comme la tendance incontournable des beaux jours. On aime son côté authentique, qui s'accorde aussi bien avec un slim qu'avec une petite robe fluide. Jouez à fond ce côté naturel en misant sur des couleurs douces, comme le crème ou le kaki. À associer avec un panier en osier customisé pour un look parfait !



©Hereu

Orange Sanguine



Parce que le color bloc est définitivement rentré dans la tendance, on n'hésite pas à associer les couleurs. Résolument pop, le rose et l'orange se marient parfaitement pour l'été. Et pourquoi ne pas y associer également du bleu ciel ?

HÉLÈNA COUPETTE



La base

Beauty Corner

à porter avec :





Le ciel à l'infini

#AcceptNoRoof

Vous êtes sans cesse à la recherche de l'exceptionnel ?

Voici un crossover qui transforme chaque voyage en expérience inoubliable !

Comme un SUV, il impressionne par son design puissant. Comme un cabriolet élégant, il apporte un souffle nouveau à votre journée. Prêt pour le meilleur des deux mondes ?



Démarrez le printemps
en beauté avec le nouveau

T-Roc Cabriolet

à partir de 30.800 €



Vous trouvez plus d'infos ainsi que la liste de tous les concessionnaires sur www.volkswagen.lu.

NEDC : consommation moyenne : 6,3 – 6,5 l / 100 km. Émissions CO₂ : 142 - 153 g / km.

WLTP : consommation moyenne : 5,4 – 5,6 l / 100 km. Émissions CO₂ : 123 - 127 g / km.

Valeurs déterminées suivant la méthode de mesure légalement obligatoire. Vous trouverez de plus amples informations sur la norme WLTP sur www.volkswagen.lu ou auprès de votre conseiller de vente Volkswagen. Photos non contractuelles.

volkswagen.lu

LES APRÈS-MIDI D'HIVER de Anna Zerbib

Un secret peut en cacher un autre

Pour elle, l'hiver portera désormais toujours le même sentiment, la mélancolie. Dans ce premier roman, la jeune auteure Anna Zerbib raconte explore les failles d'une obsession amoureuse pour tenter d'oublier la récente disparition de sa mère.

AGATHE RUGA



N°214



OI Éditions Gallimard
© Francesca Mantovani

“
Ils font l'amour
pour faire leur deuil
”

Elle aussi a eu une aventure pendant l'hiver, un garçon plus jeune. L'été suivant, elles cohabitent tandis qu'elle écrit son premier roman. Il y a ces gens qui gravitent autour d'elle et qui sont devenus transparents, mais aussi des amies qu'elle retrouvera plus tard, à Paris, elles l'accueilleront pour qu'elle écrive son histoire.

Elle est partie à Montréal avec Samuel, son compagnon français. Tous les jours, alors qu'il part travailler, elle rejoint Noah. Dans son répertoire, elle a enregistré « Nora ». Elle est entrée dans cet amour comme si elle en avait longtemps été sur le bord, certaines histoires ne vous demandent pas votre avis.

Elle était allongée sur un banc, il est descendu de l'immeuble pour l'embrasser. À Samuel, elle dit qu'elle passe ses après-midi à écrire alors qu'elle les passe à aimer ; au fond, c'est un peu la même chose. Elle enfile ses bottes de neige et se réfugie dans ses bras. Noah a 40 ans et son cœur, comme elle, est fêlé : il a perdu son père en mai dernier. Ils font l'amour pour faire leur deuil.

Dans son regard, elle reconnaît la douleur, elle a perdu sa mère. C'est le deuxième hiver sans elle. Une mère mélancolique, vivante l'été et perdue l'hiver, une mère dont on redoute plus les transitions que les états de tristesse ou d'euphorie. Chez Noah, elle retrouve l'absence, la fuite. Il la prévient dès le départ, « I won't tell you stories », il ne saura pas l'aimer, il partira. Il y a Claire aussi, cette amie, cette jumelle fausse, qui partage le même secret.

Un jour, à Montréal, Samuel apprend sa liaison, peut-être l'avait-il toujours su. Elle échange un secret contre un autre, elle ne dira rien à Noah. Sa solitude flirte avec la folie et laisse la place à un chagrin aussi grand que son obsession. C'est l'histoire d'un amour à oublier, d'un deuil à cacher. L'omniprésence de l'hiver et les errances de la narratrice nous plongent dans une ambiance humide, une sorte de canicule inversée, une torpeur unique. Ce roman aux reflets durassiens est une longue poésie, un texte sublime que l'on voudrait toujours lire. La plume est aussi envoûtante que prometteuse, une auteure est née. •

LE POCHE DU MOIS

L'Odeur de la colle en pot, d'Adèle Bréau, Livre de Poche. C'est *La boum* version années 90 ! C'est les cassettes qu'on rembobine, les téléphones fixes, les parents qui divorcent. C'est la peinture d'une génération. À lire !

Douceur folk

Du jean, du daim et du camel ? Il n'en fallait pas plus pour nous donner des envies d'évasion et de grands espaces. Chaussée de nos bottes couleur tabac, parfaites pour fouler le bitume, et habillée d'une robe chasuble en denim aux détails bien pensés, le tout réhaussé d'une ceinture en cuir, on prend des allures de Calamity Jane urbaine.



CLOSED

Robe
289 €



CLOSED

Sac
329 €



MURIELLE PEROTTI

Boucles d'oreilles
45 €



JANET

bottes
269 €



MAXMARA WEEKEND

Ceinture
115 €

-10%

sur présentation de votre carte de fidélité



VALERIE REDING

“Sur nos corps s’inscrivent tous les rapports de force qui traversent notre société”

Photographe, vidéaste, performeuse, danseuse et chorégraphe, Valerie Reding est tout à la fois, une artiste accomplie qui refuse de s’enfermer dans un domaine. Esthétique drag, tournure néo-trash, ambiance burlesque, personnages asexués et très sexuels, mascarades et artifices, l’héritage esthétique qu’elle puise pour ses images, mouvements et mots vient de la culture contemporaine, souvent populaire, et l’imagerie qui transite sur les réseaux sociaux. À l’aube de ses 19 ans, la Luxembourgeoise prend le large pour s’installer à Zurich après quelques détours à Cologne, Vienne et San Francisco. Quittant la fac d’architecture, à la suite à d’événements émotionnellement pesants, elle décide de ne plus ignorer ses envies et commence à étudier l’art, pour finalement y trouver sa place en tant qu’artiste transdisciplinaire.

GODEFROY GORDET

Votre travail artistique rassemble différents médias d’expression. Quelle distinction faites-vous entre eux ?

Malgré la forte pression du monde contemporain et des institutions artistiques de caser tout bien nettement dans des catégories réductrices et débilitantes, je résiste à ces séparations et mélange tous les différents médias dans ma pratique artistique. Je refuse toute hiérarchisation entre mes performances dites « alternatives » qui ont lieu dans des clubs de nuit ou encore l’organisation de fêtes (« lowbrow »), et des travaux qui ont lieu dans des cadres plus institutionnels ou académiques (« highbrow »).

Votre corps est souvent matière première de vos projets. Quelles possibilités d’exploration vous offre-t-il ?

Comme dit Paul B. Preciado: « Le corps est la chose la plus politique et la plus publique qui soit ». Sur nos corps s’inscrivent tous les rapports de force qui traversent notre société, notamment les rapports sociaux de sexes, de classes et de races. Voilà pourquoi les corps sont au centre de tous mes travaux artistiques qui sont fortement ancrés dans des questionnements sociaux et interpersonnels.



La recherche sur l’identité, le genre, la sexualité et le « hors norme », immergée dans votre approche artistique, n’échappera à personne. Pourquoi néanmoins « prioriser » un questionnement sur le féminisme et le mouvement queer ?

Ce sont des thèmes qui sont ancrés dans mon expérience personnelle et quotidienne. Les théories queers et féministes - parmi d’autres - sont alors quelques-uns des instruments qui me permettent de comprendre le monde réel.

Mais à la fin, c’est mon expérience réelle et les interactions avec autrui qui nourrissent mon travail artistique.

En exposant sa nudité au grand jour, sa fantasmagorie sexuelle, son être tout entier, comment conserver un brin d’intimité ?

Souvent, les gens voient dans mon travail des éléments de l’imagerie pornographique. Alors qu’en fait ça n’a jamais été mon intention. C’est leur regard qui sexualise mon corps. Dans certains de mes travaux



plus récents, je joue plus explicitement avec ces codes, parce que même si je voulais, je ne peux pas échapper au fait que mon corps est en permanence sexualisé et perçu comme objet de désir dans notre société. Je perçois mon corps comme mon outil de travail et, dans ce sens, je n'ai aucun besoin de préserver une intimité personnelle. D'ailleurs, pour moi, il n'y a pas de frontière entre pratique artistique, vie professionnelle, publique ou encore privée, tout se mêle intimement.

C'est par votre insatiable besoin de transformation que vous cassez les stéréotypes de genre. Est-ce que la transformation physique est une réponse à un questionnement identitaire?
Non mais cette transformation est à l'image de ma perception du monde et des êtres humains. Dans mon travail, je n'essaie pas de « redéfinir les normes »,

au contraire, j'essaie de questionner les définitions des normes et d'imaginer des concepts plus larges, fluides, dynamiques, plus dialectiques et non déterminés d'être humains, de corps, d'identités de genres, de sexualités et de relations interpersonnelles.

Qu'en est-il pour vous, en tant qu'artiste et entrepreneuse, en ces temps compliqués liés à la crise sanitaire ?

Face à la crise sanitaire, sociale et économique engendrée par COVID-19, les répétitions de ma dernière création m.a.d. ont malheureusement dû être interrompues. Aujourd'hui, j'ai le grand plaisir de pouvoir vous annoncer que j'ai pu déplacer la création en automne 2020. La première suisse aura lieu le 3 novembre 2020 à la Tanzhaus Zürich et la première luxembourgeoise le 13 novembre 2020 au Théâtre d'Esch dans le cadre du Queer Little Lies festival.

Outre ma pièce m.a.d., j'ai plusieurs projets qui sont impactés, des projets dont je suis également la productrice et dont je suis en charge des dédommagements de mon équipe et des reports de projet. Avec ces annulations viennent donc non seulement les pertes de gages, mais aussi beaucoup de travail administratif. La situation actuelle est donc très loin d'être un paradis créatif, contrairement à ce que pourrait penser le grand public.

Comment imaginez-vous l'avenir ?

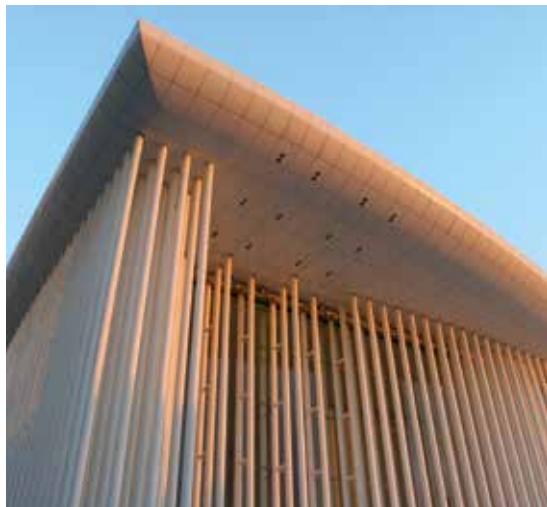
La crise actuelle met en lumière beaucoup de problèmes systémiques frappant la société, mais aussi en particulier le secteur culturel. J'espère que nous saurons utiliser son impact afin de rendre les modes de création artistique ainsi que les conditions de travail, de rémunération et de protection sociale des artistes moins précaires et plus justes. L'avenir semble encore très loin comme nous anticipons des conséquences dans le monde culturel de la crise actuelle au moins jusqu'en 2022.

Cependant, sur le plan artistique, j'espère que nous pourrons saisir cette opportunité pour réviser les modes de la production artistique – actuellement fortement soumise aux lois du marché capitaliste – et explorer de façon sérieuse les potentiels qui résident dans le numérique comme médium complémentaire pour créer des contenus artistiques, pour permettre à un public plus large d'avoir accès à des œuvres d'art et à la médiation ainsi que pour créer des communautés d'échange au-delà de la petite portion privilégiée de la population qui a actuellement accès à la création culturelle. ●

Website : www.valeriereding.com
Instagram : [valerie.reding](https://www.instagram.com/valerie.reding)
Vimeo : [valeriereding](https://vimeo.com/valeriereding)
Facebook : [valerie.reding](https://www.facebook.com/valerie.reding)

NEWS CULTURE

GODEFROY GORDET



N°214

LA CULTURE POST-CONFINEMENT

Alors que toutes les manifestations culturelles estivales ont été annulées ou reportées, si les salles de ciné, concert et théâtre, restent fermées, les bibliothèques et musées rouvrent progressivement, en ce prélude à l'été. Pourtant, si vous êtes encore frileux à l'idée de mettre un pied dehors, on peut toujours profiter des captations inédites diffusées par les Théâtres de la Ville de Luxembourg sur YouTube, se gaver sur la Casino Channel, se promener dans les visites virtuelles proposées par le MNHA, le *Dräi Eechelen*, le City Museum et l'espace Pomhouse du CNA, danser grâce aux « lives » Facebook du LuCoDa ou encore vibrer devant les concerts en direct sur les réseaux sociaux du *Live aus der Stuff* ou des *Crazy Quarantine Sessions* ou les *Phil Live Doheem* de la Philharmonie... C'est toujours mieux que de regarder les mouches voler.

OJ Jusqu'à réouverture

ALBUMS

GEESHE WILEY ET ELVIE THOMAS – RISE & ERASURE

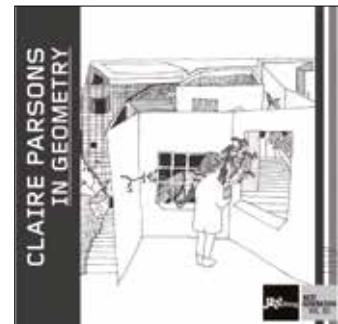
On reprend la vie au grand air en douceur avec cette anthologie blues des années 30. Un petit bijou de réédition, sorti à l'aube du déconfinement, comme un symbole, celui d'une reprise plus tendre, au ralenti, calé sur les airs que siffle *Rise & Erasure*. Heureusement que Night Records nous sauve ce disque incroyable qui a failli disparaître dans l'oubli. Car de ses énigmatiques interprètes, issus d'une époque où les voix des disques allaient et venaient dans un quasi anonymat, ne restent que les recherches de passionnés acharnés. De là ont été déterrés six morceaux, trônant aujourd'hui au panthéon de la musique d'avant-guerre et rassemblés ici dans ce 33 tours sublime d'une musique qui ne se fait plus.

OJ Blues / country, disponible



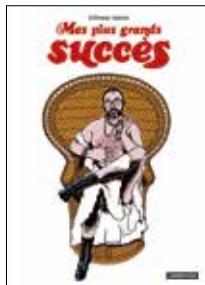
CLAIRE PARSONS – IN GEOMETRY

Une belle réunion musicale entre, ces musiciens qu'on ne présente plus, Claire Parsons, Eran Har Even, Jérôme Klein, Pol Belardi et Niels Engel (et Charles Stoltz à la prod'), un quintet qui se veut « contribution active au son du jazz européen moderne en évolution constante ». Guidé par les recherches stylistiques de Parsons autour d'une forme de géométrie musicale, *In Geometry* est un disque riche et complexe à la fois. L'ensemble des musiciens y met son âme, sa vision et apporte à l'ensemble un maillon de l'univers harmonique global, dans des influences de fait très larges, allant du jazz, folk, électro, pop, rock à la musique classique. Sorti chez DoubleMoon Records, on gage que le groupe n'en reste pas à ce disque et poursuive ses étonnantes recherches musicales.



OJ Jazz, disponible

LIVRE BROCHÉ

MES PLUS GRANDS SUCCÈS DE STÉPHANE TRAPIER

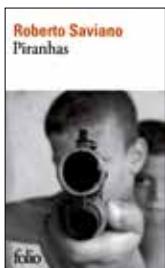
Stéphane Trapier est l'un des grands illustrateurs de notre époque. Publié dans *Télérama*, *Le 1, XXI*, *Le Monde* et auteur pour *Fluide Glacial*, il a posé ses dessins un peu partout là où il faut être... Après une première bande dessinée, *Tarzan contre la vie chère*, plutôt bien reçue à sa parution en 2014 et *Paris trash* en 2016, dans une belle collaboration avec la journaliste Elsa Barrère, le voilà publiant un recueil de ses « plus grands succès ». Un livre compilation, de ses illustrations phares, à des planches humoristiques auto-dérisoires ou politico-délirantes, marque de fabrique du talentueux Trapier.

○ Ed. Casterman, Bande Dessinée. Sortie le 10/06

LIVRE POCHE

PIRANHAS

DE ROBERTO SAVIANO



Roberto Saviano s'était illustré avec son roman enquête *Gomorra*, diffusé dans le monde avec succès et adapté au cinéma par Matteo Garrone, pour un récit mettant à nu la mafia napolitaine qu'on nomme là-bas La Camorra. L'écrivain et journaliste napolitain en revient au crime organisé dans son premier livre de fiction, *Piranhas*, pour raconter l'histoire d'un « baby-gang », un gang d'ados entre trafic de drogue et meurtre de sang-froid. Une nouvelle plaie criminelle issue des bas quartiers de Naples, agissant sur le modèle des parrains de la Camorra. Saviano livre une narration puissante, sur fond de faits réels glaçants, comme symptômes du modèle sociétal dans lequel nous vivons.

○ Ed. Gallimard, Folio. Sortie le 4/06

FILM INTERNATIONAL

En VOD

N°214

Du fait de la fermeture des salles obscures encore en vigueur, et du report des grands films prévus en ce mois de juin, nous voilà contraints de nous tourner vers les plateformes de streaming qui sont encore loin de proposer – dans leurs créations originales – une offre à la hauteur de l'industrie cinématographique « académique ».

Chez Netflix, le 5 juin sortirait *The Last Days of American Crime*, un thriller noir futuriste, tiré du roman graphique du même nom, réalisé par le Français Olivier Megaton et mettant à l'affiche Michael Pitt, Sharlto Copley et Edgar Ramírez.

Dans la même échoppe de VOD, *One Way for Tomorrow* est prévu pour le 19 juin et s'annonce comme le premier film « Netflix Original » turc produit par la multinationale américaine. Une romance entre deux étrangers en voyage, signée Ozan Açıktan et tenue par Dilan Çiçek Deniz et Metin Akdülger.



Disney façonne un nouveau héros nommé Artemis Fowl, et lui consacre 1h55 d'images disponibles sur Disney+ le 12 juin prochain. Kenneth Branagh (*Cendrillon*) à la direction, invite à « croire à l'incroyable » dans ce film fantastique à gros budget qui, impacté par le Covid, ne passera pas en salle et mise sur sa diffusion en ligne pour limiter la casse et sûrement plus que ça.

○ Sortie en juin sur Netflix et Disney +

NORA BACK

POUR PLUS DE JUSTICE SOCIALE

À peine quadra, Nora Back est présidente de l'OGBL et présidente de la Chambre des salariés et aujourd'hui mobilisée dans le cadre de la lutte contre le Covid-19. En plein confinement, elle a bien voulu répondre, à distance, à nos questions. Connue pour sa détermination et son franc-parler, elle nous livre un peu de son histoire et partage en toute convivialité quelques réflexions et ses priorités pour l'après-crise.

TEXTE : KARINE SITARZ | PHOTOGRAPHIE : MARC LAZZARINI

Votre fibre pour le syndicalisme remonte à vos années d'enfance ?

Quel a été le déclic ?

Mes deux grands-pères ont travaillé dans la sidérurgie. De ce fait l'organisation syndicale a toujours joué un rôle important dans notre famille. Je me souviens encore de mon grand-père maternel qui, les dimanches après-midi, mettait son costume-cravate pour se rendre, non sans fierté, aux assemblées générales de l'OGBL. Et puis, je n'ai jamais supporté qu'une personne soit traitée de manière injuste, à l'école par exemple. M'engager, militier, lutter pour plus de justice dans la société, pour la défense des intérêts des salariés et de leurs familles, a été une suite logique.

Diplômée en psychologie, vous avez choisi la voie du militantisme.

Qu'est-ce qui vous pousse à agir ?

J'ai fait des études de psychologie du travail parce que le monde du travail me passionne. Comme nous y passons la plus grande partie de notre vie, cela m'intriguait de savoir quelles choses nous y tracassent et quelles sont les conditions qui nous permettent de nous y épanouir. J'ai été très reconnaissante de pouvoir rejoindre l'OGBL en 2004 et à partir de là d'être en contact avec le terrain. Cela m'a permis de mieux connaître les problèmes, les doléances et les revendications du personnel, surtout dans le secteur social et de la santé dont je me suis occupée à mon arrivée. Au fil des années, ce qui m'a motivée, c'est la détermination sans faille de gens courageux qui luttent pour un meilleur monde du travail. J'ai eu la

chance de rencontrer des personnes incroyables qui, par la force de leur engagement et de leur solidarité, montrent qu'on peut faire bouger les choses.

Présidente de l'OGBL et de la Chambre des salariés, mobilisée dans la lutte contre le Covid-19, comment arrivez-vous à gérer ces grosses missions ? Y a-t-il encore de la place pour une vie privée ?

Je suis sincèrement émue et reconnaissante de la confiance que nos délégués m'ont accordée. Cela fait presqu'un an que je préside la Chambre des salariés et, depuis décembre, j'ai l'honneur d'être à la tête de l'OGBL. C'est un gros héritage que je suis fière d'assumer mais je ne suis pas seule ! J'ai une équipe formidable de syndicalistes engagés et professionnels à tous les niveaux de l'OGBL. Nous avons un bureau exécutif fort de huit membres chevronnés et l'appui de plus de 70.000 membres. Évidemment, chose que personne n'aurait pu prévoir, le début de mon mandat a été fortement impacté par la crise du Covid-19. Et si mon emploi du temps est très chargé, mon travail se concentre pour l'instant sur cette actualité. J'ai toujours eu une charge de travail conséquente mais je veille à avoir du temps libre et à maintenir un équilibre entre vie professionnelle et vie privée. Mère d'une fille de cinq ans, la vie de famille est une priorité pour moi.

Quelle sera votre priorité à la sortie de la crise du Covid-19 ?

La priorité de l'OGBL, c'est le maintien des emplois.

Nous allons être confrontés à une crise économique dont l'envergure nous échappe encore. Nous devons éviter à tout prix que cette crise sanitaire, qui se transforme en crise économique, ne devienne une crise sociale et humaine. Notre gouvernement a beaucoup soutenu les entreprises par toutes sortes d'aides étatiques. Il faudra également aider les salariés dans l'après-crise. Nous devons éviter que les inégalités sociales ne se creusent davantage et veiller à ne pas exposer plus de personnes à la précarité. En ce sens, le pouvoir d'achat des ménages doit être garanti. Nous avons des idées et aimeraisons en discuter avec le gouvernement et le patronat, notamment via un comité national tripartite.

Comment vivez-vous la période actuelle ?

C'est une période très compliquée, extrêmement mouvementée, nous passons par toutes sortes d'émotions. Personnellement, je n'ai pas vécu le confinement à l'extrême, devant me rendre sur mon lieu de travail. Pourtant, j'ai passé plus de temps avec ma famille, à la maison ou dans la nature, en respectant à la lettre les mesures de distanciation sociale même si en tant que syndicaliste, il est difficile de devoir renoncer à des droits démocratiques fondamentaux. Le plus dur a été de ne pouvoir aller chez mes parents, mon frère, mes neveux et nièces et mes amis proches. Le plus compliqué est de ne pas savoir quand nous pourrons retourner à la normalité. •

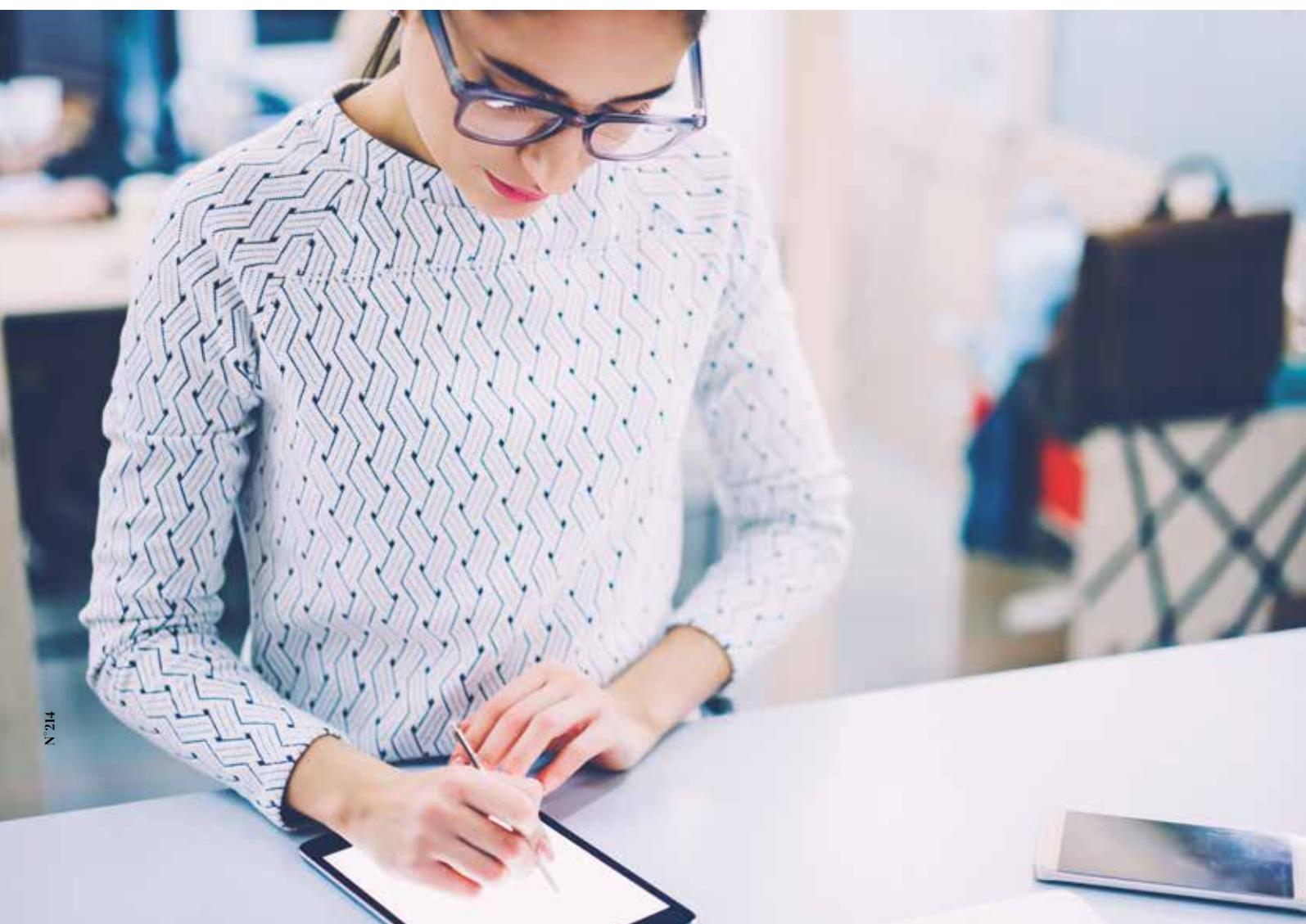


QUESTIONS À LA VOLÉE

UN LIVRE DE CHEVET
 « *Neuf parfaits étrangers* »
de Liane Moriarty.

UNE FEMME INSPIRANTE
*Chaque agente de nettoyage,
 chaque infirmière et soignante, chaque
 caissière, chaque femme travaillant dans
 le Carework, chaque mère, en particulier
 la mienne, prenant soin des autres.*

UN RÊVE
*Partir en vacances avec
 toute ma famille à l'été 2020.*



N°214

Le rôle des pétitions publiques *dans la vie luxembourgeoise*

Instaurées en mars 2014, les pétitions ont bel et bien changé la vie politique du pays et apporté la preuve de leur utilité dans la vie démocratique sur des sujets de société. C'est en effet un moyen simple de maintenir le contact entre les citoyens et les politiques. Tous (ou presque) peuvent s'exprimer grâce à ce dispositif sur diverses thématiques.

Éclairage.

CHRIS MICK

QUELLES SONT LES DÉMARCHES POUR DÉPOSER UNE DEMANDE DE PÉTITION ?

Tout citoyen âgé de 15 ans au moins et inscrit au registre national des personnes physiques (RNPP) peut déposer une pétition à la Chambre des députés afin de défendre un intérêt collectif. Il existe deux types de pétitions : la pétition ordinaire adressée par écrit au Président de la Chambre des députés qui sera renvoyée pour examen à la Commission des Pétitions avec un éventuel avis du ministre compétent ou d'une autre commission. Le pétitionnaire est informé de la suite de ses démarches par courrier.

Dans le cadre d'une pétition publique, il faut remplir plusieurs critères d'éligibilité (une demande d'intérêt général, ne pas aborder un sujet déjà évoqué au cours des 12 derniers mois, utiliser uniquement le formulaire dédié, disponible sur le site de la Chambre et respecter les principes d'éthique) avant d'être analysé. Si la demande se révèle irrecevable après examen, la pétition sera reléguée comme pétition ordinaire. Si toutes les questions sont loin d'aboutir à un débat public faute de recueillir les 4500 signatures nécessaires pour y accéder, certaines sont refusées immédiatement, car contraires à l'intérêt général. Il faut bien comprendre qu'une pétition se présente comme un instrument de dialogue, mais nullement comme un outil de décision. En effet, le pétitionnaire ne peut se prévaloir d'un droit de satisfaction.

LES THÉMATIQUES LES PLUS ABORDÉES

Depuis leur lancement en 2014, ce ne sont pas moins de 900 demandes qui ont été adressées à la Chambre des députés, et ce chiffre est en constante augmentation. Ainsi, en 2018-19, on a enregistré 189 demandes à la mi-juillet ! Les sujets abordés varient peu au fil des années. On y trouve des thèmes axés

vers la mobilité (les transports publics, la santé (les remboursements, les médicaments alternatifs ...), les conditions de travail (congés, problèmes divers sur les lieux d'exercice de sa profession), l'environnement, la famille, la sécurité routière et la langue luxembourgeoise.

“

Une pétition se présente comme un instrument de dialogue, mais nullement comme un outil de décision

”

On peut se rendre sur le site de la Chambre des députés pour consulter les pétitions en cours, les signer, mais aussi participer à des forums de discussion. Notre récente visite sur le site nous a ainsi conduits vers des questions comme « La semaine de travail de 4 jours au Luxembourg » (N°1493) qui recueille actuellement 621 signatures ou celle portant sur le contrôle et la réglementation du métier d'agent immobilier (N°1499) qui est encore loin des 4500 signatures à cette date. Au contraire, certaines d'entre elles suscitent un intérêt immédiat et rassemblent les voix en un temps record. Généralement, ce type de pétition traduit des tendances de la société, elles agissent comme une sorte d'indicateur des préoccupations des citoyens sur des questions fondamentales.

Tout le monde se souvient de celle portant sur la langue luxembourgeoise en 2016. Déposée à la fin du mois d'août, elle a recueilli les 4500 signatures seulement quatre jours après sa mise en ligne le 12 septembre. Finalement, ce sont 14 683 personnes qui ont validé le projet lors la clôture des signatures en octobre. La pétition 698 exigeait que le luxembourgeois devienne la première langue nationale du pays avant l'allemand et le français.

L'ensemble des documents administratifs ou de justice ainsi que les communications du gouvernement devaient être rédigées en luxembourgeois. Son instigateur souhaitait ainsi sauver la langue luxembourgeoise, craignant sa disparition. Le résultat ? Le gouvernement a adopté des mesures de promotion de la langue luxembourgeoise au travers du projet de loi 7321. Parallèlement, une autre pétition s'intitulait dans le même temps « Non à la langue luxembourgeoise comme première langue officielle du pays ». Elle a obtenu 5040 signatures et a également été portée devant le ministre de la Culture de l'époque. D'autres pétitions comme celle revendiquant la gratuité des transports publics pour tous les jeunes (N°728) a directement influencé des décisions du gouvernement en la matière à l'époque de son lancement en 2018. Loin d'être assimilées à un gadget, les pétitions sont de précieux outils pour la démocratie. Elles engagent les citoyens dans le débat public et leur permettent d'exprimer directement leurs préoccupations. •

LE CHIFFRE

660

*demandes de pétitions publiques ont été enregistrées entre 2014 et juin 2018.
(source : Chambre des députés)*

INTERVIEW

3 questions

**À NANCY KEMP ARENDT,
membre de la Chambre des députés et
présidente de la Commission des Pétitions**

Pouvez-vous nous préciser ce que signifient ces termes à l'aide d'exemples ? « Certaines se révèlent contraires à l'intérêt général ou à la Constitution. D'autres ne respectent pas les formes ou les délais imposés. Ces dernières, irrecevables, sont refusées. »

L'intérêt général signifie que les intérêts ou exemples particuliers, personnels et privés sont exclus. De même, les pétitions qui relèvent du domaine de compétence communal ne sont pas recevables par le Parlement. Sont également irrecevables les textes des pétitions qui contiennent des erreurs factuelles (il est possible que l'auteur soit prié de reformuler son texte) ainsi que des propos racistes, xénophobes ou incitant à la haine. Un délai de carence d'une année doit être respecté pour qu'une pétition similaire à une pétition déjà existante puisse être déclarée recevable.

Quels sont les derniers chiffres connus en matière de pétitions pour l'année 2020 ? Quelles sont les thématiques qui reviennent le plus ?

Du 1^{er} janvier 2020 jusqu'à ce jour 68 demandes de pétition publique (dont 10 sont des demandes de pétition ordinaire) ont été traitées par la Commission des Pétitions. Depuis le dépôt de la première pétition publique (12 mars 2014) 1192 demandes de pétition publique (dont 94 sont des demandes de pétition ordinaire) ont été traitées par la Commission des Pétitions. Les 10 thèmes qui reviennent le plus souvent sont (en ordre décroissant) : 1. la mobilité, 2. le travail, 3. la santé, 4. l'environnement et la nature, 5. la société et la famille, 6. les institutions et la démocratie, 7. la justice, 8. l'habitation, 9. l'éducation et 10. la langue et la nationalité.

La pétition la plus incongrue qui a fait l'objet d'un débat selon vous ?

Les débats publics qui ont eu lieu jusqu'à présent ont bénéficié d'un nombre élevé de signatures et d'un grand soutien de la part de la population. S'il fallait choisir une pétition qui a pu paraître quelque peu surprenante, nous pourrions éventuellement citer une pétition ayant eu comme objet la menace qui, selon le pétitionnaire, vient de la théorie conspirationniste des chemtrails, donc des gaz d'échappement des avions. Mais il s'agit là d'une pétition qui n'a pas reçu de soutien, étant donné qu'elle a été déclarée irrecevable. Pour des raisons de non-dévalorisation, il n'est pas possible de citer d'autres pétitions possiblement saugrenues et/ou étranges. Il est à noter que depuis l'instauration du système de dépôt des pétitions (2014) aucune pétition "incongrue" n'a fait l'objet d'un débat public. Par ailleurs, toutes les pétitions ayant déclenché un débat public ont bénéficié d'un grand soutien de la part de nos concitoyens, ce qui mérite amplement le respect de la Commission des Pétitions, d'autant plus que ces pétitions visent des problèmes d'ordre sociétal ou lancent des idées intéressantes tout à fait dignes d'être soutenues.



PÉTITIONS & COVID-19

La crise du Covid-19 a donné lieu à de nombreuses pétitions concernant le télétravail, le chômage partiel pour les indépendants, mais nous suivons particulièrement celles attenantes à la suppression définitive du déploiement de la 5G au Luxembourg (N°1560) et à l'ouverture des écoles, lycées, crèches et maisons relais en septembre (N°1550). À l'heure où nous imprimons ces pages, elles recueillent déjà le nombre de signatures requises pour être débattues à la Chambre. À suivre !

..... INFO EN +

Pour consulter les pétitions en cours de procédure ou celles déjà traitées, rendez-vous sur le site de la chambre www.chd.lu/wps/portal/public/Accueil/TravailALaChambre/Petitions/RoleDesPetitions

Les noms, prénoms et lieu de résidence du signataire sont publiés sur le site Internet de la Chambre des députés, à moins que le signataire n'en décide autrement. Le choix est à effectuer lors de la signature de la pétition.

PLUS QUE JAMAIS VEILLER À L'ÉGALITÉ HOMMES-FEMMES

Dépendant du syndicat éponyme, le LCGB-Femmes défend nos intérêts en tant que femmes dans le monde du travail.
Dans le contexte actuel et si particulier lié à la crise du COVID-19, la fédération attire une nouvelle fois l'attention sur le respect de l'égalité de traitement entre hommes et femmes. Explications.

La crise sanitaire que nous connaissons a mis en lumière le rôle important des femmes dans notre société. Domaine médical, commerces, services aux personnes, nettoyage de bâtiments... Dans de nombreux secteurs jugés essentiels durant la pandémie du coronavirus, des femmes ont poursuivi leur activité professionnelle afin de soigner et servir leurs concitoyens.

Dans ce cadre, le syndicat LCGB, à travers sa structure dédiée aux intérêts des femmes, revendique, plus que jamais, le respect des droits à l'égalité entre les sexes. « Nous appelons le gouvernement et les employeurs à garantir une stricte égalité de traitement entre les femmes et les hommes, à assurer une application rigoureuse du principe de l'égalité salariale et à accorder les mêmes conditions de travail à tout collaborateur, afin de garantir la santé et la sécurité de chacun », précise Vanessa Correia, Secrétaire syndicale en charge du LCGB-Femmes.

Par ailleurs, alors que le télétravail s'est généralisé pour beaucoup ces dernières semaines, le domicile est devenu, également, un lieu de travail. De nombreuses femmes doivent, plus encore qu'à l'accoutumée, parvenir à jongler entre les tâches du quotidien et leur fonction. « Ainsi, le LCGB-Femmes plaide pour une meilleure conciliation



entre vie familiale et vie professionnelle ainsi que pour le droit à la déconnexion professionnelle », souligne Vanessa Correia.

DES MESURES AU CŒUR DE LA DÉMARCHE DU LCGB-FEMMES

Ces revendications de la part du LCGB-Femmes ne sont pas nouvelles. Elles constituent en effet le cœur du programme d'actions du nouveau comité de la fédération défini en décembre dernier et qui doit encadrer ses activités jusqu'en 2024. Face à la crise que nous traversons actuellement, ces considérations trouvent néanmoins un écho grandissant. « Le LCGB-Femmes s'attache à défendre les droits et les intérêts des femmes, tant d'un point de vue économique que social, explique Vanessa Correia.

Afin de protéger et renforcer la position des femmes sur le marché du travail, nous luttons particulièrement contre la sous-évaluation du travail des femmes, les stéréotypes de genre au travail et les discriminations existantes. »

INFOS CORONAVIRUS

Retrouvez toutes les actualités concernant les mesures mises en place pour les salariés et salariées dans le cadre de la crise du COVID-19 :

sur le site web du LCGB via l'adresse www.lcgb.lu/coronavirus-news/ ou sur la page Facebook du syndicat www.facebook.com/lcgb.lu.



LA FINANCE DURABLE

explose

Alors que la planète est confrontée à des enjeux écologiques et sociaux sans précédent, le développement durable s'invite dans tous les secteurs de notre vie quotidienne. La finance n'y échappe pas. Preuve en est, les investissements responsables sont en hausse constante.

JEANNE RENAULD

Ces dernières années, les placements dits durables et responsables séduisent de plus en plus d'investisseurs. Ils représenteraient ainsi aujourd'hui entre 20 et 30 % du marché global des investissements quand, hier, ils ne constituaient encore qu'un secteur marginal. « Aujourd'hui, les clients veulent avoir un impact positif sur la société à travers leurs investissements. Ils prennent conscience qu'ils peuvent faire changer les choses, exprimer leurs convictions et les valeurs qui leur sont chères par le biais de la finance, en investissant dans certaines entreprises plutôt que d'autres », souligne Ophélie Mortier, Responsible Investment Strategist au sein de Degroof Petercam.

QUAND LE DURABLE DEVIENT LA NORME

« Nous faisons face à une importante crise climatique et le grand public y est de plus en plus sensibilisé. Les investisseurs se posent de plus en plus de questions, veulent savoir comment ils peuvent agir et contribuer, par leurs placements, à résoudre ces problématiques », poursuit Laurent Simeoni, Head of Portfolio manager chez ING Luxembourg. « Parallèlement, les injustices sociales sont de plus en plus tangibles.

En témoigne l'écart qui se creuse entre la population la plus riche et la plus pauvre, et qui donne notamment naissance à de nombreux mouvements au niveau mondial, ajoute Georg Joucken, Head of Private Banking au sein de la Banque Raiffeisen. Dans ce contexte, la demande pour des placements plus durables et responsables augmente. »

Fonds ESG, impact investing, or éthique... Les possibilités pour investir dans la finance durable sont multiples et variées

Les entreprises, de leur côté, doivent évoluer, adapter leurs pratiques et leur business model si elles veulent continuer à attirer les actionnaires. Les banques sont aussi soumises à la pression du régulateur. Et ce n'est que le début. « L'évolution des régulations au niveau de la protection des investisseurs va en effet certainement tendre à inciter les banques à intégrer davantage de critères liés à l'investissement

durable », précise Laurent Simeoni. Pour répondre à cette demande croissante et aux enjeux actuels, l'offre en placements durables s'est étoffée et diversifiée ces dernières années. « La finance durable n'est pas nouvelle, elle existe depuis des dizaines d'années. Mais, longtemps, elle est restée un produit de niche, confie Sandrine De Vuyst, Head of Private Banking chez ING Luxembourg.

La finance durable s'est développée de manière considérable assez récemment sur des places financières telles que Luxembourg, Londres et Genève, mais les pays scandinaves, par exemple, étaient déjà en avance sur le sujet. Dans quelques années, les investissements responsables seront devenus la norme. » Pour Marie Melikov aussi, Estate Planning chez Degroof Petercam Luxembourg, la finance durable va devenir irréversible. « On continuera certainement à avoir de la finance classique mais la part de la finance durable va considérablement s'accroître. On n'est donc clairement pas dans un effet de mode mais dans une tendance de fond. Ce phénomène est surtout porté par les jeunes générations, les Millenials tout particulièrement, et les femmes, qui semblent davantage préoccupés par ces enjeux ». N°214

POUR TOUS LES PROFILS

Mais qu'entend-on au juste par finance durable ? « Il y a une certaine confusion autour de ce terme, souligne Georg Joucken. On pense généralement que la finance durable soutient uniquement des projets environnementaux. On oublie bien souvent qu'elle intègre également des enjeux sociaux et sociétaux, ou encore de gouvernance. »

Concrètement, différents outils et produits permettent d'investir de manière durable, quels que soient son âge, son niveau de fortune et son profil de risque. Un investisseur conventionnel développe des critères très rationnels. Son objectif est clair : il souhaite maximiser son bénéfice, pour lui, et est donc attentif aux performances et aux risques de ses investissements. Plus les convictions personnelles prennent le pas sur cet intérêt financier personnel, plus on évolue dans le spectre de l'investisseur durable.

On peut par exemple investir dans des ETF SRI (Socially Responsible Investment). Cela permet aux investisseurs de réaliser des placements dans des fonds qui éliminent certains secteurs d'activité tels que la pornographie, le tabac ou l'armement. On parle dans ce cas d'un screening négatif. Certains produits opèrent quant à eux un screening positif. Les fonds ESG (Environnementaux, Sociaux et de Gouvernance) soutiennent ainsi des entreprises qui présentent des activités ou des projets durables, qui s'engagent en faveur de plus de responsabilité et de durabilité. Il s'agit d'investir dans des entreprises en transition ou qui apportent des solutions aux enjeux actuels et de demain à travers leurs produits ou services. En fonction de ses affinités, on peut par exemple se tourner vers des fonds thématiques, autour de l'énergie renouvelable, de l'immobilier social, de l'éducation, de la diversité des genres, de l'égalité des chances ou encore de

“
Sous l'impulsion de la COP21 notamment, et des grands enjeux climatiques et sociétaux actuels, la finance durable devient aujourd'hui une tendance de fond

”



l'alimentation durable. On peut aussi opter pour une combinaison de thèmes afin de diversifier son portefeuille et en diminuer le risque. Il s'agit ainsi de déterminer si vous souhaitez investir dans des sociétés durables ou aider des sociétés à devenir durables. « C'est une question de choix éthique et de positionnement en tant qu'investisseur, explique Ophélie Mortier. On peut souhaiter ne pas financer certains secteurs ou activités ou bien soutenir des acteurs qui apportent des solutions aux enjeux de demain. »

Il est aussi possible d'investir dans de l'or équitable, ou encore de se tourner vers l'impact investing. « Comme leur nom l'indique, ces investissements permettent de mesurer clairement, de manière très concrète et quantitative, l'impact des projets soutenus et les résultats qu'ils permettent d'atteindre », précise Georg Joucken. La finance durable peut être poussée jusqu'à son paroxysme : on parle

alors de philanthropie. Dans ce cas, l'investisseur n'a plus d'intérêt financier, il investit pour la bonne cause, pour un impact social ou environnemental. On le voit, les produits proposés aujourd'hui sur le marché permettent vraiment de répondre à l'ensemble des demandes.

PAS DE COMPROMIS SUR LE RENDEMENT

Contrairement aux idées reçues, investir dans des placements durables n'est pas contre-performant. Au contraire. « Longtemps, on a utilisé l'argument d'une moindre performance. Or, il n'y a jamais eu de grande différence entre les investissements responsables et conventionnels », confie Sandrine De Vuyst. Aujourd'hui néanmoins, les études prouvent que les performances en matière de finance durable sont équivalentes, voire meilleures, que dans la finance classique, et ce partout dans le monde.

MEDECIN
ENSEIGNANT
TRANSPORT
SUPERMARCHE
POMPIER
SOLDAT
EBOUEUR FACTEUR
POLICIER FACTEUR
PHARMACIEN
FACTEUR

AMBULANCIER
BENEVOLE
TRANSPORT
PHARMACIEN
PREMIERS SECOURS
INFIRMIERE

BENEVOLE
TRANSPORT
PHARMACIEN
PREMIERS SECOURS
INFIRMIERE

EBOUEUR
FACTEUR
POMPIER
PHARMACIEN
POMPIER

POLICIER
TRANSPORT
NETTOYAGE
PHARMACIEN
POMPIER

AMBULANCIER
TELECOMMUNICATIONS
SOLDAT
EBOUEUR
NETTOYAGE

MEDECIN ENSEIGNANT

Merci de tout coeur

SOLDAT EBOUEUR
EBOUEUR FACTEUR
BENEVOLE INFIRMIER PREMIERS SECOURS
PHARMACIEN AMBULANCIER EBOUEUR
SOLDAT PREMIERS SECOURS
TELECOMMUNICATIONS TRANSPORT
POLICIER INFIRMIERE
AMBULANCIER TELECOMMUNICATIONS
POMPIER FACTEUR SUPERMARCHE
MEDECIN SOLDAT
NETTOYAGE VOUS



do your thing

« Il est difficile de dire si on est face à une surperformance systématique de la part des investissements durables mais, dans tous les cas, ces bons résultats s'expliquent assez facilement », indique Ophélie Mortier. « Une société qui investit dans la durabilité utilise ses ressources de manière plus efficace, ce qui se révèle économiquement plus intéressant. Parallèlement, une société qui est attentive à sa responsabilité sociétale fait plus d'efforts pour ses employés et leur bien-être, ce qui se valorise mieux sur les marchés boursiers, commente Georg Joucken. Enfin, l'intérêt pour ces produits étant grandissant, les flux de liquidités vers ces placements sont plus importants, ce qui donne encore un coup de pouce à la valorisation de ces sociétés. »

Point de vue risque, ces placements se révèlent aussi beaucoup plus stables. « Étant donné que ces entreprises ne sont pas actives dans des secteurs controversés, elles font face à un moindre risque de scandales, ce qui réduit la menace en matière de réputation et la volatilité du portefeuille », explique Marie Melikov.

Pour l'heure, les portefeuilles 100 % durables demeurent encore rares. « Il y a bien sûr des clients convaincus dès le départ, avec de fortes convictions. Mais pour la plupart, les clients se laissent convaincre et testent, commente Sandrine De Vuyst. On est dans une période d'adaptation et de transition. Clairement, la finance durable est la finance de demain. »

Dans ce contexte, chaque investisseur doit se demander comment il désire se positionner sur ce sujet. « Si ce n'est pas moi qui le fais, alors qui le fera ? Si je ne le fais pas aujourd'hui, alors quand le ferai-je ? », questionne Georg Joucken. À chacun d'y réfléchir... •



[LES INFOS EN +](#)

DES INVESTISSEMENTS ACCESIBLES

Nul besoin d'être fortuné pour investir dans des placements durables ou responsables. Si la gestion discrétionnaire nécessite de disposer d'un patrimoine certain, investir dans un fonds est déjà possible à partir d'une centaine d'euros.

UNE RÉGLEMENTATION QUI VA DANS CE SENS

Les placements responsables devraient encore fortement progresser dans les années à venir. En effet, à partir de mars 2021, les banques se verront dans l'obligation de demander à leurs clients s'ils sont intéressés par des produits issus de la finance durable. De quoi peut-être mettre la puce à l'oreille à certains clients qui ne sont pas encore sensibilisés au sujet.

LE CHIFFRE

101

C'est le nombre de fonds labellisés ESG par LuxFLAG, agence de certification au Luxembourg, en décembre 2019.

QUI JUGE DE LA DURABILITÉ DES INVESTISSEMENTS ?

« Les entreprises sont cotées et reçoivent des notifications, un peu à la manière de ce que fait Standard & Poor's pour les actions et les obligations mais avec cependant une différence importante : les agences de notation extra-financière ne sont pas payées par les entreprises qu'elles notent », explique Ophélie Mortier. « Ce n'est néanmoins pas une science exacte, reconnaît Georg Joucken. On trouve toute une série d'approches et de certifications sur le marché. Les unes procèdent par élimination, quand d'autres fonctionnent par niveau de tolérance ou combinent les deux approches. » Au Luxembourg par exemple, c'est l'agence LUXFLAG qui se charge de labelliser les fonds durables. L'Europe s'est toutefois engagée à clarifier la situation, afin de pouvoir s'appuyer sur un socle commun en la matière dans les différents États membres. La plupart des banques opèrent néanmoins elles aussi leur propre sélection. « Une fois que les fonds sont certifiés, nous appliquons notre propre processus de sélection maison par-dessus, explique Laurent Simeoni. Chaque banque présente une approche spécifique à cet égard, développe une politique plus ou moins restrictive, en fonction de ses valeurs et de son positionnement. »

INVESTISSEMENT DURABLE ET RESPONSABLE : CONCILIER PATRIMOINE ET ENGAGEMENT

Vous souhaitez combiner impact socio-environnemental et rendement financier ? Promouvoir vos engagements sans toutefois renoncer au potentiel de croissance ? C'est possible avec l'investissement durable et responsable.

RSE, ISR, IDR, ESG : COMMENT S'Y RETROUVER ?

Les thématiques liées à la notion d'investissement responsable gagnent du terrain, tant pour les investisseurs institutionnels que pour les particuliers. Responsabilité Sociétale des Entreprises (RSE), Investissement Socialement Responsable (ISR), Investissement Durable et Responsable (IDR ou en anglais Sustainable & Responsible Investment), critères Environnementaux, Sociétaux et de Gouvernance (ESG) : tant d'acronymes, qu'il en est parfois difficile pour un investisseur de s'y retrouver et de prendre des décisions d'investissement éclairées.

UNE VISION DURABLE DE L'INVESTISSEMENT

L'investissement Durable et Responsable (IDR) se définit comme une approche de long terme qui, selon Eurosif « combine l'analyse fondamentale et l'engagement avec une analyse des facteurs Environnementaux, Sociétaux et de Gouvernance (ESG) afin de mieux capturer les rendements à long terme pour les investisseurs et d'en faire bénéficier la société en tentant d'influencer le comportement des entreprises ».

ESG : L'ANALYSE EXTRA FINANCIÈRE

Les seuls critères financiers ne suffisent plus aujourd'hui à évaluer une entreprise. Les critères Environnementaux, Sociaux et de Gouvernance (ESG) constituent les trois piliers de son analyse extra-financière.

LES CRITÈRES ESG

- **Environnemental**: La gestion des déchets, la réduction des émissions de gaz à effet de serre, la prévention des risques environnementaux, etc.
- **Social**: La prévention des accidents, la formation du personnel, le respect du droit des employés, la chaîne de sous-traitance, le dialogue social, etc.
- **Gouvernance**: L'indépendance du conseil d'administration, la structure de gestion, la présence d'un comité de vérification des comptes, etc.

DIFFÉRENTES APPROCHES DE GESTION

Au sein de la gestion de portefeuille, il existe différentes approches : exclusion, ESG, thématique, impact... Si elles peuvent fonctionner de façon indépendante, elles ne sont pas exclusives et sont d'ailleurs souvent combinées au sein d'un même portefeuille. Avant toute décision d'investissement, mieux vaut s'entourer d'experts pour vous accompagner dans votre démarche et faire les choix qui vous correspondent.

UN ENGAGEMENT POUR DES INVESTISSEMENTS RESPONSABLES

En complément de sa politique active en matière de RSE, la Banque de Luxembourg a de tout temps adopté une stratégie d'investissement responsable. Depuis plusieurs années, BLI – Banque de Luxembourg Investments S.A., la société de gestion de la Banque de

Luxembourg, est signataire des Principes pour l'Investissement Responsable soutenus par les Nations Unies (UNPRI). La Banque de Luxembourg propose une offre durable et responsable via notamment le fonds Sustainable Horizon labellisé Luxflag ESG ainsi qu'un mandat de gestion dédié, répartissant les avoirs entre différents instruments financiers respectueux des critères ESG. Un élan qui se poursuit activement pour permettre, à tous les investisseurs qui le souhaitent, de donner du sens à leur patrimoine.

Vous souhaitez investir de manière durable et responsable ?

Nos équipes sont à vos côtés pour vous guider dans votre démarche. N'hésitez pas à les contacter.



VIVIANE FEIREISEN
CONSEILLÈRE BANQUE PRIVÉE
viviane.feireisen@bdl.lu
Tél.: 499 24-3155

*www.eurosif.org, association visant à la promotion de l'investissement durable et responsable en Europe.

LE LUXEMBOURG EN ROUTE

pour une énergie plus verte !

Le Luxembourg mauvais élève en matière d'écologie ? Malheureusement, à n'en pas douter, dès lors que l'on sait que le pays ne dispose d'aucune ressource propre et se doit donc d'importer l'intégralité de ses ressources énergétiques. En effet, en 2018, la totalité des hydrocarbures et 86% de l'électricité consommés dans le pays provenaient des importations, soit le plus haut niveau de dépendance énergétique vis-à-vis de l'extérieur au sein de tous les pays membres de l'Agence internationale de l'énergie (AIE).

Pour autant, le Luxembourg ne baisse pas les bras et entend bien combler ses lacunes en la matière.

Ainsi, le gouvernement travaille activement à la mise en œuvre d'un programme des plus ambitieux pour réduire considérablement ses émissions de gaz à effet de serre d'ici à 2030. Un chantier colossal mais nécessaire qui s'illustrera concrètement dans la mise en place de nouveaux investissements green.

N°214

SARAH BRAUN

LUXEMBOURG, ROI DU PÉTROLE

Si le Luxembourg puise historiquement son énergie dans le pétrole, qui représentait encore 59,5 % de la consommation nationale d'énergie primaire en 2018, le pays regarde vers l'avenir et songe à sa transition énergétique. Et celle-ci s'annonce des plus délicates dans un pays qui a connu une très forte croissance démographique (+ 20 %, ndlr.) lors de la dernière décennie, en plus de voir son PIB progresser de 3,2 % par an en moyenne entre 2015 et 2019. Durant cette période, la consommation d'énergie primaire a significativement augmenté également : + 6 % (entre 2016 et 2018). Opérer une transition énergétique en douceur s'apparente dès lors à un enjeu de taille.

Ainsi, dans son projet de plan national intégré en matière d'énergie et de climat (PNEC) pour la période 2021-2030, présenté en décembre 2019 par la ministre de l'Environnement, du Climat et du Développement durable, Carole Dieschbourg, et le ministre de l'Énergie, Claude Turmes, le Luxembourg souhaite inscrire ses « ambitions élevées » afin de lutter efficacement contre le changement climatique. Le Grand-Duché a notamment mis l'accent sur son ambition de réduire ses émissions de gaz à effet de serre de quelque 55 % d'ici à 2030, et ce par rapport au niveau relevé en 2005.

Concrètement, cela se traduira par la prise de différentes mesures, dont « les modalités exactes d'exécution seront élaborées dans le cadre des préparatifs de la future réforme fiscale qui est prévue

pour l'année 2021 », avait alors expliqué le ministère luxembourgeois dédié à l'Énergie.

Première mesure donc, l'introduction d'une tarification du CO₂ dès 2021 sur tous les produits pétroliers ainsi que sur le gaz naturel, avec un prix de départ de 20 € par tonne à partir de 2021. Dès 2022 et ce jusqu'en 2023, des augmentations annuelles de cinq euros par tonne de CO₂ seront à prévoir. En sous-texte de cette lourde taxe carbone, le souhait manifeste d'inciter le pays à se tourner au plus vite vers des énergies vertes et renouvelables. Car si le pays a longtemps compté sur son rôle prépondérant en tant que place financière, le Grand-Duché tend à présent à se positionner en qualité de centre financier de premier plan pour la finance verte.

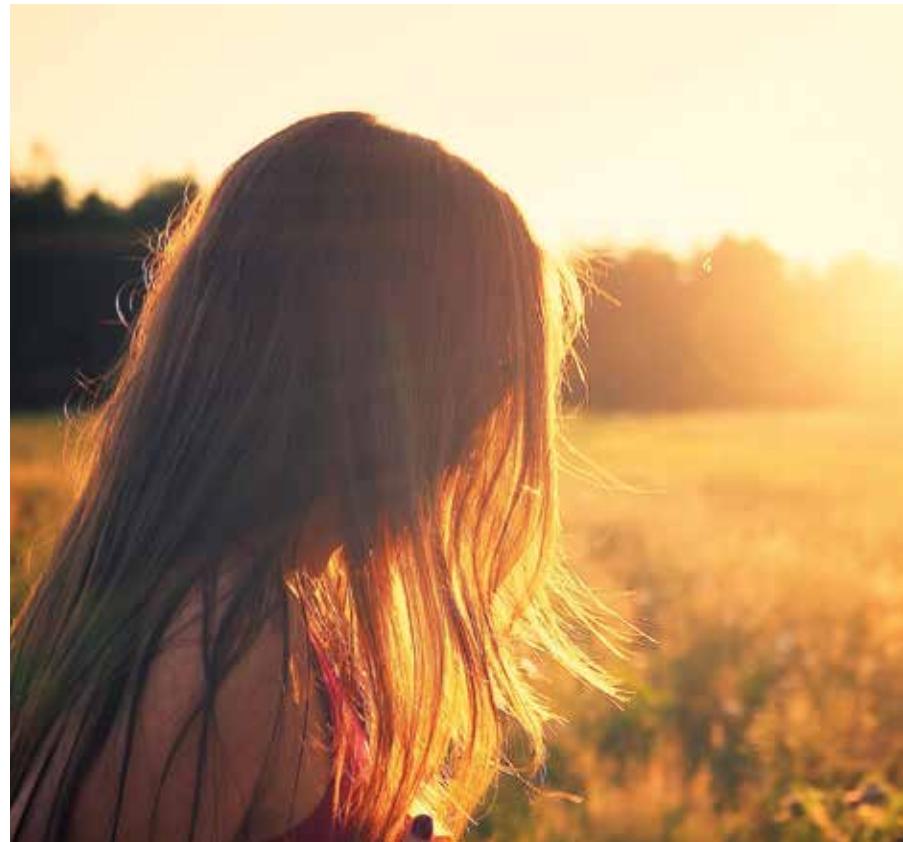


Le Luxembourg est en effet « le leader européen dans cette catégorie d'actifs » (avec plus de 160 obligations vertes cotées, ndlr).

Ainsi, dans son projet de plan national intégré en matière d'énergie et de climat (PNEC) pour la période 2021-2030, le Grand-Duché s'est donc engagé à « une utilisation et une promotion renforcée des énergies renouvelables » - excluant au passage le recours à l'énergie nucléaire. Son ambition ? Qu'à l'horizon 2030, les énergies renouvelables représentent quelque 25 % de sa consommation d'énergie finale brute. Pour ce faire, le PNEC fait ainsi mention d'un déploiement du solaire et des pompes à chaleur, mais surtout sur « l'énergie éolienne, l'une des trois technologies clés pour le Luxembourg (éolien, solaire, biomasse), qui a dépassé les attentes du NREAP 2009 et sera donc encouragée en conséquence. Un nouveau départ sera donné dans le domaine du photovoltaïque en vue d'une utilisation massive.

En ce qui concerne la biomasse, l'accent sera mis sur l'utilisation en cascade ou l'utilisation multiple (rondins de bois pour les scieries de l'industrie du meuble et de la construction, le vieux bois et les déchets de bois pour les entreprises de plaques de serrage, bois de déblais et de rabattage pour les systèmes de cogénération) et les critères de ? seront améliorés. De plus, de nouvelles pistes telles que celle de la géothermie seront davantage explorées et encouragées », avait alors expliqué le ministre de l'Énergie. Pour ce faire, le gouvernement entend ainsi renforcer les subventions dédiées à l'investissement et des aides aux particuliers et aux entreprises.

L'objectif ? Inciter professionnels et particuliers à faire le choix des énergies vertes et renouvelables pour, in fine, réduire les importations nationales d'énergie, et par la même occasion voir diminuer la consommation intérieure.



Le projet de PNEC du Luxembourg prévoit en effet d'augmenter l'efficacité énergétique de 40 % à 44 %, par rapport au niveau de 2007.

L'ENJEU MAJEUR DU TRANSPORT

C'est un fait, au Luxembourg, la transition écologique passera par le secteur de la mobilité, qui est sans nul doute le plus énergivore. En effet, plus de la moitié de la consommation d'énergie et pour 65 % des émissions de gaz à effet de serre peuvent être imputés au transport. Des chiffres lourds, qui ont convaincu le gouvernement de se concentrer sur la mobilité électrique depuis plusieurs années déjà. Pour n'évoquer que la capitale, quelque 25 millions d'euros par an seront investis jusqu'en 2025, date à laquelle l'intégralité du parc des transports en commun sera tout électrique.

Dans la foulée, la gratuité totale des transports publics jouera également son rôle. En effet, la stratégie luxembourgeoise pour une mobilité durable « Modu 2.0 », mise à jour en mai 2018, entendait notamment augmenter de moitié le nombre de passagers des transports en commun d'ici à 2025.

Dans la foulée, « le déploiement réglementé d'un réseau de bornes de charge publiques et l'introduction d'une aide financière pour l'achat d'un véhicule électrique serviront de base au gouvernement et le projet du PNEC prévoit de les compléter par de nouvelles mesures ». Tout a été ainsi envisagé pour que l'électrique fasse partie intégrante du quotidien des Luxembourgeois. •

DE L'ÉNERGIE VERTE

made in Luxembourg

La crise sanitaire liée au coronavirus nous a amenés à consommer de manière plus durable et locale. De manière encore plus accrue, nous saissons aujourd’hui l’importance de produire de l’énergie verte, au Luxembourg. Une démarche dans laquelle Enovos s’est engagé de longue date et à laquelle nous pouvons, nous aussi, contribuer en tant que consommateur.



La pandémie du coronavirus et les mesures de confinement qui ont été prises ont modifié profondément nos habitudes de vie, nos modes de consommation. Nous nous sommes davantage recentrés sur nous-mêmes, sur notre famille. Nous avons réalisé nos achats autrement, nous en avons profité pour nous lancer dans la préparation de pain maison, ou même pour créer un potager qui nous offrira, d’ici quelques semaines, ses premiers légumes savoureux. Parce que nous y avons été contraints, afin de protéger notre santé et celle des autres, mais aussi peut-être parce que nous y avons pris goût, nous avons ralenti le rythme. Nous nous sommes tournés vers une consommation plus locale, durable et éthique.

Un fournisseur d'énergie engagé

Pour Enovos, cet engagement est plein de sens. Moteur de la transition énergétique au Luxembourg, Enovos encourage en effet, depuis plusieurs

années déjà, le développement d'énergies durables sur le territoire grand-ducal à travers, par exemple, le soutien de projets éoliens ou la mise en place d'installations photovoltaïques qui doivent permettre au pays de devenir plus autonome. Ainsi, après avoir mis en service avec succès 13,9 mégawatts (MW) de centrales photovoltaïques en 2019 et 2020, Enovos entame la réalisation, d'ici mi-2021, d'une nouvelle série d'installations, pour une puissance totale de 19,5 MW. La production d'énergie prévue à travers ces nouvelles centrales est d'environ 19 gigawatts-heure par an. Soit l'équivalent de la consommation de 4.800 ménages !

Des installations photovoltaïques inédites

Mises en œuvre dans le cadre du deuxième appel d'offres public lancé par l'État, ces infrastructures seront installées sur les sites de différentes entreprises.

Pour y déployer ces panneaux, Enovos a pu s'appuyer sur des partenariats forts avec Arcelor Mittal, Arthur Welter, GoodYear, Hellmich, Post Luxembourg, RTL Group ou encore Voyages Vandivinit. 80 % de l'électricité produite seront générés à travers des installations sur les toits de bâtiments et au sol. Mais des technologies innovantes feront aussi leur apparition. On verra ainsi se développer une ombrière de parking chez GoodYear à Colmar-Berg tandis que le photovoltaïque flottant sera déployé sur le bassin industriel d'Arcelor Mittal à Differdange.

Encouragez la production d'énergie durable et locale

Ces projets contribueront, une fois de plus, à augmenter l'empreinte photovoltaïque du pays de l'ordre de 10 %. Cette progression constitue un pas de plus pour atteindre les 25 % de production d'énergies renouvelables dans la consommation nationale totale, un chiffre que le Luxembourg s'est fixé comme objectif d'ici 2030. En tant que consommateur, vous pouvez vous aussi soutenir le développement d'une électricité durable et « home made ». En choisissant l'offre « nova naturstrom » d'Enovos, vous investissez dans l'énergie renouvelable luxembourgeoise. Vous profitez d'une électricité 100 % verte, produite à partir d'énergie solaire, éolienne, hydraulique et de biomasse et issue, pour l'heure, à 50 % de centrales de production régionales.



Plus d'infos sur www.enovos.lu
et sur www.nova-naturstrom.lu

“
Si les compétences techniques vous permettent de faire votre métier,
les soft skills vous offrent la possibilité
de créer de nouveaux métiers et de nouvelles opportunités

”

N°214



Ces compétences aujourd'hui DEVENUES INDISPENSABLES

Pour évoluer dans le monde du travail, on évoque de plus en plus l'importance de disposer de « soft skills ». Theresa Cook, Director of Learning and Development au sein de PwC Luxembourg, nous livre son regard sur le sujet.

JEANNE RENAULD

Ces dernières années, les soft skills font l'objet d'une attention croissante sur le marché de l'emploi. Mais que retrouve-t-on derrière ce terme exactement ?

Par le passé, les soft skills s'opposaient aux hard skills. Elles se rapportaient donc à toutes les compétences non techniques d'une personne : coaching, communication, feedback, compréhension des autres... Pour la plupart, il s'agissait de capacités liées au leadership d'un individu. Petit à petit, du terme « soft skills », on est passé à celui de « essential skills ». Nous considérons en effet que ces compétences sont devenues essentielles pour évoluer dans le monde du travail, tout autant que les compétences techniques. En outre, ces compétences font partie des plus difficiles à apprendre : comment enseigner à quelqu'un à faire preuve d'intelligence émotionnelle ou à parvenir à un accord au sein d'une équipe ? Ainsi, les soft skills, ou plutôt essential skills aujourd'hui, font référence à des compétences liées aux attitudes de chacun, à la façon dont nous nous comportons, communiquons, évoluons dans notre environnement de travail, abordons une mission.

Nous avons tous ces compétences en nous, elles s'expriment juste de manière différente d'une personne à une autre.

Pourquoi est-il essentiel de disposer de ces compétences en tant que travailleur aujourd'hui ?

Bien sûr, les compétences techniques et digitales sont importantes aujourd'hui, et elles le seront encore demain. Mais la capacité à influencer les autres, à les convaincre de vos idées, à être curieux, créatif et innovant est, le plus souvent, ce qui parvient à vous démarquer d'autres candidats ou collaborateurs, ce qui permet de développer les meilleures idées au sein d'une société, de s'adapter dans un environnement de travail changeant. Quand on regarde la façon dont l'entreprise va évoluer demain, nous avons, plus que jamais, besoin de posséder ces compétences essentielles. Car si les compétences techniques vous permettent de faire votre métier, les compétences essentielles vous offrent la possibilité de créer de nouveaux métiers et de nouvelles opportunités.

Selon vous, quelles sont les compétences qui seront indispensables demain ?

La capacité à communiquer efficacement et à influencer. Ces compétences seront cruciales, et l'ont toujours été dans le monde de l'entreprise. Quand nous recrutons un collaborateur, nous sommes également à la recherche d'une personne dotée d'un esprit curieux,

qui aime apprendre, pose des questions, s'interroge sur le monde qui l'entoure. Cette curiosité aide à être créatif et innovant, à résoudre des problèmes, à améliorer des processus. Une personne curieuse peut aussi devenir un très bon manager, car elle s'intéressera aux collaborateurs de son équipe et à ce qui les motive.

Les entreprises sont-elles conscientes de l'intérêt de posséder de telles compétences au sein de leurs équipes ?

Certains secteurs ont embrassé le changement et sont conscients, effectivement, de ce que seront les compétences de demain, des compétences qui déclinent et de celles qui gagnent en attractivité. Ces 10-15 dernières années par exemple, les compétences qui sont de moins en moins demandées sont celles qui requièrent des habilités manuelles car ces tâches sont aujourd'hui réalisées de manière plus efficace ou rapide grâce à la robotique, à l'automatisation ou à l'intelligence artificielle. A contrario, les compétences désormais les plus recherchées se rapportent à l'intelligence émotionnelle, au leadership et à l'influence sociale, à la pensée critique et à l'analyse, à la résolution de problèmes complexes, à la créativité et à l'originalité.

Les entreprises doivent aujourd’hui cerner toute l’importance de disposer de ces compétences humaines, mais surtout de continuer à les faire grandir car la transformation digitale que nous vivons va s’accompagner, indéniablement, d’une disparition de certains jobs. Si la plupart des entreprises comprennent cette situation, encore faut-il voir combien elles sont prêtes à investir, tant en argent qu’en temps, dans la formation à ces compétences. À mes yeux, c’est ce qui fera la différence entre les entreprises qui vont continuer à grandir et rencontrer le succès et celles qui vont stagner, voire décliner, sur le long terme.

Comment se positionnent les entreprises au Luxembourg à cet égard ?

De nombreuses entreprises, notamment dans le secteur financier, s’attachent encore trop à l’aspect technique des choses, et moins aux compétences essentielles. Or, les deux doivent être prises en compte, et à un niveau équivalent. Les sociétés qui continuent à se concentrer uniquement sur les compétences techniques vont rencontrer de sérieux problèmes dans les années à venir. Pour elles, il est grand temps de replacer le radar sur les compétences essentielles.

La formation est donc primordiale ?

Bien sûr, il est important de pouvoir donner l’opportunité aux collaborateurs d’apprendre ces compétences et d’y accorder le temps nécessaire. Mais ce n’est pas tout. Il faut aussi leur offrir un environnement de travail qui permette de mettre en application et de faire grandir, de manière efficace, ces apprentissages et développements au quotidien. Les entreprises ont tout à y gagner. •

“

Les sociétés qui continuent à se concentrer uniquement sur les compétences techniques vont rencontrer de sérieux problèmes dans les années à venir

”



LE CHIFFRE

133 millions

C'est le nombre d'emplois qui devraient être nouvellement créés d'ici 2025 grâce à la révolution numérique et qui nécessiteront de disposer de soft skills.

INFO EN +

Vous souhaitez vous former aux soft skills au Luxembourg ou former vos collaborateurs à certaines de ces compétences ?

PwC's Academy propose un vaste choix de formations dans ce domaine, tout au long de l’année.

www.pwc.lu/en/pwcacademy

10 SOFT SKILLS JUGÉES INCONTOURNABLES

Selon le rapport « The future of jobs » du Forum économique mondial, 75 millions d’emplois devraient disparaître d’ici 2025 et 133 millions devraient être nouvellement créés grâce à la révolution numérique. Plus que jamais, nos métiers seront transformés et nous devrons nous adapter. Pour évoluer dans ce monde du travail en pleine mutation, le Forum économique mondial dresse la liste des compétences essentielles à développer qui sont, majoritairement, des soft skills : facilité d’apprentissage, flexibilité cognitive, collaboration et coordination, communication, capacité à résoudre des problèmes complexes, pensée critique, curiosité et créativité, service orienté client, intelligence émotionnelle, prise de risques et d’initiatives, capacité de jugement et prise de décision et enfin, management humain.

#REACT

REBONDIR APRÈS LA CRISE

LA REPRISE SE PRÉPARE.

#REACT VOUS AIDE À IDENTIFIER
LES BESOINS DE VOTRE ENTREPRISE,
VOUS CONSEILLE ET VOUS PROPOSE
DES SERVICES D'EXPERTS POUR AGIR
ET FAIRE FACE AUX CONSÉQUENCES
DE LA CRISE SANITAIRE.
LE TOUT GRATUITEMENT.

**PRÉPARONS
ENSEMBLE
VOTRE PLAN
DE SORTIE
DE CRISE !**



FARGO

Pour joindre #ReAct, composez le (+352) 42 39 39 - 850 ou écrivez à support@houseofentrepreneurship.lu

Une initiative de



HOUSE OF
ENTREPRENEURSHIP
powered by the Luxembourg Chamber of Commerce

En partenariat avec

Acdcourtalux, Allen & Overy, Association des coachs professionnels ICN Business School, Baden Clemes Starowicz, BDO, Business Mentoring Luxembourg, clc, Deloitte, Ernst & Young (EY), Eurogroup Consulting Luxembourg (ECL), Horesca, KPMG, Muller & Associés, NautaDutilh Avocats Luxembourg, Nosbusch Feltz Greden, Nyuko, Prospective, Sofia, Stibbe Avocats, Volckrick & Associates et avec le soutien d'autres acteurs

Le vieillissement de la population en Grande Région et ses enjeux

Le vieillissement est devenu un phénomène majeur des sociétés occidentales qui s'explique à la fois par un allongement de l'espérance de vie - même si certains pays connaissent depuis quelques années une légère baisse - et par un moindre renouvellement des générations. La Grande Région ne fait pas exception, puisqu'actuellement, près d'une personne sur cinq est âgée de plus de 65 ans. Ce phénomène va impacter sensiblement notre modèle socio-économique, comme l'explique Frédéric Durand, chercheur au Luxembourg Institute of Socio-Economic Research (LISER) au sein du département Développement Urbain et Mobilité.

DR. FRÉDÉRIC DURAND, DÉPARTEMENT DÉVELOPPEMENT URBAIN & MOBILITÉ

Un diagnostic territorial à l'échelle de la Grande Région

La Grande Région est un vaste espace de coopération transfrontalière de 65 401 km² peuplé de 11,6 millions d'habitants. Elle regroupe les territoires de la Sarre, de la Rhénanie-Palatinat, de la Lorraine, du Grand-Duché de Luxembourg et de la Wallonie. Afin de réguler au mieux les dynamiques socio-spatiales à l'œuvre au sein de cet espace transfrontalier, les instances dirigeantes de la Grande Région ont lancé en 2018 le projet Interreg SDTGR, qui vise à élaborer un Schéma de Développement Territorial partagé par l'ensemble des acteurs impliqués. La première action - pilotée par le LISER - a consisté à faire un diagnostic territorial sur quatre principales thématiques, dont la démographie.

Le vieillissement de la population, un phénomène structurel en Grande Région

Les premières cartes révèlent que la population âgée de plus de 65 ans a progressé au sein des territoires de la Grande Région de 20 % entre 2000 et 2016, soit une augmentation de plus de 400 000 individus, passant de 1,9 million à 2,3 millions de personnes. C'est en Rhénanie-Palatinat, en Sarre et en Wallonie que la population âgée de plus de 65 ans a le plus augmenté.

Ces résultats mettent en lumière un vieillissement structurel de la population en Grande Région, que corroborent les projections démographiques, puisqu'elles prévoient une augmentation de près de 40 % de la population âgée de plus de 65 ans d'ici à 2050, soit plus de 900 000 personnes supplémentaires, ce qui représenterait une part de 25 % de la population totale.

Un vieillissement qui pose des défis multiples

La question du vieillissement de la population est une problématique multidimensionnelle et complexe, qui va entraîner à terme des changements profonds dans l'organisation des territoires. Tout d'abord, au niveau du financement des retraites : quid du problème quantitatif de disponibilité de la main-d'œuvre pour supporter la dépendance démographique si la part des actifs en emploi diminue ?

Dans le domaine de la santé, le vieillissement de la population aura des répercussions dans la prise en charge des soins à domicile, en ambulatoire ou dans des structures d'accueil qu'il faudra multiplier et adapter pour les personnes âgées dépendantes.

En matière d'aménagement du territoire, les territoires devront à l'avenir s'adapter aux effets du vieillissement

de la population en termes d'environnement urbain afin de faciliter la mobilité des personnes âgées ou dépendantes et permettre un meilleur usage de l'espace par ces dernières, en termes d'accessibilité aux services et équipements publics aussi bien de manière physique que virtuelle, mais aussi en termes de logement en aménageant l'habitat pour permettre aux personnes de vieillir et bien vivre chez elles.

L'enchevêtrement des défis induits par le vieillissement de la population interroge sur la manière d'y faire face collectivement. Ces défis questionnent également les autorités publiques sur les initiatives prioritaires à mener à l'échelle transfrontalière. Ces premiers constats invitent à une meilleure coordination des stratégies nationales et régionales, mais également à une meilleure articulation des politiques sectorielles (santé, social, transport) avec celle de l'aménagement du territoire.

Pour plus d'informations, la lectrice ou le lecteur peuvent consulter les cahiers thématiques réalisés dans le cadre du projet Interreg SDTGR - en version française ou allemande - via cette adresse : <https://amenagement-territoire.public.lu/fr/grande-region-affaires-transfrontalieres/SDT-GR.html> •

LIVINLUX

l'agence immobilière qui est à votre écoute



Marianne Van den Eerenbeemt
agent immobilier

**Vous souhaitez vendre votre bien ? Contactez-nous !
Nous connaissons peut-être déjà votre acquéreur.**

- Estimation gratuite
- Gratuité du passe énergétique en cas de vente
- Transparence sur les règlements appliqués à Luxembourg
- Gestion de la rénovation de votre bien

*Recommandez Livinlux à un ami qui vend son bien
et recevez 600€ à la signature du mandat exclusif.*



Livinlux Real Estate
85, Cité du Soleil
L-3229 Bettembourg
Tél.: 621 21 43 64
www.livinlux.lu



CHAMBRE DES SALARIES
LUXEMBOURG

LA CHAMBRE DES SALARIÉS DÉFEND LES INTÉRÊTS DE PLUS DE 530.000 SALARIÉS, APPRENTIS ET RETRAITÉS, RÉSIDENTS OU FRONTALIERS

La Chambre des salariés :

- émet un avis sur tous les projets de loi qui concernent ses ressortissants
- désigne les représentants des salariés et des retraités auprès des institutions de la Sécurité sociale (CNS, CNAP, ...)
- met à disposition des informations sur les droits des salariés, sur les évolutions économiques et sociales nationales et européennes
- s'investit dans le développement de la santé, de la sécurité et du bien-être sur le lieu de travail
- signe co-responsable pour l'intégralité des formations professionnelles.

La Chambre des salariés, par le biais du Luxembourg Lifelong Learning Center, propose des formations en présentiel et à distance :

Cours du soir / Cours de jour / Séminaires / Masters / Bachelors / Certifications

Découvrir son offre sur www.LLLC.lu

18 rue Auguste Lumière
L-1950 Luxembourg
T +352 27 494 200

www.csl.lu



NEWS SOCIÉTÉ

MARIA PIETRANGELI

#ReAct Programme gratuit de soutien aux entreprises

Pour permettre aux entreprises de faire face à la baisse de l'activité économique et les aider à définir et à mettre en œuvre leur stratégie de relance, la House of Entrepreneurship a lancé le 20 avril le projet « #ReAct ». #ReAct a été imaginé pour soutenir gratuitement les entrepreneurs à la recherche d'une écoute active et d'un accompagnement stratégique pour les conseiller dans la gestion de cette période difficile, mais également dans la relance de leur activité à travers trois piliers : (1) le partage d'expériences et d'outils dans une approche communautaire via, entre autre, des ateliers en ligne, (2) le check-up personnalisé de la situation actuelle et l'identification des défis auxquels l'entrepreneur est confronté et (3) la mise en place d'un plan d'action concret et d'un accompagnement humain, stratégique et juridique pour les entreprises. Aujourd'hui plus que jamais, la solidarité est indispensable pour aider les entreprises à traverser cette crise inédite.

support@houseofentrepreneurship.lu
www.cc.lu/react

N°214

Nomination

DE MIRJAM BAMBERGER EN TANT QUE DIRECTRICE GÉNÉRALE D'AXA LUXEMBOURG ET D'AXA WEALTH EUROPE

Marie-Hélène Massard a été nommée directrice générale d'AXA Luxembourg en 2012. Sous sa direction, AXA Luxembourg a opéré avec succès une profonde transformation avec le développement et la mise en œuvre d'une stratégie axée sur l'expérience client, via la modernisation du système d'information, la conception de nouvelles offres, le développement de la distribution et le renforcement des compétences. Avec la création d'AXA Wealth Europe en 2016, elle a positionné AXA non seulement en tant qu'acteur clé du marché local luxembourgeois mais aussi transfrontalier, en étendant l'offre d'AXA à ce marché stratégique au Luxembourg.



Marie-Hélène Massard a également été très impliquée dans la promotion du secteur de l'assurance, étant en 2016 la première femme présidente de l'ACA, l'Association des Assureurs et Réassureurs du Luxembourg.

De nationalité suisse et allemande, Mirjam Bamberger a rejoint AXA Suisse en 2014 en tant que responsable des Ressources Humaines et de la Communication, et membre du Comité Exécutif. Depuis 2019, elle occupe le poste de responsable de l'Expérience Client et de la Stratégie où elle supervise l'offre et l'innovation, le marketing et la communication, le développement stratégique et l'expérience client. Avant cela, Mirjam a occupé des fonctions dans le secteur des services financiers, de la haute technologie et des biens d'équipements. Sa carrière l'a amenée aux États-Unis, au Royaume-Uni, en Amérique latine, en Chine ainsi qu'en Allemagne et en Suisse. Son expérience solide permettra de poursuivre le succès d'AXA au Luxembourg.

VOULEZ-VOUS TESTER VOTRE BIEN-ÊTRE MENTAL ?



Déconfinement... ouf !!!! Il était temps. Comment vous sentez-vous ? Physiquement ? Mentallement ? 7 semaines de confinement... À la sortie une envie irrésistible de contacts sociaux avec en prime +/- 2,5kg de plus sur la balance et une coupe à faire pâlir Kev Adams. Désagréments qui disparaîtront aussi rapidement qu'ils sont arrivés. L'aspect psychologique est plus pernicieux, il est moins perceptible et moins identifié. Les impacts liés au Covid-19 peuvent être nombreux. Avez-vous envie de savoir où se situe votre bien-être mental ?

Rendez-vous sur : www.mymindscan.lu. Le test est gratuit. À partir d'aujourd'hui, vous pouvez bénéficier d'un accès gratuit à MyMindScan, le test digital de Vireo qui vous permet d'évaluer votre bien-être mental. Il analyse les risques psycho-sociaux sur 6 paramètres : la motivation,

la récupération, système nerveux, perfectionnisme, résistance au stress et environnement de travail. MyMindScan a été créé par des scientifiques dans le domaine de la neurologie fonctionnelle. Ainsi chaque questionnaire utilisé dans le test est reconnu par la communauté scientifique. Le test dure une petite vingtaine de minutes. MyMindScan vous établit un rapport qui indique votre état de bien-être actuel. Vous pouvez bénéficiez d'aide pour l'interprétation de votre rapport grâce aux tutos réalisés par Skillophilosophy. Vous pouvez à ce moment-là, aller plus loin dans la démarche et faire appel à un coach certifié MyMindScan, chez Skillophilosophy. Ce puissant outil permet d'évaluer le bien-être mental de l'individu et de mettre en place un coaching efficace, spécifique et personnalisé. Qu'attendez-vous ? Attention ce test n'est gratuit que jusqu'à la première semaine du mois de juillet.

Quoi de neuf dans les médias

L'Étude TNS Ilres Plurimedia 2020.1 vient d'être éditée sur la base des résidents au Luxembourg âgés de 15 ans et plus, soit 515.300 personnes. Sans surprise aucune et depuis très longtemps déjà, *Luxemburger Wort* est confirmé dans sa position de premier quotidien payant du pays avec 27,7 % de la population qui le lit. Pour la presse quotidienne gratuite, *l'Essentiel*, seul sur ce créneau, bénéficie de 24,1 %. Pour les hebdomadaires, la tête d'affiche est *Télécran* avec 14,4 %. Dans les mensuels, c'est *Paperjam* avec 12,4 %. Pour la radio *Radio Rtl Letzebuerg* avec 28,6 %. Pour la rubrique télévision luxembourgeoise, il y a RTL, seule avec 17,2 %.

Et pour la télévision étrangère, c'est TF1 avec 10,8 %. Sur Internet, c'est rtl.lu qui décroche la palme avec une

audience de 31% de la population. Tel TF1 avec 10,8 % du marché. Ces chiffres concernant le lectorat moyen par période de parution, c'est-à-dire le lectorat par jour moyen pour les quotidiens, le lectorat par semaine moyenne pour les hebdomadaires, et ainsi de suite. Pour les médias audiovisuels les chiffres indiquent généralement l'audience par jour moyen, sauf pour les chaînes de télévision à diffusion spécifique où la période de référence est d'une semaine. Malgré un contexte économique et sanitaire des plus délicats, *Femmes Magazine*, le leader de la presse féminine grand-ducale, enregistre une hausse de son lectorat tout comme *Bold* peut se réjouir de voir encore son lectorat progresser, selon les derniers chiffres communiqués par TNS Ilres I.

LE CHIFFRE

1129

C'est le nombre de morts, toutes causes de décès confondues, enregistré par le Statec au 1^{er} trimestre 2020. Malgré l'apparition du Covid-19 dans les deux dernières semaines de mars, ce chiffre est inférieur à celui de 2019 de 2,7 % et à celui de 2018 de 11,2 %.

LE CHÔMAGE PARTIEL

La récente crise sanitaire liée au Covid-19 a mis en lumière le dispositif du chômage partiel prévu aux articles L.511-1 et suivants du Code du travail. Depuis le 27 mars 2020, la procédure pour bénéficier du chômage partiel a d'ailleurs été considérablement simplifiée pour toutes les entreprises impactées par le coronavirus lorsque cette pandémie a causé leur fermeture et les a forcées à suspendre leurs activités.

FRÉDÉRIC FRABETTI & CARMEN RIMONDINI

En quoi consiste le chômage partiel ?

Le chômage partiel est en réalité un dispositif par lequel le salarié reçoit de son employeur une indemnité de compensation de 80% du salaire horaire brut normal du salarié sans que cette indemnité ne puisse en aucun cas dépasser la somme mensuelle de 5.354,98 euros brut à l'indice 834,76. Pour les salariés à temps plein, la réduction du temps de travail ne peut pas excéder 1.022 heures par année de calendrier alors que pour les salariés à temps partiel, les 1.022 heures sont proratisées. Certains salariés seulement d'une même entreprise peuvent être au chômage partiel et même une partie d'un mois. Le Fonds pour l'emploi rembourse alors à l'employeur cette indemnité de compensation par le biais d'une subvention. Attention, les subventions accordées sur la base des déclarations fausses ou erronées sont à restituer.

À noter que l'indemnité de compensation est soumise aux charges sociales et fiscales généralement prévues en matière de salaires à l'exception de cotisations d'assurance contre les accidents et des cotisations dues en matière de prestations familiales. Les cotisations patronales de sécurité sociale restent à la charge de l'employeur. L'employeur est tenu de verser la subvention au salarié et il lui est interdit de solliciter le chômage partiel en

faisant travailler le salarié sans lui verser la subvention perçue. Si le salarié preste des heures de travail car il serait appelé à travailler pendant le chômage partiel (travail nécessaire ou obligatoire selon les nécessités de l'employeur), celles-ci doivent être payées à la seule charge de l'employeur mais peuvent être déduites de l'indemnité de compensation.

Quelles sont les conditions pour bénéficier du chômage partiel (régime de base) ?

Le chômage partiel peut être accordé lorsque le taux d'activité d'une ou de plusieurs branches économiques accuse une baisse prononcée par rapport à la moyenne des trois dernières années et qu'il y a lieu de s'attendre à une diminution importante des besoins en main-d'œuvre. Il faut que ces difficultés aient une origine essentiellement conjoncturelle et un caractère temporaire de sorte que l'évolution prévisible permette d'espérer une reprise normale de l'activité dans un certain délai. L'employeur, pour pouvoir bénéficier du chômage partiel, doit avoir obligatoirement épousé toutes les autres possibilités à sa portée de maintien d'un niveau normal de l'emploi. Notamment, mettre les salariés en télétravail lorsque leur prestation de travail le permet et tous les salariés doivent avoir entièrement soldé les congés de 2019 (mais pas ceux de 2020 en principe). L'employeur doit

impérativement verser auprès de l'Agence pour le développement de l'emploi une déclaration de créance mensuelle avec les décomptes mensuels individuels signés par le salarié concerné par le chômage partiel dans les deux mois suivant le mois de survenance du chômage partiel.

Quels sont les salariés éligibles ?

Il faut que le salarié soit en CDI et CDD, apte au travail et âgé de moins de 68 ans. La relation de travail doit bien sûr être en cours au moment de la demande et pour la période couverte. Les apprentis ne sont pas éligibles ni les salariés qui bénéficient d'une pension de vieillesse, d'une pension de vieillesse anticipée ou d'une pension d'invalidité.

Quelles sont les entreprises éligibles ?

Les entreprises qui ne peuvent plus exercer leurs activités à la suite d'une décision gouvernementale sont d'office éligibles pour le chômage partiel sans avoir besoin de l'accord du comité de conjoncture. Toutes les autres entreprises qui ont à subir une baisse d'activité liée à la crise du coronavirus doivent recevoir l'accord du comité de conjoncture afin d'être éligibles au chômage partiel. Les entreprises d'intérim sont également éligibles en ce qui concerne leurs salariés dont le contrat de mission perdure mais qui ne peuvent plus exercer leur activité.

Quelle est la différence entre le chômage partiel lié directement au Covid-19 et la procédure normale ?

L'Administration de l'emploi a mis en place un nouveau système automatisé qui permet à toutes les entreprises concernées d'introduire leur demande de chômage partiel via un formulaire en ligne puisque les demandes par courrier, e-mail ou télécopie ne sont plus acceptées. Il y a lieu de se référer au Règlement grand-ducal du 29 avril 2020 portant dérogation aux dispositions des articles L.511-13 et L.621-3 du Code du travail relatifs à la procédure en matière de chômage partiel.

Ainsi, pendant la durée de l'état de crise telle que fixée par la loi du 24 mars 2020 portant prorogation de 3 mois de l'état de crise déclarée par le règlement grand-ducal du 18 mars 2020 portant introduction d'une série de mesures dans le cadre de la lutte contre le Covid-19 et par dérogation à l'article L. 511-13, paragraphe 4, du Code du travail, le délai de forclusion est porté à trois mois suivant le mois de survenance du chômage partiel (au lieu de 2 mois). Pendant la durée de l'état de crise précitée et par dérogation au paragraphe 3 de l'article L.511-13 du Code du travail, la déclaration de créance est contresignée par la délégation du personnel s'il en existe au lieu d'être signée par le salarié concerné. Les entreprises qui ne peuvent plus exercer leurs activités à la suite de la décision gouvernementale de faire cesser certaines activités en raison de la pandémie et sans délégation du personnel, peuvent donc directement faire la demande de chômage partiel à l'Agence pour le développement de l'emploi. Les autres entreprises qui ont à subir une baisse d'activité, mais dont l'activité n'a pas dû s'arrêter obligatoirement, doivent recevoir l'accord du comité de conjoncture afin d'être éligibles conformément à ce qui est prévu par le Code du travail. Conformément au Règlement grand-ducal du 27 mars 2020 portant modification temporaire de l'article 2 du Règlement



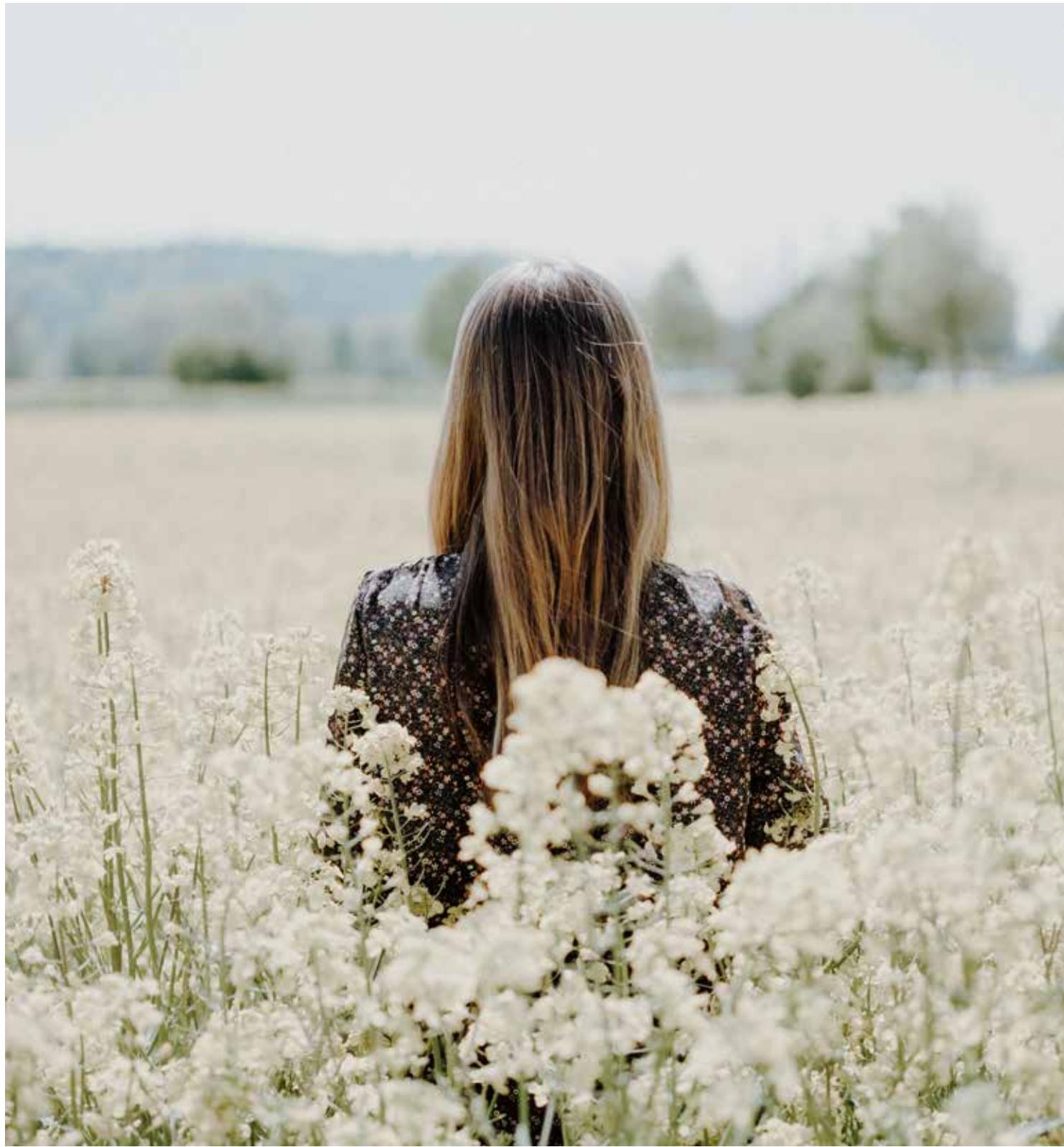
grand-ducal modifié du 15 septembre 1975 portant fixation du taux d'indemnisation des chômeurs partiels, pendant la durée de l'état de crise, l'article 2 du Règlement grand-ducal modifié du 15 septembre 1975 portant fixation du taux d'indemnisation des chômeurs partiels ne pourra pas avoir pour effet de fixer une indemnité de compensation inférieure au taux du salaire social minimum pour salaires non qualifiés à savoir 2.141,99 euros. Le cas échéant celui-ci s'y substitue.

À partir du 16 mars 2020, une éventuelle différence entre le montant de l'indemnité compensatoire et le salaire social minimum non-qualifié est remboursée à l'employeur par le Fonds pour l'emploi et ceci pendant la durée de l'état de crise. À noter que les apprentis sont éligibles au chômage partiel seulement pendant la période de crise liée au Covid-19. Par le Règlement grand-ducal du 30 avril 2020 portant dérogation aux dispositions de l'article L.511-14 du Code du travail, les subventions accordées sur base de déclarations erronées sont à restituer comme pour le régime de base. Dès que des subventions sont accordées sur base de déclarations délibérément fausses et

dès qu'il y a un manquement délibéré dans le versement des indemnités de compensation à un ou plusieurs salariés et que des subventions ont servi à des fins autres que le paiement des salaires, le bénéficiaire doit restituer la totalité des sommes perçues. Le bénéfice du chômage partiel est retiré avec effet immédiat à l'entreprise concernée. Attention, toute déclaration fausse, tout manquement dans le versement des indemnités de compensation à un ou plusieurs salariés et toute utilisation des subventions ayant servi à des fins autres que le paiement des salaires est puni d'une amende de 251 euros à 5.000 euros.

L'employeur peut-il licencier en plus d'avoir recours au chômage partiel pour pérenniser son activité ?

Non, absolument pas. Selon l'article L-511-3 du Code du travail, l'employeur s'engage à maintenir le contrat de travail de leurs salariés pour pouvoir bénéficier de l'indemnité. Il ne peut donc être procédé à aucun licenciement pour motif économique si le salarié a bénéficié du dispositif. •





La symphonie DES FLEURS DE BACH

Parce que cette crise sanitaire sans précédent nous a amené à modifier complètement nos habitudes de vie, nous obligeant par la même occasion à considérablement ralentir, il peut s'avérer compliqué de retrouver un rythme et une énergie lors de ce déconfinement qui s'amorce. Plutôt que se tourner vers l'allopathie, souvent lourde d'effets secondaires, pourquoi ne pas opter pour une médecine naturelle et douce ? Utilisées dans le cadre d'un mode de vie sain, et combinées à des activités comme le yoga, la méditation, les Fleurs de Bach vous permettront de retrouver toute l'énergie qui vous faisait défaut et d'aborder l'été et ce second semestre, en toute sérénité.

HÉLÈNA COUPETTE

N°214

POURQUOI SE SENT-ON VIDÉ ?

Alors que les mantras supposément bienveillants, aux allures d'injonctions, programme fitness et autres routines alimentaires subitement dénuées de toutes traces de gras ont squatté nos réseaux sociaux dès le début du confinement, cette période aura finalement fait grossir notre charge mentale, en plus de la taille de nos fesses. 57 % des Français déclaraient ainsi, dans une enquête IFOP, réalisée du 24 au 27 avril 2020, avoir pris en moyenne 2,5 kg durant le confinement. Et 71 % de femmes estimaient, dans cette même enquête, que la préparation des repas est une tâche domestique qui leur incombe le plus souvent. Seuls 8 % d'entre elles estiment que leur conjoint fait plus qu'elles. « Contrairement à ce que l'on aurait pu espérer, le confinement est loin d'avoir allégé la charge mentale - et la charge tout court - des femmes en matière de préparation des repas »,

déplore Charlotte Jean, cofondatrice de Darwin Nutrition, un site de conseil en alimentation. Pas franchement une réussite en termes de développement personnel et des conséquences désastreuses : perte de confiance en soi, baisse de moral, culpabilité de ne pas avoir fait son propre pain tous les matins ni d'avoir avalé son « green juice » après son heure de yoga quotidienne ; rythme complètement perturbé, repas décalés ; manque de sommeil et d'exercice et vitamine B en berne. Fatalement, nous n'avons pas tous été égaux face à la quarantaine. Un état de fait qui se constate d'autant plus une fois le déconfinement amorcé. Le manque de motivation se mêle ainsi à la déprime, les troubles du sommeil s'accompagnent d'un stress intense, la prise de poids va de pair avec la perte musculaire. Résultat ? Le corps et le mental ont été mis à rude épreuve. Et c'est une grosse vague de fatigue qui s'abat sur nous, que même le sommeil n'a pas permis d'endiguer.

SE CRÉER UNE NOUVELLE ROUTINE POUR METTRE TOUTES LES CHANCES DE SON CÔTÉ

L'idée pour reconnecter avec soi-même ? Commencer par retrouver un rythme régulier. Comment ? En se fixant un cadre et une routine de vie. Arrêter de zoner devant Netflix jusqu'à 3 heures du matin peut être un bon début. On veille à se lever et à se coucher à heures fixes de façon à réhabituer son corps et son esprit.

Si les (trop) nombreuses vidéos et stories de fitgirls ont envahi notre feed Instagram, nous culpabilisant encore un peu plus dans notre confinement déjà morose, bouger et faire de l'exercice n'en est pas moins nécessaire. Sans aller jusqu'à enchaîner les exercices de cardio, on tente de bouger pendant une petite vingtaine de minutes. Yoga, stretching, étirements, Pilates, des routines sportives douces pour le corps mais qui permettent néanmoins de retrouver un début de vitalité. Dans le même esprit, on essaie de quitter les quatre murs de notre salon et de sortir s'oxygénérer au grand air. Enfin, on mise sur les huiles essentielles de pin sylvestre, de sapin baumier, eucalyptus radiata pour mieux respirer et les Fleurs de Bach.

LES FLEURS DE BACH, C'EST QUOI ?

Découvertes il y a environ un siècle, les Fleurs de Bach sont des elixirs floraux réalisés à partir de trente-huit essences de fleurs. Elles tiennent leur nom de celui de leur concepteur, Edward Bach, médecin spécialisé en bactériologie. Entièrement naturelles, elles sont censées restaurer l'équilibre du corps en transformant les émotions négatives en leurs équivalentes positives. « Derrière toute maladie, il y a nos craintes, nos anxiétés, notre avidité, nos goûts et nos répugnances.

“
Chaque Fleur de Bach régule une émotion, une humeur passagère ou plus ancienne, ou équilibre le trait de caractère

”

Cherchons-les, soignons-les, et avec leur guérison, s'en ira la maladie dont nous souffrons », expliquait ainsi le docteur Bach. Ainsi, la maladie ne serait que « la cristallisation d'une attitude mentale ». Il est donc fondamental pour lui de s'adresser aux maux de l'âme en utilisant l'énergie des fleurs pour réguler en autonomie ses émotions de peur, d'incertitude, de soucis excessifs, d'hypersensibilité aux influences extérieures.

S'il en existe 38, chacune peut s'utiliser seule ou combinée pour soigner différents états émotionnels. Chaque Fleur de Bach régule une émotion, une humeur passagère ou plus ancienne, ou équilibre le trait de caractère. Les Fleurs de Bach participent à l'harmonie émotionnelle au quotidien en faisant évoluer un état négatif vers son potentiel positif.

Le Dr Bach classe ces elixirs floraux en sept familles : incertitude, manque d'intérêt pour le présent, préoccupation excessive pour le bien-être d'autrui, hypersensibilité aux influences et aux idées, solitude, peur, abattement et désespoir.

La combinaison la plus connue, très utilisée, véritable best-seller ? Rescue, un mélange de cinq Fleurs de Bach, capable de nous faire retrouver le calme et la sérénité. Dans la pratique, il suffit de déposer quelques gouttes dans un verre d'eau ou directement sous la langue. On renouvelle l'opération jusqu'à six fois par jour en fonction des symptômes et de leur amélioration.

QUELLES FLEURS DE BACH POUR RETROUVER L'ÉNERGIE ?

PROFIL : **« JE MANQUE DE DYNAMISME »**

Vous n'êtes pas à ce que vous faites, vous vous sentez fatigué(e), épuisé(e). Vous êtes dans l'incapacité de travailler avec envie mais êtes capable d'en retrouver pour sortir avec vos amis, par exemple. La fleur conseillée est l'Olivier (olive). Elle permet de booster la vitalité et l'enthousiasme.

PROFIL **« JE MANQUE DE MOTIVATION »**

Vous réagissez de manière indifférente. Vous êtes en état de dormance intellectuelle et pensez qu'il n'y a plus rien à faire pour que les choses changent. Le fatalisme vous gagne, vous êtes totalement résigné(e), vous capitulez et cela engendre une certaine indolence. La fleur appropriée est l'églantine (wild rose). Elle donne envie de s'activer et redonne goût à la vie.

PROFIL **« JE MANQUE D'ENTRAIN »**

Vous faites preuve de lassitude, d'une difficulté à démarrer ce que vous devez faire, vous manquez d'emballement, vous repoussez tout au lendemain ou encore vous faites les choses à reculons. Vous avez comme une « sensation de lundi matin » chaque jour de la semaine, la fleur à prendre est celle du charme (hornbeam). Elle booste, donne du peps et redynamise la personne. •

VACHE LAITIÈRE - 5 ANS

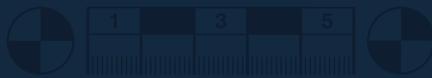
B E L L A

VICTIME DE MÉTAUX
ET DE PLASTIQUES



L E S D É C H E T S
P E U V E N T T U E R

N E J E T E Z R I E N D A N S L A N A T U R E



Booster son assiette avec les huiles essentielles

Si on a davantage coutume d'utiliser les huiles essentielles en application locale ou en diffusion, celles-ci s'invitent également à l'heure des repas tant pour leur incroyable palette de saveurs que pour leurs bienfaits pour notre santé. Comment les utiliser à bon escient ? On vous dit tout !

SARAH BRAUN

N°214



Ajouter quelques gouttes d'huile essentielle d'orange dans un môleux au chocolat ? Et pourquoi pas ? Après le secteur de la cosmétique, c'est en effet la gastronomie qui puise dans ces petits concentrés de saveurs et de vertus miraculeuses.

Si de nombreux chefs étoilés se sont lancés dans cette aventure culinaire, c'est avant tout parce que les huiles essentielles décuplent les possibles grâce à leurs parfums totalement inédits qui leur permettent de sortir des sentiers battus. Du salé au sucré, les huiles essentielles peuvent rehausser sauces et bouillons, parfumer guimauves, biscuits ou crèmes dessert, à l'instar de la lavande qui permet, notamment, de réaliser une délicieuse crème glacée aux notes fleuries.

Une petite bombe de bienfaits

Une huile essentielle est un extrait de plante aromatique liquide, concentré et complexe, que l'on obtient par distillation de plantes aromatiques ou d'organe de cette plante (fleur, feuille, bois, racine, écorce, fruit...). Elle est donc l'essence distillée de la plante aromatique et se compose d'une centaine de molécules particulièrement actives et vertueuses. Mais gare ! Les huiles essentielles ne s'utilisent pas comme n'importe quel ingrédient du placard !

Avant de se lancer dans un menu digne d'un petit chimiste, mieux vaut être bien informé car, si elles sont mal dosées, elles peuvent causer diverses réactions, des plus anodines aux plus graves : brûlures, irritations voire intoxications. Il est donc impératif de ne pas se lancer sans être bien informé.

Première chose à vérifier avant de se lancer : s'assurer que les huiles essentielles sont comestibles. Il est donc préférable de ne pas utiliser celles achetées au rayon cosmétique – des gammes d'huiles essentielles ont en effet été spécialement créées pour cuisiner - et surtout de s'assurer de leur qualité : mieux vaut opter pour des huiles essentielles 100 % naturelles et bios. Il faut aussi se souvenir que toutes les huiles essentielles ne peuvent être mangées. Celles qui sont comestibles sont celles issues de plantes, aromates, fruits ou légumes que l'on mange : basilic, bergamote, citron, cannelle, coriandre... Les huiles essentielles de patchouli, d'arbre à thé ou de benjoin, par exemple, ne doivent pas être ingérées et être réservées à un usage externe.

Dernière recommandation, et non des moindres : certaines huiles essentielles sont déconseillées – voire interdites - aux femmes enceintes et aux enfants. En cas de doute, demandez toujours l'avis d'un spécialiste.

Pourquoi cuisiner les huiles essentielles ?

Parce qu'elles vous faciliteront la tâche en cuisine et élargiront vos horizons. Plus besoin d'avoir moult ingrédients dans les placards : quelques fioles suffisent pour twister n'importe quel plat. Parmi les plus utilisées, l'huile essentielle de citron récolte tous les suffrages : elle s'utilise à la place du jus de citron frais dans une vinaigrette, une pâte à gâteau, pour parfumer un cheesecake...



Même chose pour l'huile essentielle de basilic qui aromatisera délicatement n'importe quelle sauce et vous fera voyager.

Comment les utiliser ?

Un maître-mot : la parcimonie ! Les huiles essentielles sont aussi concentrées en bienfaits qu'en saveurs : quelques gouttes suffiront pour aromatiser un plat. Une goutte de trop et c'est le plantage assuré ! Il est donc conseillé de les ajouter une goutte après l'autre pour parvenir à un dosage subtil. Quant à leurs vertus, force est de reconnaître que ce n'est pas en les utilisant en cuisine qu'on en profite le plus car elles seront trop diluées. Ainsi, si vous souhaitez utiliser de l'huile essentielle de citron pour soigner votre mal de gorge, mieux vaut déposer une goutte sur un sucre ou dans une cuillérée de miel pour bénéficier de ses vertus thérapeutiques. Là encore, la parcimonie sera de rigueur : respectez scrupuleusement

la posologie : augmenter les doses ne vous guérira pas plus vite, mais pourra être dangereux pour votre santé !

Quelques idées pour cuisiner les huiles essentielles

L'huile essentielle d'ail sera idéale pour rehausser un aïoli ou tout autre plat à base d'ail. L'huile essentielle de citron sera parfaite pour une vinaigrette ensoleillée, pour rehausser un poisson en papillote ou en pâtisserie pour booster un gâteau au yaourt.

L'huile essentielle de bergamote parfumera subtilement une crème brûlée ou une pâte à madeleines. L'huile essentielle de basilic, mélangée à de l'huile d'olive, sublimera une burrata ou une pizza margherita. L'huile essentielle de cannelle réchauffera la saveur de votre pain d'épices. L'huile essentielle de coriandre fera des merveilles dans toutes vos recettes asiatiques ! •

DES GRAINES QUI NOUS VEULENT DU BIEN

LISA BEYS



La dernière tendance : les graines de basilic

C'est la dernière tendance « graines » du moment ! Utilisées traditionnellement en médecine chinoise pour leurs vertus digestives et antiparasitaires, elles agrémentent boissons fruitées et smoothies en Asie. Les graines de basilic débarquent sur le marché européen !

Très riches en fibres, oméga 3 et protéines, leur goût est beaucoup plus neutre que celui des feuilles parfumées utilisées en cuisine. À tester sans attendre, et à saupoudrer dans vos soupes, yaourts, smoothies.

LE CHIFFRE

80 millions de kg

C'est la production mondiale de graines de chia, soit l'équivalent de 2,5 kg par seconde ! (Source : FAO, Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture, 2016).

LE MORINGA : SUPER-ALIMENT, MAIS PAS QUE...

Le moringa, « arbre de vie », est un arbuste originaire d'Inde, présent en Afrique, en Asie, et en Amérique du Sud. Outre ses vertus nutritionnelles exceptionnelles (taux très élevé de vitamines, minéraux et antioxydants), des chercheurs ont récemment révélé une propriété surprenante : les graines de moringa purifient l'eau de manière très efficace !

En effet, une fois plongées dans l'eau, les protéines des graines de moringa agrègent les impuretés. Elles permettraient ainsi d'éliminer 90 à 99% des bactéries présentes dans l'eau !

MON BOWL PETIT DÉJ 100% ÉNERGISANT



« Hervé Cuisine », Youtuber comptant plus d'un million d'abonnés, propose sur sa chaîne un savoureux bowl vitalité à base de graines de chia. Délavez 6 cuillères à soupe de graines de chia dans 500 ml de lait végétal (amande, noisette, riz) puis réservez une nuit au frigo pour permettre aux graines de gonfler.

Le lendemain, pelez et découpez une banane, une mangue et un kiwi, et disposez-les sur le mélange. Parsemez de muesli pour le côté croustillant, d'amandes effilées et au besoin un peu de sirop d'érable ou de miel (1 cuillère à café). Il ne reste plus qu'à savourer !



La graine de lin mon allié digestion malin

Quelques petites graines qui n'ont l'air de rien... et pourtant! Connues pour stimuler le transit intestinal, elles sont riches en fibres. Moulues, elles s'intègrent facilement dans une pâte à pain, se mêlent aux fromage blanc, smoothies ou jus de fruit. Entières, elles agrémentent salades et plats cuisinés.

DIY :

FABRIQUEZ VOTRE GERMOIR EN UN CLIN D'ŒIL !

Faire germer vos graines vous permet de bénéficier quotidiennement de nutriments vitaminés! Disposez vos graines à l'intérieur d'un bocal en verre, rempli d'eau au tiers. Placez une compresse de gaze comme couvercle au-dessus du bocal, maintenue à l'aide d'un élastique. Laissez reposer une nuit. Le lendemain, videz l'eau, puis remplissez à nouveau, le tout sans ôter la compresse. Changez ensuite l'eau une à deux fois par jour. Récoltez les graines dès qu'elles commencent à germer! Miam!

LES GRAINES GERMÉES, MON ATOUT SANTÉ

La plupart des graines de végétaux que l'on laisse germer sont comestibles! Achetez-les bios, parce que les graines traitées germeront mal. En version «germées», la teneur en protéines

des graines triple! Les championnes des protéines sont le fenugrec, les graines de tournesol (germées, elles apportent 6 fois plus de protéines que le lait et 2 fois plus que les œufs), et la luzerne.

La teneur en vitamine C des graines germées est multipliée par 6 ! Idéal pour agrémenter vos salades et plats. Avoine, carotte, fenouil, lentilles... à vous de jouer!

M'exposer un peu moins au soleil



© Zalando Beauty

Si, pour beaucoup, le confinement a rimé avec séance d'UV à domicile, le beau temps et le soleil quasi-permanent étant au rendez-vous, force est de constater que soleil et peau mènent une relation dangereuse, dont il est préférable de se tenir à l'écart. De l'inévitable vieillissement cutané au cancer de la peau, voici quelques raisons de s'exposer un peu moins au soleil et de lui préférer un bronzage, certes artificiel, mais surtout pas mortel.

HÉLÈNA COUPETTE

LE CANCER, UNE PRIORITÉ NATIONALE

Alors qu'en France, le cancer de la peau touche 80 000 personnes chaque année, au Luxembourg, il est le 6^{ème} cancer le plus fréquent. Des chiffres qui font réagir des dermatologues au gouvernement, qui a d'ailleurs fait de la prévention et du traitement contre le cancer, ses priorités. L'objectif? Offrir à la population les meilleures chances en développant une gouvernance nationale partagée de la lutte contre le cancer, fondée sur des indicateurs robustes, en disposant d'un système performant d'information sur le cancer, en fédérant l'ensemble des acteurs autour de cet enjeu de santé publique et en organisant la cancérologie au niveau national, du diagnostic jusqu'au traitement.

Très mortel, le cancer de la peau est également facilement dépistable. Un simple examen visuel peut permettre de le détecter de manière très précoce. De fait, tout l'enjeu pour le pays est de sensibiliser la population à se rendre chez son dermatologue afin d'éviter que la maladie ne dégénère. « Nous avons deux types de patients : ceux qui viennent tout de suite nous voir et ceux qui appliquent la politique de l'autruche. Ce déni cause des interventions plus importantes par après », expliquait le Docteur Xavier Miller, président de la Société luxembourgeoise de dermatovénérologie, à nos confrères de l'Essentiel. En effet, plus un cancer de la peau est détecté tôt, plus les chances de guérison augmentent. Rapidement diagnostiqué, il se soigne assez facilement via une intervention chirurgicale.

MÉLANOME OU PAS MÉLANOME ?

Si la plupart des cancers de la peau ne sont pas graves, le mélanome (tumeur noire) est un des cancers les plus agressifs. On distingue d'ailleurs le carcinome



basocellulaire, le plus fréquent, qui ne se métastase pas du carcinome spinocellulaire, qui lui peut métastaser. Enfin, le mélanome, est un cancer pigmentaire.

Cette pigmentation est dû en fait au mélanome, qui se développe par la dégénérescence des cellules qui fabriquent le pigment, responsables du bronzage. Ces cellules sont à l'origine des tumeurs malignes, généralement de couleur brun foncé, voire noire. Dépisté trop tardivement, le mélanome est malheureusement trop souvent mortel par sa dissémination rapide. Le mélanome peut se développer à partir d'un grain de beauté existant ou, plus fréquemment, apparaître à la surface d'une peau saine à n'importe quel endroit du corps.

NE NÉGLIGEZ AUCUN ENDROIT

De fait, apprendre à le détecter est nécessaire si l'on veut éviter le pire. Pour ce faire, il faut apprendre à rechercher les tâches suspectes afin d'améliorer le dépistage précoce et ainsi, augmenter les chances de guérison.

Si vous remarquez une tâche et avez un doute, consultez immédiatement votre dermatologue. Le changement de taille, de forme ou de couleur, une tache différente des autres, une asymétrie, un toucher rugueux, plusieurs couleurs, des démangeaisons, un aspect perlé ou une plaie qui guérit mal sont des symptômes qui peuvent vous alarmer.

Enfin, prenez l'habitude de vous observer attentivement une fois par mois, minimum. Examinez-vous de face et de dos, de préférence devant un miroir suffisamment grand. N'oubliez pas votre visage, vos lèvres, bouche et oreilles. Les paumes des mains, entre les doigts, le torse, les coudes, les aisselles et la plante des pieds sont des endroits que l'on oublie trop souvent. Faites preuve de vigilance.

ON RESTE ÉLOIGNÉS DU SOLEIL

Si ces recommandations peuvent sembler évidentes, il semble pourtant nécessaire de rappeler que le soleil n'est pas notre meilleur ami, notamment en ce début de printemps.

On l'évite tant qu'à faire ce peu, surtout entre 11 et 16 heures. On se protège aussi en adoptant des chapeaux assez larges, lunettes de soleil, protection anti-UV et t-shirt. L'avantage ? Les tendances du moment font la part belle aux pièces en osier, capeline, panier et autres solaires XXL. Ambiance Jacquemus garantie.

SEULE SOLUTION ? L'AUTO-BRONZANT !

S'il est vrai que l'auto-bronzant est resté pendant longtemps associé à Victoria Beckham et à son teint – très – légèrement orange, et finalement pas – trop – naturel, aujourd'hui de nombreuses marques ont affiné leur compo pour un résultat canon. Des cosmétiques, passés au crible qui on finalement fait l'objet d'une double

problématique : non seulement ses filtres chimiques et autres ingrédients issus de la pétrochimie ne seraient pas sans effets secondaires pour nos organismes, mais bien pire, leur formule aurait des conséquences désastreuses sur la planète et notamment les fonds marins.

Aussi, après la marque Biotherm (qui appartient au groupe L'Oréal, ndlr.) qui a lancé l'année passée la première gamme de protections solaires respectueuses du monde aquatique, nombreuses sont les grandes marques de cosmétiques à avoir modifié la formulation de leurs écrans solaires afin que ceux-ci ne rongent pas la barrière de corail.

Pour bien choisir son SPF, on scrutera minutieusement sa compo afin de s'assurer qu'elle contient des filtres

solaires minéraux, et soit dépourvue de nanoparticules de dioxyde de titane, soupçonnées de favoriser l'apparition de certains cancers. Enfin, on vérifiera également que la formule soit exempte de tout perturbateur endocrinien, à l'instar des paraben, cinnamate, benzophénone - 3, et benzophénone - 4 (les plus toxiques pour l'environnement), oxybenzone, et triethanolamine, ou encore dissodium EDTA.

Et si une formule safe, c'est bien, un conditionnement recyclé, c'est mieux. C'est pourquoi la marque de cosmétique REN a signé une collection solaire clean sur toute la ligne, avec une formule sans filtre à controverse et un emballage respectueux de la planète. •

Au soleil

Pas question de s'exposer au soleil sans un soin solaire pour le visage ! Pour conserver une peau lisse et éclatante, une protection solaire efficace s'impose. Nous avons réuni les meilleures crèmes solaires, soins après-soleil et autobronzants pour visage qui garantissent un bronzage réussi, du hâle léger au bronzage intense.



LANCASTER - TAN MAXISER

Le Complexe Activateur de Bronzage de Lancaster intensifie la production naturelle de mélanine pour un bronzage longue durée.



SISLEY - SUPER SOIN AUTOBRONZANT

Le Super Soin Autobronzant Hydratant Visage et un soin autobronzant qui embellit le teint, prolonge le bronzage et sublime la peau.



CLARINS - UV ANTI-POLLUTION SPF 50+

La multi-protection de ville idéale : efficace et imperceptible sur la peau, UV+ Antipollution SPF 50 protège des méfaits des UV, des radicaux libres et de la pollution pour préserver la jeunesse, la luminosité et l'homogénéité de la peau.



DIOR - BAUME DE MONOÏ ULTRA FRAIS

Le nouveau Baume de Monoï Dior Bronze apaise les sensations d'échauffement, hydrate la peau et prolonge l'intensité du hâle jusqu'à 1 mois après la dernière exposition au soleil. Le nouvel après-soleil Dior Bronze rafraîchit et répare la sécheresse cutanée due au soleil.

PARIS 8
HAUTE PARFUMERIE



BOBBI BROWN

NOUVEAUTÉ en Édition Limitée

COLLECTION SUMMER GLOW

Pour un teint lumineux et ensoleillé

À DÉCOUVRIR EXCLUSIVEMENT DANS LES BOUTIQUES PARIS 8 : 56 Grand Rue, Luxembourg • C.C. La Belle Étoile, Route d'Arlon, Bertrange
C.C. City Concorde, Route de Longwy, Bertrange • C.C Cloche d'Or, boulevard F.W Raiffeisen, Luxembourg

Paris 8 prend toutes les mesures nécessaires pour pouvoir vous accueillir en respectant les règles d'hygiène et de sécurité obligatoires.
Plus de renseignements sur notre site www.paris8.com

MUST-HAVE

01

POUR UNE PEAU SAINTE



Formulée autour de probiotiques et de prébiotiques, cette gamme vise à favoriser l'équilibre de l'écosystème cutané, le microbiote (reconnu comme un élément clé de la santé et de la beauté). Les 3 ingrédients choisis pour la gamme, visent à fortifier l'épiderme et sa flore. Renforcée la peau peut assurer sa fonction première : la protection. 5 produits qui offrent une solution à tous pour une peau belle et saine. Ce baume à l'apparence rustique est destiné à nourrir les peaux les plus sèches. Ce baume combine la tradition de 6 cires végétales réparatrices aux innovations des probiotiques cosmétiques. *Primary Pomade. Valmont.*



02

SOIN BIEN-ÊTRE

Le soin allie le plaisir du gel douche et la performance d'un soin exfoliant.

Les bienfaits des huiles essentielles de lavande et romarin, des microparticules exfoliantes et des extraits de plantes éliminent cellules mortes et rugosités. En bonus, une mousse légère au parfum énergisant et rafraîchissant pour un effet dynamisant. *Exfoliant moussant énergisant pour le corps. Sisley.*



PUISSANT

Patchouli Ardent propose une vision singulière de cette matière première, à rebours du registre boisé sombre qui lui est traditionnellement associé. Au cœur de cette fragrance, le patchouli irradie ses facettes les plus lumineuses. Ce parfum boisé floral dévoile sa complexité au fil des heures, il s'installe sur la peau par des notes épicees de baies roses fusantes et de poivre noir intense, adoucies par une note de figue à la fois verte et subtilement fruitée. Patchouli et rose se subliment et forment un duo sensuel et captivant. *Patchouli Ardent. Guerlain.*

DEUX EN UN

Un soin idéal pour les peaux mixtes à grasses qui hydrate, matifie et apaise. Une association entre les bienfaits d'une crème très hydratante, de la fraîcheur de l'eau et d'un effet matifiant comme du « papier de soie ». Ce soin se compose d'essence végétale de lotus blanc, de l'acide hyaluronique à haut poids moléculaire, de glycolysat de lotus blanc et des poudres. Une texture gelée légère au parfum réconfortant de lotus blanc qui fond sur la peau et distille ses ingrédients désaltérants. *Gelée hydratante qui fait mate. Kenzo.*



04

ADDICTIF

Une solution haute performance pour régénérer la peau et répondre aux principales préoccupations des femmes en matière de soins corporels. Ciblez les dommages invisibles avant qu'ils ne s'accumulent et deviennent visibles: la fermeté est restaurée et la peau du corps est transformée avec une protection et une régénération durables. Une formule multi-corrective unique et une texture addictive pour restaurer en profondeur la qualité de la peau et agir sur le manque de fermeté. *Life Plankton lait corporel multi-correctif. Biotherm.*



05

HYDRATER SA PEAU NATURELLEMENT,

on dit oui !

On le répète assez, l'hydratation de notre organisme et de notre peau passe avant tout par l'eau. S'appuyant sur ce constat, la start-up Octar Technologies a développé pour nous une petite révolution dans le monde de la beauté : l'Hydrospray.

Adieu crème hydratante ! Vive l'Hydrospray : un simple flacon à remplir d'eau du robinet, qui s'appuie sur la technologie d'échange d'ions pour produire de l'eau hydrogénée et prendre soin de notre peau au quotidien. Grâce à son fort pouvoir antioxydant, l'eau riche en hydrogène joue en effet un rôle majeur dans la synthèse du collagène et ralentit ainsi le vieillissement de la peau.

Concrètement, comment ça marche ?

Une fois rempli, l'Hydrospray augmente en seulement deux minutes le taux d'hydrogène présent dans l'eau. Il vous suffit ensuite de vaporiser quelques sprays de cette eau enrichie en hydrogène sur votre peau pour profiter de tous ses bienfaits. Comme une brosse à dents électrique, l'Hydrospray doit être rechargeé régulièrement à l'aide d'un port USB.

Qu'est-ce qu'on en pense ?

Très simple à utiliser, l'Hydrospray rend la peau lumineuse et lhydrate en profondeur. L'eau hydrogénée pénètre facilement dans la peau, telle une crème hydratante fluide et offre une agréable sensation de fraîcheur à l'application.

L'Hydrospray présente également l'avantage de ne comprendre aucun composé chimique, potentiellement néfaste pour notre corps. On hydrate sa peau de façon totalement naturelle et ça, on aime !

Quand l'utiliser ?

L'Hydrospray peut être utilisé tout au long de la journée, en fonction de vos besoins. Le matin, pour hydrater votre épiderme puis fixer votre maquillage. Après votre séance de sport, pour calmer votre peau et ôter les substances acides liées à la sueur. Le soir, pour nettoyer votre visage et éliminer les impuretés accumulées durant la journée.

Quels sont les avantages ?

En seulement quelques sprays, votre peau est lumineuse et hydratée en profondeur, les cernes et les rides sont atténués. Avec l'Hydrospray, plus besoin d'acheter de crème hydratante, fini de produire des déchets inutiles. On fait du bien à son portefeuille et on contribue à préserver notre environnement. De petite taille, l'Hydrospray se glisse facilement dans un sac à main ou un sac de sport, pour une hydratation parfaite à tout moment !



HYDROSPRAY Soin spray visage



VOUS SOUHAITEZ PRENDRE SOIN DE VOTRE PEAU ET L'HYDRATER DE FAÇON NATURELLE ?

Commandez votre Hydrospray en quelques clics sur www.luxcleanair.com

Avec le code « **FEMMES** », profitez d'une remise de 40% et bénéficiez de l'Hydrospray pour seulement 105,30 € au lieu 175,50 € jusqu'au 30 juin 2020 !

ON A TESTÉ POUR VOUS**AGELOC
GALVANIC SPA**

Petit appareil anti-âge aux multiples usages. Avec ses quatre têtes conductrices interchangeables, il fonctionne sur le visage, sur le corps et sur le cuir chevelu.

Il agit sur les signes visibles du vieillissement cutané sur votre visage, avec une attention particulière pour certaines zones.

Il raffermit, lisse et remodèle visiblement la peau des bras, des cuisses, de l'abdomen et des fesses.

Il renforce et fortifie les cheveux fins et sans vie tout en nourrissant et en tonifiant le cuir chevelu.

Le système ageLOC Galvanic Spa et ses produits cosmétiques complémentaires, c'est une gamme de bienfaits anti-âge dans le confort de sa maison.

MARIA PIETRANGELI

N°214

**SARAH BRAUN***Les plus*

Il est préconisé de l'utiliser deux fois par semaine : je ne l'ai utilisé qu'une fois tous les dix jours depuis plus de deux mois et pourtant je vois des résultats, notamment sur les petites rides au coin des yeux et même sur l'horrible ride d'expression que j'ai entre les yeux. La peau est plus tonique, mais pas seulement : elle est plus lisse, les pores sont resserrés, et plus douce.

Les moins

Son utilisation reste fastidieuse, surtout la première fois, et son prix est très élevé.

**CÉCILE GENAY***Les plus*

L'appareil est facile d'utilisation, j'ai vraiment apprécié. J'ai utilisé le traitement pour les rides et ridules ainsi que le «spa facial gel», et très franchement le résultat est bluffant. Ma peau est moins marquée, et plus rafferme. L'effet sur le double menton est aussi incroyable. Je recommande vivement.

Les moins

Le prix des produits un peu onéreux.

**JULIE BÉNIÈRE***Les plus*

L'appareil est compact, facile d'utilisation au design intuitif, c'est un appareil anti-âge à portée de tous et à utiliser chez soi.

Il procure une véritable expérience de nettoyage du visage, du corps et même du cuir chevelu. Je l'ai essentiellement utilisé pour le visage, pour traiter les signes de vieillissement de la peau. Résultats après quelques semaines d'utilisation : une peau plus lisse, défatiguée et un teint plus frais.

Les moins

Pour une efficacité optimale, le traitement doit être réalisé 2 à 3 fois par semaine.

Facile en période de confinement, plus difficile lorsque le rythme habituel reprend.

Les plus
Les résultats sont là mais sans le bien-être et le plaisir procurés par un soin dans un salon d'esthétique.

T.HAIR



CONCILIER BEAUTÉ ET ENVIRONNEMENT ?

C'est possible ! Grâce aux colorations sans ammoniaque, enrichies en extrait de yaourt et en plantes officinales bio, respectueuses de la planète.

GREEN



COSMOS

ORGANIC

Retrouvez également dans tous les salons T.Hair leur gamme de soins professionnels composés d'ingrédients d'origine naturelle et bio jusqu'à leurs emballages recyclés et recyclables.



Pour votre santé et votre sécurité, ainsi que celle de nos collaborateurs,
tous nos salons sont équipés du matériel nécessaire pour vous accueillir dans les meilleures conditions.

Toni Travessa, fondateur



C.C. City Concorde - Tél. : 26 44 04 37 • C.C. Belval Plaza - Tél. : 26 57 32 22
C.C. La Belle Etoile - Tél. : 26 31 01 70 • C.C. Cactus Bereldange - Tél. : 26 33 18 80

www.t-hair.com

 **la Belle Etoile**
SHOPPING CENTER

 **CITY CONCORDE**
Centre Commercial

for kids

SOCIÉTÉ

56% DES JEUNES VICTIMES DE CYBERVIOLENCE



N°214

Plus d'un jeune Français âgé de 11 à 20 ans sur deux a déjà été victime de cyberviolence au moins une fois pendant sa scolarité, selon le rapport "Internet : le péril jeune" publié par le groupe de réflexion Institut Montaigne. Au total, 56% des jeunes interrogés avouent avoir déjà été victimes de cyberviolence. Cela peut être une insulte (18%), mais aussi la réception d'images intimes non désirée (17%) ou encore le fait d'être l'objet de rumeurs (13%) ou même de menaces (13%). Enfin, ils sont 5% à indiquer que des "images intimes" d'eux ont déjà été mises en ligne sans leur accord. Dans l'ensemble, les parents sous-estiment légèrement l'accès de leurs enfants à ces contenus choquants. Ils sont 40% à penser que leurs enfants ont déjà été exposés à des images violentes. Il en va de même pour les contenus pornographiques (28% contre 36%) ou les contenus choquants, racistes ou homophobes (21% contre 31%). De leur côté, les adolescents sont 94% à accorder de l'importance à la protection de leur vie privée et 74% se sont par ailleurs déjà rendu compte qu'ils avaient consulté des fake news.

STYLE

VANESSA BRUNO X BONTON : LA COLLAB' COOL ET ENGAGÉE

Et si le confinement nous poussait à mieux penser notre consommation de vêtements ? Vanessa Bruno et Bonton font équipe autour d'une collection destinée à sensibiliser les mamans et leurs enfants à la protection des océans et à la réduction de l'usage du plastique. Une initiative et un objectif communs qui réunissent Bonton et Vanessa Bruno, toutes deux engagées dans la protection des océans et la limitation de l'usage du plastique. Le résultat de cette association ? Une collection de prêt-à-porter et d'accessoires combinant l'esthétique de leurs univers respectifs à des messages forts. Le fruit de cette collaboration se compose de plusieurs sweatshirts et T-shirts pour enfants et mamans sur lesquels on peut lire "No Plastic Save The Ocean" ou "We Are The Future", mais aussi des sacs type tote bags. Une sélection de pantalons et de bermudas destinés aux bambins vient compléter la collection, tout comme un sac fourre-tout conçu en exclusivité par Vanessa Bruno.

LITTÉRATURE JEUNESSE

PEPPA PIG DOMINE LE CLASSEMENT

Afin d'inspirer les parents qui voudraient faire décrocher leurs têtes blondes des écrans de Smartphone et autres iPad, SEMrush, spécialisé en marketing digital, a dressé la liste des ouvrages pour enfants, âgés entre 0 et 6 ans, les plus recherchés sur Internet. Peppa Pig domine sans contestation possible le classement. Accompagnée de sa petite famille porcine, la jeune héroïne "Peppa Pig" peut s'enorgueillir de 5.505.231 requêtes mensuelles en 2020. Derrière elle, c'est le manchot français "T'choupi", créé par Thierry Courtin en 1992, qui prend la deuxième place du classement avec 3.017.538 recherches. Enfin, c'est l'intrépide équipe canine de "Pat Patrouille" qui s'assoie sur la troisième marche du podium, avec 2.426.308 requêtes. Dans le reste du classement, les grands classiques du genre font encore de la résistance. "Petit Ours brun" comptabilise 1.456.000 recherches, devant le célèbre "Oui-Oui" respectivement en quatrième et cinquième positions. "Winnie l'ourson", "Dora l'exploratrice" ou encore "Barbabapa" viennent clore le top 10.

COUCHES

LINGETTES

COUCHES CULOTTES

SANS SUBSTANCES NOCIVES

À PARTIR DE 49€/BOX

LIVRAISON OFFERTE

SANS ENGAGEMENT



15€ OFFERTS SUR VOTRE PREMIÈRE COMMANDE AVEC LE CODE : **FEMMES15**

*Offre réservée aux nouveaux abonnés, non cumulable et valable dans la limite des stocks disponibles

LITTLE BIG
CHANGE

LES COUCHES QUI
ONT DES CHOSES
À DIRE .

WE ARE FAMILY

N°214



COVID 19 :

l'enfance à l'épreuve

Parents, professeurs, pédopsychiatres... ils sont nombreux chaque jour, de près ou de loin, à tout mettre en œuvre pour faciliter le quotidien des enfants pendant cette période de pandémie. Depuis peu, les élèves luxembourgeois ont pour la plupart repris le chemin de l'école. Petit groupe par petit groupe, en alternance, comme pour une rentrée hors du temps.

Les plus grands d'abord, car ils sont « plus à même de respecter les gestes et mesures barrières », selon Claude Meisch, ministre de l'Éducation nationale et de la Jeunesse. Le bout du tunnel n'est pas loin, et le confinement total déjà derrière nous. Les nombreux acteurs de l'Enfance commencent à regarder dans le rétroviseur. Retour sur leurs ressentis et leurs propositions pour gérer au mieux les conséquences psychologiques de cette période inédite.

AURÉLIE HANTZBERG

UNE FAMILLE, UNE HISTOIRE

« Il faut garder en tête que tous les enfants n'ont pas vécu le même confinement. » Cette idée est, selon Séverine, pédopsychiatre, la clé de voûte d'un « retour réussi » à l'école. En plus de l'isolement social, certaines familles ont vécu de réels moments d'angoisse à la suite de l'hospitalisation ou pour les moins chanceux de la perte d'un proche. « On dialogue, on rassure... mais sans mentir ! », conseille t-elle. Les adultes pourront aborder cette drôle de période en choisissant de se focaliser sur le positif et sur les batailles qui ont déjà été gagnées. On pourra se féliciter en famille d'avoir respecté le confinement et d'avoir désormais intégré dans notre vie quotidienne les mesures de précaution et les gestes barrières. « Il faut féliciter les enfants ! En restant chez soi, en se lavant souvent les mains, et en se tenant loin des autres, on peut petit à petit retourner à l'école. Bientôt nous pourrons même retourner au restaurant et au cinéma ! Il faut leur répéter, c'est important », encourage-t-elle.

Le témoignage des plus anciens de la famille peut aussi être extrêmement rassurant. Si votre enfant communique par téléphone ou vidéo avec ses grands-parents, c'est l'occasion de jouer la carte inter-générationnelle : « Les personnes âgées ont souvent connu des périodes de privation bien plus longues et bien plus intenses que celle que nous traversons actuellement », affirme-t-elle. Selon la pédopsychiatre, elles seront plus à même de rassurer les enfants, leur faisant prendre de la distance avec l'actualité parfois mal comprise. Est-ce que le virus est toujours là ? Est-ce qu'on va tous tomber malade ? Pour les enfants les plus inquiets, les parents pourront admettre qu'ils n'ont pas toutes les réponses.

Dire aux enfants que tout est mis en œuvre dans leur pays pour les protéger à la maison et dans les structures qui les accueillent reste le meilleur moyen de les rassurer durablement. « Selon leur âge, informez-les sur les mesures prises par le gouvernement (mise à disposition de masques, tests...) mais aussi sur le suivi du calendrier de déconfinement.

Ils s'apercevront que, petit à petit et grâce aux efforts de tous, nous retrouvons peu à peu notre liberté et notre lien aux autres », ajoute la pédopsychiatre. Certains enfants ont été perturbés en perdant des repères qui leur étaient essentiels, notamment concernant le rythme de leur journée. Même si les parents se sont efforcés dans la mesure du possible de conserver un semblant de routine, il se peut que le comportement de l'enfant ait changé.

La bonne nouvelle c'est que cela est tout à fait normal. « Un peu plus de cauchemars ou quelques difficultés d'endormissement ne doivent pas inquiéter outre mesure les parents », rassure-t-elle. Néanmoins, elle appelle à la vigilance. Si certains signes tels que le repli sur soi, la tristesse ou l'apparition de comportements régressifs persistent, elle conseille vivement de demander l'aide d'un spécialiste et éventuellement d'envisager une consultation. « Nous devons être patients pour que le rythme sociétal revienne à la normale. Il en est de même avec les enfants. Il faudra leur donner le temps de se réapproprier le rythme scolaire pour

cette courte période de classe avant les vacances d'été. Septembre sera aussi un défi pour chacun », conclut-elle.

MAÎTRESSE ON-LINE

S'armer de patience et redoubler d'inventivité. Telle pourrait être la punchline des enseignants. « Après quelques tâtonnements, nous avons opté pour une plateforme coopérative, j'ai pu assurer la continuité des apprentissages/apprentissages », annonce Christelle Rubis, professeure des écoles en P5 à l'École européenne Luxembourg II de Mamer.

« Visio-classe, tchat avec ses élèves, mais aussi réunion d'équipe, les outils numériques m'ont permis de poursuivre la classe... mais pas seulement ! », déclare-t-elle. « Je me suis rapidement aperçue que les élèves souhaitaient plus que de simples cours... je crois que leur maîtresse leur a vraiment manqué ! » Une fois le travail on-line terminé, certains d'entre eux souhaitent en effet poursuivre la discussion avec leur professeure. Simple passe-temps ou réel besoin de retrouver le cadre scolaire ?

Christelle tranche : « J'ai senti que certains avaient besoin d'un suivi autre que le suivi scolaire que leur offre habituellement l'école. » Cette remarque n'est pas sans nous rappeler l'inégalité des enfants face à l'école à la maison. « La plupart des familles me contactent très souvent notamment pour m'envoyer les exercices de leurs enfants. Malheureusement, je suis sans nouvelle de quelques-unes d'entre elles », déplore-t-elle. Quant aux élèves en difficulté qui bénéficient habituellement de l'aide



« d'assistante support » pendant la classe, ils ont vu cette aide précieuse maintenue : « L'organisation pour enseigner à distance a pris quelque temps mais les enfants en difficulté ont pu bénéficier dès le début du confirmation d'un suivi via skype avec leurs assistantes respectives. Le suivi immédiat étant indispensable pour motiver leurs efforts et leurs progrès », précise-t-elle.

UN POUR TOUS, TOUS POUR UN

Les professionnels de l'Enfance s'accordent à dire que la lutte contre la pandémie doit être désormais utilisée comme tremplin pour renforcer le civisme chez les enfants et adolescents. C'est peut-être le moment de découvrir le sens réel de ce terme, en démontrant les conséquences directes des comportements individuels sur la collectivité en matière de santé publique, mais pas seulement. L'enjeu ne serait-il pas d'utiliser cette tragédie pour étendre la notion de responsabilité collective aux différents questionnements de notre société comme les inégalités sociales ou les questions environnementales ? •

“
Selon leur âge, informez-les sur les mesures prises par le gouvernement (mise à disposition de masques, tests) mais aussi sur le suivi du calendrier de déconfinement. Ils s'apercevront que, petit à petit et grâce aux efforts de tous, nous retrouvons peu à peu notre liberté et notre lien aux autres
”

Inquiets ?

Consultez le site www.kannerklinik.ch.lu
Vous y trouverez la brochure du Service National de Pédopsychiatrie.

Ses objectifs :

- Vous informer sur les réactions « normales » de votre enfant ;
- Vous conseiller afin d'aider votre enfant ;
- Si nécessaire, vous indiquer quel professionnel consulter pour une prise en charge spécialisée.



Ophélie Meunier,
marraine de l'association,
animatrice et journaliste
avec Daphné, porteuse
du syndrome de Williams.

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

Sous
le soleil
~~exactement~~





Du crochet qui fleure bon la Provence, des imprimés exotiques et des coloris pop ? Il n'en fallait pas plus pour ravir nos bambins et injecter un peu de bonne humeur dans leur garde-robe. Des jeux de matières et de couleurs qui évoquent l'été, le soleil et la mer. De quoi leur permettre de s'évader un peu.

HÉLÈNA COUPETTE



CYRILLUS





N°214

SUNCHILD



TAMBERE

N°214

UN WEEK-END DANS LE NORD

luxembourgeois

Juin 2020 : on a une bonne et une mauvaise nouvelles à vous annoncer. Si, hélas, on ne vous apprendra rien en vous disant que les vacances aux Maldives cet été, c'est loupé, fort heureusement, on a dégoté quelques idées plutôt sympas pour (re)découvrir le pays. Jouer les touristes à domicile ? Petit guide de voyage en terres presque inconnues.

SARAH BRAUN

N°214

Si 2020 est loin de s'annoncer comme l'année la plus exaltante en termes de voyage, rien n'est perdu pour s'offrir tout de même de belles vacances. D'autant qu'après quasi deux mois passés entre les quatre murs de son chez soi, s'aventurer ne serait-ce qu'à quelques rues de son domicile risque fort de s'apparenter à une expédition des plus exotiques !

AU NORD

Le nord du pays s'impose depuis toujours comme une destination privilégiée pour les amateurs de grands espaces et de verdure, mais également pour les férus d'histoire. Les Ardennes luxembourgeoises - ou région Éislek – offrent notamment un spectacle époustouflant aux visiteurs avec ses paysages peuplés de hauts-plateaux panoramiques et de vallées sinuées.

Et puisque désormais, nous sommes à nouveau autorisés à enfourcher nos bicyclettes, pourquoi ne pas opter pour une excursion dans le nord du Luxembourg à la découverte des deux grandes réserves naturelles du pays : le Parc Naturel de l'Our et

le Parc Naturel de la Haute-Sûre. S'ils donneront l'occasion de randonnées pédestres ou à deux-roues oxygénantes et revigorantes, ces deux hauts-lieux donneront également matière à découvrir le terroir du pays et à consommer local, avec les produits « Vum Séi » (herbes, huiles, tisanes, céréales, etc.).

À découvrir également, les microbrasseries « Brasserie Ourdaller » et « Den Heischter » pour finir en beauté et dans la convivialité ces journées au grand air.

Envie d'une expédition aux alentours de quête de contes de fées ? Et si vous faisiez halte dans le superbe Château de Vianden ? Le nord du Luxembourg est en effet le berceau rêvé d'épopées médiévales et se compose d'autant de petits villages complètement pittoresques reliés par de jolis sentiers qui invitent à une promenade mêlant histoire et nature. Et, si le temps le permet, n'hésitez pas à profiter d'un bel après-midi estival pour faire halte à la piscine extérieure de Vianden, qui offre notamment une vue imprenable sur le château. Pendant que les enfants pataugent avec plaisir,

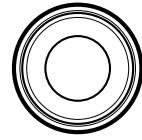
vous aurez tout le loisir de parfaire le bronzage amorcé pendant le confinement ! Toujours au nord, Clervaux - cité de l'image, offrira la possibilité de s'évader tout en faisant découvrir aux petits comme aux grands la photographie, à moindre risque – hélas, il faudra composer avec cet impératif tout l'été.

Car Clervaux - cité de l'image offre en effet la possibilité d'admirer de nombreuses expositions outdoor. Les expositions sont sublimées par le cadre urbain : l'art ainsi démocratisé devient accessible à tout un chacun, et suscite des vocations !

Pour les aficionados de l'époque médiévale, le Château de Clervaux permettra de potasser l'histoire du pays en vue de la rentrée ! Les jours de pluie, Clervaux sera également une destination de premier choix, avec le Musée du Jouet. Sur rendez-vous, découvrez une surprenante collection de trains, voitures, soldats de plomb, poupées et autres jouets d'antan !

Renseignements :
info@destination-clervaux.lu

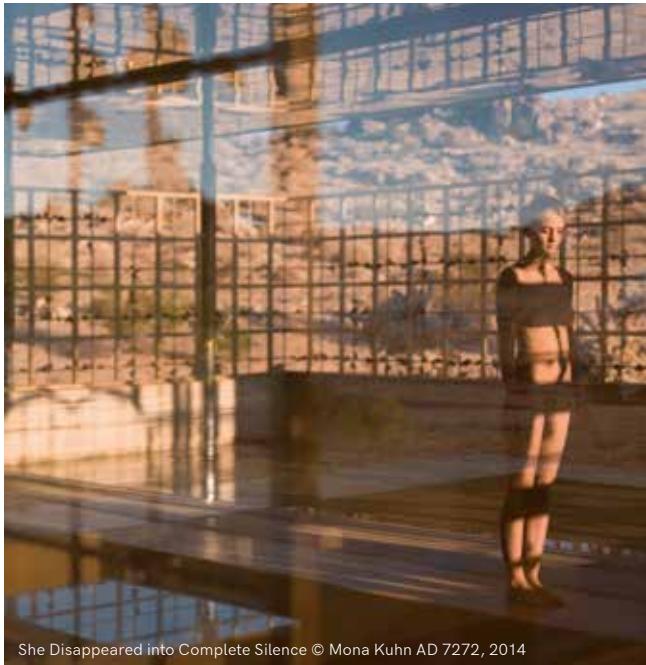
CLERVAUX
CITÉ DE L'IMAGE



“

Le nord du pays s'impose
depuis toujours comme
une destination privilégiée
pour les amateurs de grands
espaces et de verdure

”



She Disappeared into Complete Silence © Mona Kuhn AD 7272, 2014



She Disappeared into Complete Silence © Mona Kuhn AD 7809, 2014

LA PHOTOGRAPHIE À CIEL OUVERT

L'EXPO LA PLUS SOLAIRE DE L'ANNÉE

S'il est UNE exposition à ne pas manquer cette année, c'est bien celle-ci. C'est dans la montée du château que l'artiste Mona Kuhn a 'pris ses quartiers' pour présenter sa dernière exposition, *She Disappeared Into Complete Silence*. Fascinée par la lumière, Mona Kuhn est ainsi partie à sa recherche en Californie et a retranscrit sa quête en une série de clichés tous plus hypnotiques et fascinants les uns que les autres. Le désert, les corps, la nature se révèlent sous un jour particulièrement solaire. Sublime.

***She Disappeared Into Complete Silence*, Mona Kuhn,
à voir jusqu'au 23 octobre 2020, dans le Jardin du Bra'Haus II,
montée du château, Clervaux.**

Mona Kuhn

**S H E D I S A P P E A R E D I N T O
C O M P L E T E S I L E N C E**

2 5 . 1 0 . 2 0 1 9 - 2 3 . 1 0 . 2 0 2 0
Jardin du Bra'Haus II, Montée du Château

CLERVAUX, LUXEMBOURG
WWW.CLERVAUXIMAGE.LU



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



À L'OUEST

On continue avec nos envies de nature ! Parce que les enfants raffolent des animaux et qu'un peu de douceur ne fera pas de mal, pourquoi ne pas s'offrir le luxe dépaysant d'une petite promenade en alpaga ? Mais oui, c'est totalement possible à Luxembourg ! À Hovelange se cache en effet une bien jolie petite ferme dédiée à l'élevage de vaches Galloway, de chèvres naines et d'alpagas. Les enfants pourront y apprendre à nettoyer les étables, nourriront les animaux et, cerise sur le gâteau, pourront même aller gambader avec les alpagas. Il suffit de les contacter pour booker un rendez-vous qui, à n'en pas douter, ravira vos chères têtes blondes !

Réservations :
freylinger-klein@hotmail.com
par téléphone au 621 304 315

AU CENTRE

C'est aux portes de la capitale que la région Gutland vous attendra pour vous enivrer de ses sublimes paysages et sa riche histoire. Randonnées, découvertes de villages charmants et de leurs fermes anciennes piqueront la curiosité des petits comme des grands, et plus encore la découverte des sept châteaux : Mersch, Schoenfels, Koerich, Hollenfels, Septfontaines, ainsi que les deux châteaux d'Ansembourg.

Dans la foulée, pourquoi ne pas en apprendre sur l'histoire fascinante du Moulin de Beckerich, D'Millen. S'il est à présent réhabilité, il peut se vanter d'une histoire riche et fascinante. Plusieurs visites guidées sont proposées – Energietour, Découverte des anciennes techniques, etc. – pour satisfaire toutes les curiosités. On aimera également se promener dans les immenses espaces verts qui encerclent le site et invitent au dépaysement.

**D'Millen, 103, Huewelerstrooss,
 Beckerich, info@dmillen.lu**



ET LA CAPITALE ?

Si nombreux sont les sites à travers le pays à être encore fermés à l'heure où nous rédigeons ces lignes, nous pouvons tout de même nous réjouir de la réouverture des musées de la ville, et ce grâce à diverses mesures de précautions. Casino Luxembourg Forum d'Art Contemporain, Mudam, Dräi Eechelen ont ainsi rouvert leurs portes au public depuis le mardi 12 mai pour le plus grand bonheur de tous ! Une occasion parfaite pour s'imprégner de leurs collections dans le plus grand calme ! •

“

Si nombreux sont les sites à travers le pays à être encore fermés à l'heure où nous rédigeons ces lignes, nous pouvons tout de même nous réjouir de la réouverture des musées de la ville

”

Guided Summer Tours 2020

20 juillet au 29 août

Trouvez le programme complet & inscrivez-vous sur : www.visitgutland.lu



Ansembourg

Les jardins exceptionnels
du château d'Ansembourg
Chaque lundi • 10:30 → 12:00



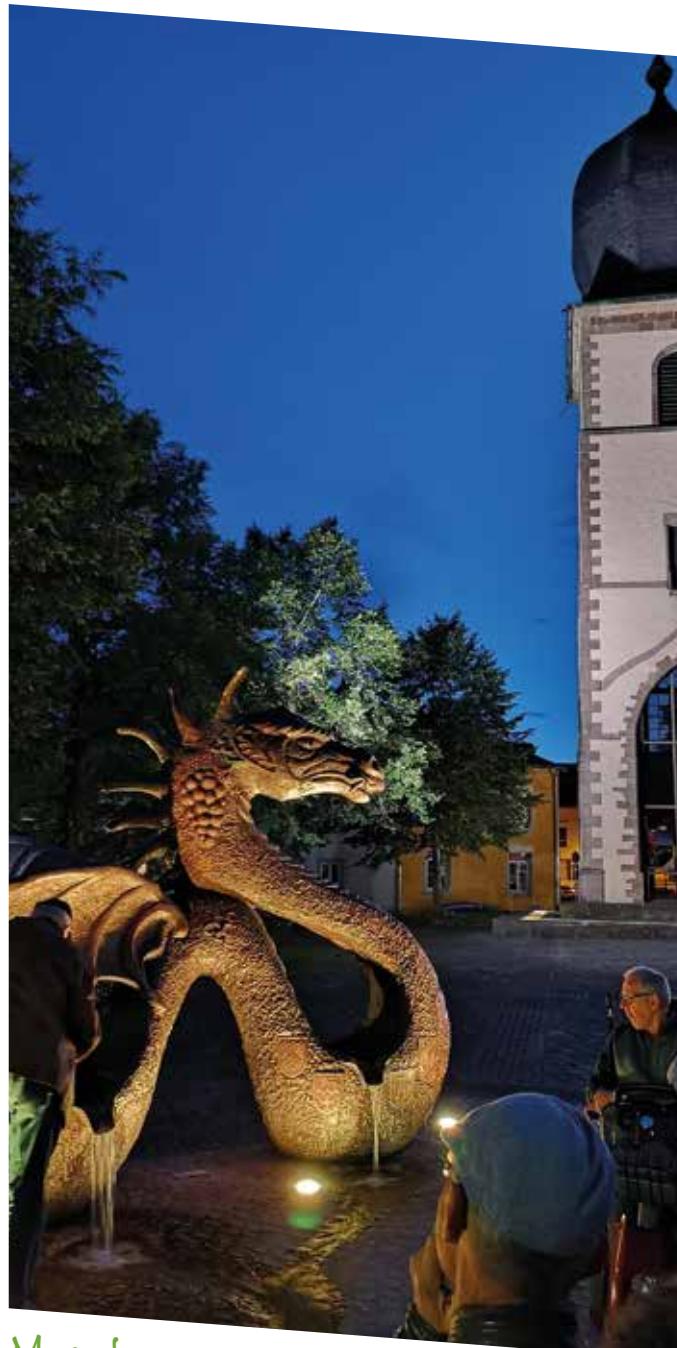
Haut-Martelange

Visite guidée pour enfants
au Musée de l'Ardoise
Chaque vendredi • 15:00 → 17:00



Useldange

Mythes et légendes du
château – visite avec lanternes
Chaque jeudi • 20:00 → 21:30



Mersch

Rencontre avec des personnages des siècles passés
Chaque mercredi • 10:00 → 12:00



Uebersyren

Visite guidée de la réserve
naturelle "Schlammwiss"
Chaque samedi • 09:00 → 11:30



Hivange, Rébiers

Visite guidée du réservoir d'eau
au coucher du soleil
Chaque mercredi • 19:00 → 21:00



Nospelt

Musée de la Poterie – à chacun
son oiseau !
Chaque jeudi • 15:00 → 16:30

Pendant la saison d'été l'Office Régional du Tourisme Centre/Ouest Luxembourg organise, en coopération avec les acteurs régionaux, de nombreuses visites guidées. Rendez-vous pour la découverte de la région touristique Gutland à travers un riche programme autour de quatre thématiques différentes ;

Gutland Classics, Gutland for Kids, Gutland by Night & Gutland Specials

La participation aux visites guidées est GRATUITE

Contact : info@visitgutland.lu / +352 28 22 78 62



48H À AMSTERDAM

Pour reprendre des couleurs

Après deux mois de chape de plomb, place à la couleur ! À 1h de vol, Amsterdam, la libertaire hédoniste, est la ville idéale pour reprendre goût aux city-trips et retrouver la liberté.

KÉVIN STORME

VENDREDI, 19H : HOPPE

Une bonne soirée à 'Dam, ça commence par un « café brun ». Leur nom vient de leur intérieur décoré de bois foncé, et de leurs murs jaunis par des années de fumée de tabac. Autrefois fréquentés par les marins en perdition « dans le port d'Amsterdam », les cafés bruns sont devenus tendance. Hoppe est le plus vieux d'entre eux et reste une institution au cœur de la vieille ville.

Spui, 18-20



Van Gogh Museum

VENDREDI, 21H :**BLAUW AAN DE WAL**

Dans le quartier rouge, au fond d'une ruelle couverte de graffitis, la déco élégante de ce restaurant détonne. Aménagé dans un entrepôt d'herbes aromatiques du XVII^e siècle, le chef y sert des plats de saison aussi fins que savoureux.

Oudezijds Achterburgwal 99

VENDREDI, 23H : INNTEL HOTEL

Pourquoi se contenter d'une seule maison quand on peut en avoir des dizaines ? C'est le concept proposé par l'Inntel hotel, à une quinzaine de kilomètres du centre, mais facilement accessible en transports. Ce quatre étoiles, au bord d'un canal, propose des chambres imbriquées dans un enchevêtrement de maisons multicolores.

Provincialeweg 102, Zaandam

SAMEDI, 10H :**BALADE SUR LES CANAUX**

N'en déplaise à Bruges, avec ses 165 canaux, Amsterdam est la vraie « Venise du nord ». Il est possible de découvrir le centre et les quartiers sur des bateaux-mouches, mais le meilleur moyen est de louer un bateau sans permis. Des cartes imperméables sont fournies par les loueurs pour ne pas se perdre dans le dédale inextricable de ces artères aquatiques.

SAMEDI, 15H :**VAN GOGH MUSEUM**

Après la période noire de l'épidémie, mettez de la couleur dans vos vies en

visitant le musée consacré à l'artiste hollandais le plus célèbre au monde : Vincent Van Gogh. On y retrouve 200 toiles plus colorées les unes que les autres, parmi lesquelles *Les Tournesols*, *La Chambre à coucher*, ou encore *La Maison jaune*. *Museumplein, 6*

SAMEDI, 21H :**RED LIGHT DISTRICT**

De la couleur encore. Rouge ou rose. C'est à la nuit tombée que l'on saisit le mieux l'essence de ce quartier où se côtoient l'abject et la beauté. Au cœur de ces ruelles pavées bordées de canaux et de maisons du Moyen-Âge, des femmes vendent leurs corps exposés en vitrine sous des néons rougeâtres. Heureusement, le quartier rouge ne se définit pas que par ses prostituées. C'est aussi ici le cœur historique de la ville, où trône la plus vieille église d'Amsterdam. Une multitude de bars, de clubs et de restaus atténuent également le côté glauque du commerce local...

DIMANCHE, 10H : BÉGUINAGE

S'il y a bien un endroit où se réfugier après une nuit agitée dans le quartier rouge, c'est le « Begijnhof ». Véritable havre de paix et de spiritualité, ce couvent à ciel ouvert semble tout droit sorti d'un conte de fées. Entre jardins miniatures et adorables maisonnettes, il s'agit du plus beau du genre.

Nieuwezijds Voorburgwal, 373

DIMANCHE, 13H :**MARCHÉ ALBERT**

Cuypmarkt. Multiculturel, animé, coloré... Le plus célèbre marché d'Amsterdam a tout pour séduire. C'est aussi l'idéal pour casser la croûte en dégustant des spécialités locales : harengs aux frites, pottertjes (crêpes saupoudrées de sucre), stroopwafels (gaufres fourrées au sirop de caramel)... *Entre Ferdinand Boldstraat et Van Woustraat*.

DIMANCHE, 17H :**BARNEY'S COFFEE SHOP**

Amsterdam, ce n'est pas que la ville de la luxure, c'est aussi un haut lieu des expériences sensorielles. Évidemment, on n'incite personne à consommer l'une de ces substances en accès libre. Reste que, rentrer dans un coffee shop, c'est l'occasion de cerner – et de démontrer – certains clichés qui donnent à la ville une réputation sulfureuse en dégustant tout simplement... un café. Mais sans gâteau. Sous peine de voir des éléphants roses... *Haarlemmerstraat 102* •

ON Y VA

En train avec changement à Bruxelles (au moins 5h de trajet), à partir de 80€ l'aller simple. En avion, vol quotidien direct (1h) avec KLM (à partir de 150€ AR). En voiture, 4h (360 km), mais à éviter, la capitale néerlandaise étant peu adaptée aux automobiles.

Hot Terracotta



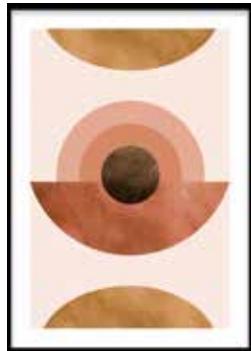
COVET HOUSE

Et si, pour insuffler un peu de chaleur à notre intérieur, on misait sur la terre cuite et ses teintes tirant du rouge à l'orangé ? Parfaite pour accueillir l'été qui se profile doucement, la Terracotta ou Terre de Sienne nous évoque le sud de la France et ses terrasses ensoleillées parsemées d'oliviers. À la fois doux et stylé, le Terracotta s'invite dans notre intérieur sous forme de pots en terre cuite, en linge de maison en lin ou même en aplat sur le mur du salon. Pour un intérieur hot !

HÉLÈNA COUPETTE



SERAX



DESENIO



AUDENZA



DEKORIA GMBH



NEDGIS



CHAPLINS FURNITURE



LOLA CURVACEOUS

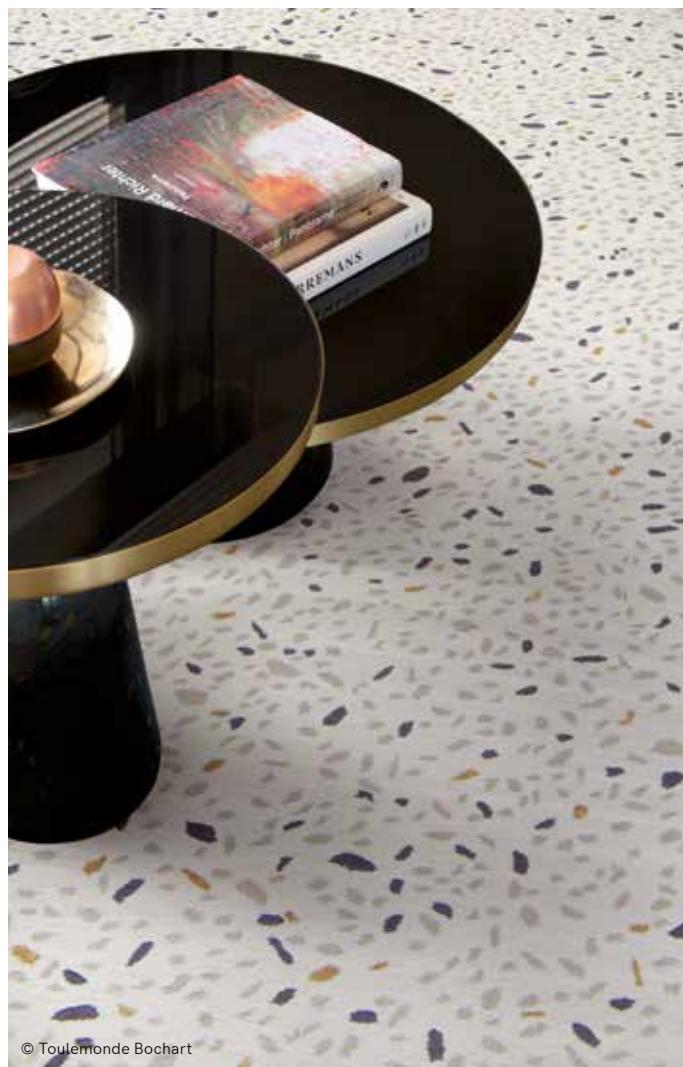
LE TERRAZZO, TENDANCE HORS SOL

Voici déjà quelques saisons que le terrazzo nous séduit ! Après avoir connu son heure de gloire dans les années 20, puis une renaissance grâce au mouvement Memphis, ce motif si particulier compte aujourd’hui son lot d’adeptes.

Créateurs ou grandes enseignes de décoration nous proposent leurs réinterprétations, contribuant à la démocratisation de cette tendance... pour le meilleur mais aussi pour le pire comme beaucoup trop souvent !

On vous donne les codes à respecter pour éviter les fausses notes.

AURÉLIE GUYOT



LE TERRAZZO, KEZAKO ?

Également connu sous le nom de granito, le terrazzo nous vient tout droit d’Italie, comme son nom l’indique. Il s’agit d’un matériau de construction, constitué de fragments de pierres naturelles et de marbre colorés agglomérés à du ciment, le tout poli pour lui donner un aspect lisse et bien brillant. Il fut beaucoup utilisé en tant que revêtement de sol, car facile à appliquer, à entretenir et peu coûteux. On aime son aspect moucheté et coloré, particulièrement graphique. Chaque terrazzo est unique ! Il dépend de la quantité de pierres et de marbre colorés et de la disposition de ces matériaux dans le béton... qui peut lui aussi se parer de multiples nuances. C'est donc un formidable terrain de jeux pour les designers, qui le déclinent à l'envi... car le terrazzo quitte enfin le sol et ce motif si particulier habille dorénavant nos murs et même notre mobilier !

VERSION 2020

On oublie le terrazzo grisâtre et saturé des générations précédentes. Le terrazzo version 2020 se fait léger et monochrome. Exit les particules multicolores, qui mixaient sans complexe du vert, du rose, du jaune et du bleu ! On se concentre sur une version color block douce et posée : camaïeux de bleus dans un esprit scandinave pour apaiser notre mood hivernal, teintes ocre ou rouge pour apporter davantage de personnalité et de dynamisme à un salon. Les motifs évoluent également : au terrazzo très moucheté, on préfère dorénavant un imprimé plus aérien, aux tâches oversize et plus diffuses. L’arrière-plan reste blanc ou crème et sait se faire oublier afin de faire la part belle à la couleur. Bref, le terrazzo se dépoussiète et s’adapte à nos nouvelles envies. Plus poétique et moins too much, il a tout bon !



CHEVRONNÉ

Imperméable aux charmes du terrazzo? Pas de panique, bien d'autres motifs et autres effets géométriques ont le vent en poupe... à l'image du chevron, beaucoup vu et plébiscité au Salon Maison & Objet il y a quelques semaines. On le retrouve sur nombre de murs de salle de bain, mais aussi en plancher, sur des tapis et même sur l'assise de fauteuils ou canapés. On aime son côté sophistiqué et indémodable, qui twiste facilement un sol ennuyeux ou pimpe un mur très facilement. Pastel ou plus tranché, voire carrément version total look noir, les chevrons fonctionnent dans toutes les couleurs et existent même en version multicolore. N'hésitez pas à tester!

ART DÉCO

Tendance plus pointue mais au combien efficace, l'art déco nouvelle génération se démocratise et sort des salons bourgeois ou trop trendy... Pour le plus grand bonheur des amateurs de doré et d'effets cossus ! Le motif écaille de poisson se décline en mobilier, comme sur des paravents ajourés qui séparent les espaces avec grâce et légèreté. Viennent s'y ajouter des motifs géométriques plus classiques: lignes verticales qui structurent et agrandissent les volumes, feuilles de palmier pour rythmer l'ensemble ou encore spirales stylisées pour apporter un peu de rondeur. Une de nos tendances préférées, qu'il faut savoir apprivoiser...

HORS SOL

Si les professionnels le cantonnaient encore et toujours aux revêtements de sols de salle de bain il y a quelques saisons, force est de constater que le terrazzo s'invite à présent aux 4 coins de nos intérieurs ! Art de la table, linge de lit, papier peint... mais aussi pied de lampe, papeterie, bibelots et autres objets déco... la liste est longue tant cette tendance semble inspirer. Autres points forts de ce motif? Il se prête à toutes les ambiances et trouve sa place dans n'importe quelle pièce, de la cuisine à la chambre de bébé. Overdose vous avez dit? Attention en effet à ne pas trop en faire... Accumuler ce motif peut s'avérer indigeste ! On évite le mélange des formes et des couleurs pour se concentrer sur une pièce maîtresse, comme ces magnifiques tapisseries repérées chez Isodore Leroy. Là aussi, on habille un seul pan de mur, voilà qui suffira à apporter une jolie touche d'originalité à votre pièce. Point trop n'en faut.

“

**Le terrazzo se prête facilement
à toutes les ambiances**

”



“

On aime l'aspect moucheté et coloré, particulièrement graphique du terrazzo

”

TACHE D'HUILE

La ligne se déforme, s'étire, s'épaissit. On la laisse suivre son chemin, le hasard offrant souvent les plus jolies surprises ! On délaisse ainsi les motifs angles droits et très carrés pour préférer la poésie et la rondeur qu'offrent les veinures du marbre, sombres et plus claires par endroits, qui finissent par se diluer pour former de véritables taches d'aquarelle. Dégradés contrastés de palettes plus ou moins tranchées, ces formes aqueuses et douces se prêtent bien pour habiller de grands espaces –une tête de lit, un mur de salon...– et ne se voient pas encore chez tout le monde, profitez-en !

Le terrazzo récolte tous les suffrages et n'a sûrement pas fini de faire parler de lui. En effet, difficile de résister à son côté à la fois trendy et si facile à vivre ! Mais s'il vous semble devenu trop mainstream, n'hésitez pas à vous tourner vers des motifs plus radicaux et plus pointus... Les options ne manquent jamais en déco !

N°214



© Isodore Leroy



IOSIS



LA REDOUTE INTÉRIEURS



AM.PM

ACTU

Le MAD devait inaugurer une somptueuse exposition consacrée à l'histoire du Luxe à travers les civilisations, de l'antiquité à nos jours.

Une centaine d'œuvres d'art, de mode, de joaillerie ou de design devaient être réunies afin d'évoquer des moments-clés, d'apporter un éclairage ou d'inviter à une réflexion sur les problématiques dans nos sociétés contemporaines : le consumérisme et l'ostentation, le rapport à la spiritualité et au sacré ou encore la conscience environnementale. De toute beauté...

LUXES, du 23 avril au 6 septembre 2020, (à l'heure de la mise sous presse l'exposition n'avait toujours pas été ouverte pour cause de Covid-19) au Musée des Arts Décoratifs de Paris. Plus de détails sur www.madparis.fr

SOL a9

LE SPÉCIALISTE DE LA PIERRE NATURELLE



Ponçage et polissage de sols et escaliers

Rénovation et pose des sols en pierre naturelle

Vente de pierres naturelles : terrazzo, marbre, granit...

Design d'éléments de décoration (plan de travail, crédence, meuble, objet)

SOLa9 sarl
40 rue de la Libération
L-3510 Dudelange
Tél.: 621 78 40 40

Lundi - vendredi 8h - 18h
Samedi 8h - 12h

NEWS FOOD

MATHIEU ROSAN



LA MOUSSE AU CHOCOLAT, LA RECETTE SUPERSTAR DU CONFINEMENT

N°214

Avec ou sans crème, avec ou sans beurre, chocolat fondu au bain-marie ou fondu par le lait... Il existe autant de recettes de mousse au chocolat que de variétés de cacao pour sublimer ce grand classique de la pâtisserie française. Dès le début du confinement, nombre de chefs se sont empressés de publier leur propre version. Si ce tsunami de chocolat a pu nous faire perdre la tête (et les papilles), ce torrent de bonnes recettes a eu l'avantage de nous révéler toutes les astuces pour réussir une mousse et d'en comprendre les mécanismes.

UN NOUVEAU LABEL DE QUALITÉ POUR LES ÉTABLISSEMENTS LUXEMBOURGEOIS



Alors que l'Horesca prépare la réouverture des restaurants et cafés du pays depuis plusieurs semaines, la Fédération nationale des hôteliers, restaurateurs et cafetiers a transmis un guide de recommandations à ses membres afin de préparer au mieux la reprise de l'activité. Le nouveau label « Safe to serve » qui doit devenir un « gage de qualité et de confiance » en cette période de crise sanitaire est « la garantie que l'établissement prend toutes les mesures sanitaires requises et qu'il est en mesure d'accueillir les clients dans les meilleures conditions sanitaires, de confort et de convivialité », précise la fédération dans un communiqué. Les signataires de cette charte pourront arborer le label "Safe to Serve" qui devra être parfaitement visible lorsque les établissements pourront à nouveau ouvrir.

INSTAGRAM S'INVESTIT POUR LA SURVIE DES RESTAURATEURS

En vue de venir en aide à l'industrie de la restauration qui doit faire face à d'importantes difficultés financières en raison de la crise sanitaire mondiale, Instagram a dévoilé une nouvelle fonctionnalité qui permet aux clients d'acheter des cartes cadeaux, de passer

des commandes en ligne et de contribuer à des levées de fonds directement depuis la plateforme. Il sera bientôt possible de partager cette fonctionnalité sur ses Stories comme des autocollants et elle pourra aussi être visible depuis la page de profil de l'utilisateur. Les followers

peuvent ainsi cliquer sur l'autocollant pour effectuer un achat. Les bons cadeaux et les commandes de plats à emporter ou à livrer sont déjà disponibles pour les abonnés Instagram aux États-Unis et au Canada et devraient être étendus au reste du monde dans les prochaines semaines.



LADURÉE LANCE un Macaron Vegan

Pas de blanc d'œufs, ni crème, ni beurre. Les tout premiers macarons n'intégrant aucun ingrédient d'origine animale signés par la maison Ladurée sont disponibles depuis le 12 mars dernier. Le célèbre salon de thé qui a fait des macarons ses coqueluches sucrées poursuit son engagement en faveur d'une alimentation davantage portée par le végétal.

Après plusieurs mois de recherche et de réflexion, Ladurée officialise le lancement de ses premiers macarons vegans.

Les fameuses coques du petit gâteau, qui se composent traditionnellement de blancs d'œufs et de poudre d'amandes, ne comprennent ainsi aucun ingrédient d'origine animale dans leur recette. Pour la saveur caramel à la noix de coco, c'est un mélange d'huiles de coco et de tournesol et de lait soja, tous préalablement émulsionnés, qui permet de reproduire la texture du beurre garnissant le macaron. Quant au macaron chocolat pure origine du Pérou 70% de cacao, la ganache a été montée à l'aide d'un mélange de lait de millet, d'amandes et de noisettes.

Comptez 2,20 euros le macaron.

Et la meilleure table du confiné est... strasbourgeoise !

Le guide qui met en avant une gastronomie moderne et décontractée n'a pas désigné de restaurant de l'année dans sa dernière édition, mais vient de récompenser "la meilleure table confinée" de France, celle d'une illustratrice coréenne. Saehan Park, 31 ans, confinée avec son compagnon français à Strasbourg, a été choisie parmi plusieurs centaines de candidats pour "sa cuisine franco-coréenne réalisée de façon locavore", a expliqué Alexandre Cammas, fondateur du guide. Confinement oblige, les experts du guide se sont basés sur les récits des participants, notamment la manière dont ils ont fait leurs courses, partagé leurs recettes, les photos de plats et d'ambiance et même les bandes-son qui accompagnent leurs repas.

PÉITRY

RESTAUBERGE

RESTAURANT - AUBERGE - TRAITEUR

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

Son auberge vous accueille dans ses studios meublés, entièrement équipés.



Menu lunch*
entrée + plat
+ dessert
27€

*Uniquement le midi
en semaine



Menu Péitry*
4 ou
5 services

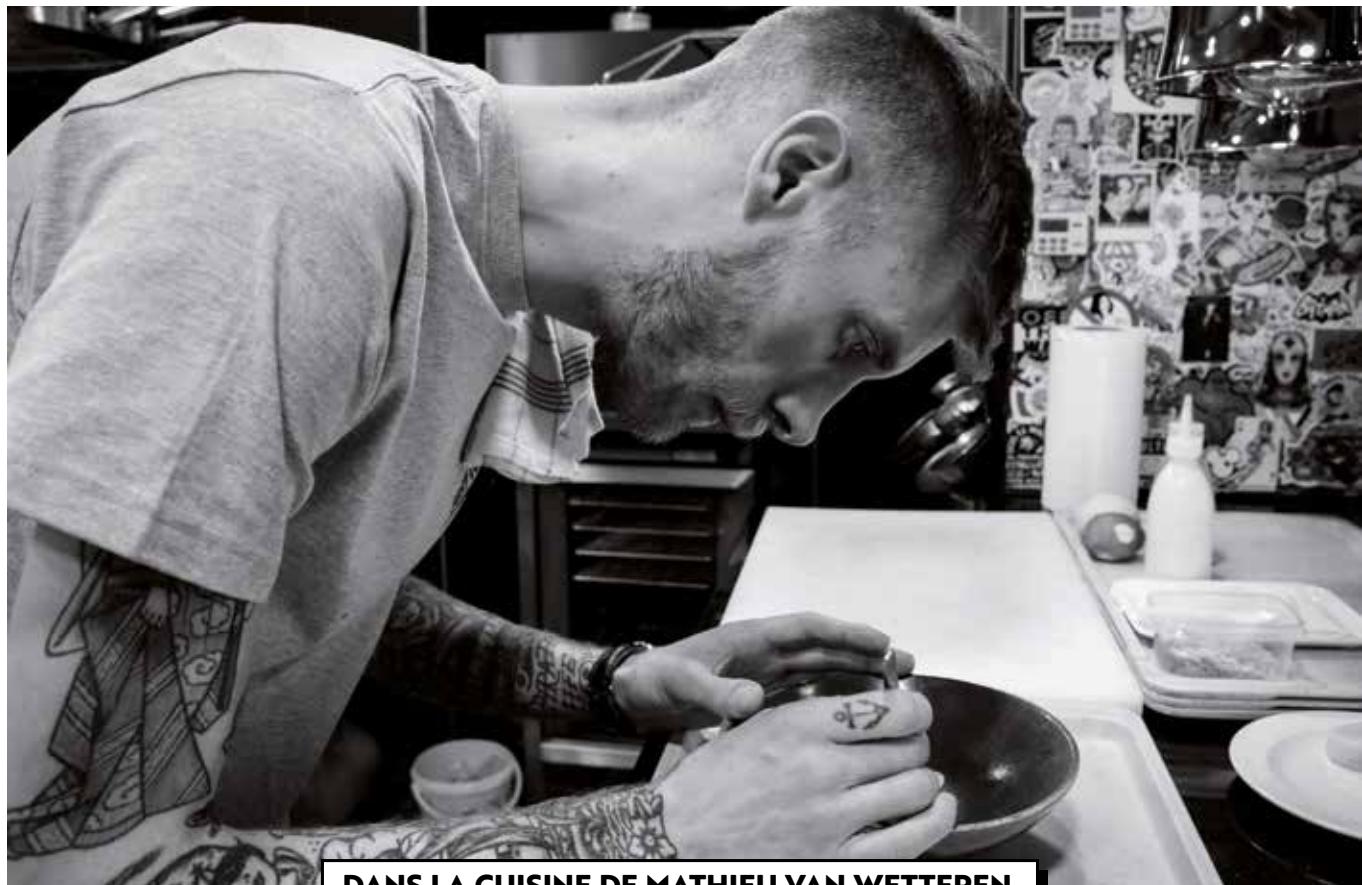
*Uniquement le soir



**Offrez un moment gustatif inoubliable
dans notre restaurant
à l'occasion de la fête des mères !**
Vous pouvez également choisir un bon cadeau
prédefini ou un montant personnalisé.

Ouverture du mardi au vendredi de 12h à 22h,
le samedi de 19h à 22h et le dimanche de 12h à 14h30
18, Route de Luxembourg, L-6910 Roodt-sur-Syre
(à seulement 20 min. de Luxembourg-ville)

SUR PLACE ET À EMPORTER
Réservation au 26 78 75 98
www.peitry.lu



DANS LA CUISINE DE MATHIEU VAN WETTEREN

N°214

Parcours créatif

Vous avez envie de vivre une véritable expérience gastronomique ? Rendez-vous à Steinfort, chez Apdikt. Ici, rien n'est gravé dans le marbre. Le Chef est aux commandes et il vous emmène en voyage hors des sentiers battus.

MAGALI EYLENBOSCH

Mathieu van Wetteren mérite bien son surnom de pirate de la gastronomie. Exit les longues prises de tête devant une carte à rallonge. Chez lui, vous vous asseyez et vous vous laissez porter dans l'univers d'un véritable artiste des fourneaux. L'année tourne autour de quatre créations qui évoluent au fil du temps. « Apdikt est mon laboratoire. Pour l'instant, je suis dans mon garage et je fais du bruit sur ma guitare. Un jour, si Dieu le veut, je remplirai des stades ! »

À quel âge, êtes-vous entré en cuisine ?

À 14 ans. Mes parents partaient du principe que je devais travailler pour obtenir ce que je voulais. Ma mère, propriétaire du Pall Center, m'a trouvé une petite place en cuisine, et je n'en suis jamais sorti. C'était vraiment une vocation. J'ai commencé ma formation à l'école hôtelière de Diekirch, ensuite je suis allé à Namur. Après mes études, j'ai fait mes armes dans plusieurs restaurants étoilés.

Notamment à l'Héliport à Liège, aux côtés de Sergio Herman, propriétaire de The Jane à Anvers, ou au Sea Grill, auprès de Yves Mattagne, à Bruxelles.

Vous vouliez vous orienter vers une cuisine gastronomique ?

Ah oui, l'excellence ou rien!

Qu'est-ce qui fait votre différence ?

L'amour et la créativité.

Je suis constamment en train de lire,

de regarder, de chercher l'inspiration.
Je ne m'arrête jamais!

Quelle est votre principale qualité en tant que Chef ?

La patience et la persévérence.
Je ne lâche jamais rien.

Quel est votre plus grand défaut ?

La patience et la persévérence. J'ai les qualités de mes défauts. Je suis tellement déterminé que si j'ai quelque chose en tête, je dois y arriver, coûte que coûte. Et en attendant, je suis râleur. Voilà un autre défaut qui me définit bien !

Quel est votre plat signature ?

Il y a beaucoup de plats que j'aime réaliser mais je trouve que je n'ai pas suffisamment de bouteille pour annoncer un plat signature. Je n'ai pas cette prétention. Lorsque mes clients prendront l'avion pour venir déguster un plat chez moi, on pourra en parler. Par contre, j'aime particulièrement travailler le poisson, avec des influences asiatiques.

Si j'étais votre stagiaire, quelle serait la première recette que nous partagerions ?

Une essentielle de la cuisine. Je vous apprendrais à réaliser un fond. C'est la base d'une bonne sauce.

Êtes-vous plutôt un bec sucré ou salé ?

Ça dépend des jours, mais je dirais plutôt sucré. Souvent, ça me booste.

Vous arrivez chez un copain qui vous demande de préparer quelque chose... Sur quoi vous rabatteriez-vous ?

Un riz! D'ailleurs je me suis bien amusé pendant le confinement en cuisinant pour moi. J'aurais aussi pu citer les pâtes, mais au bout d'un moment, c'est lassant. Avec le riz, on peut se diriger vers un plat libanais, cantonnais, espagnol, mexicain... On voyage !



N°214

Quel est votre plus beau souvenir ?

Mon passage au The Jane à Anvers. Le Chef y repousse toujours les limites du possible. Quand j'y suis arrivé, après huit ans dans des restaurants étoilés, je pensais avoir tout vu. C'était loin d'être le cas. J'y ai beaucoup appris. Et puis, il y a aussi Le Musso, à Montréal. Je n'y ai pas travaillé, mais j'y suis allé pour y trouver l'inspiration.

Le pire souvenir ?

L'oubli d'une commande de Saint-Jacques au Sea Grill. Pourtant j'ai toujours travaillé pour mes patrons comme si c'était pour moi. Mais l'histoire s'est plutôt bien terminée. Elles sont arrivées in extremis et les clients se sont extasiés devant la fraîcheur du produit.

Avec quel grand Chef aimeriez-vous partager une omelette ?

Pierre Gagnaire, c'est le Mozart de la cuisine.

Quel est le plat classique que vous aimeriez avoir inventé ?

Le pâté au Riesling. J'en suis dingue ! J'en mange d'ailleurs énormément. C'est un produit qui est bien de chez nous. C'est réconfortant.

Avez-vous un mentor ?

J'en ai cherché un toute ma vie. Aujourd'hui, je pense que nous sommes nos propres mentors. On doit faire ses propres expériences. Bien sûr, on peut s'inspirer des plus grands. Mais après, il faut transformer l'essai. Il n'y a qu'en osant qu'on arrive à tracer son propre chemin.

Avez-vous un objectif ?

Faire ce que j'aime toute ma vie. Les récompenses, c'est une cerise sur le gâteau, mais il faut d'abord travailler pour soi. Travailler avec amour ! •

RIZ NOIR, ASPERGES & FETA

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION : 15 MINUTES

CUISSON : 45 MINUTES

INGRÉDIENTS:

- 250 g de riz noir
- 6 asperges vertes
- 1 cs d'huile d'olive
- 6 à 8 radis
- 2 cébettes
- 50 g de feta
- 1 botte de persil plat
- 1 poignée de pousses de petits pois
- 15 cl de sauce tahini
- Sel et poivre

Préparation :

01. Faites cuire le riz environ 45 minutes dans une casserole d'eau bouillante, jusqu'à ce qu'il soit tendre. Égouttez-le.
01. Taillez les asperges en petites rondelles, puis faites-les revenir 2 minutes dans une poêle avec l'huile d'olive. Salez et poivrez.
01. Émincez les radis dans la longueur. Taillez les cébettes en fines tranches. Émiettez la feta. Ciselez grossièrement le persil plat.
01. Dans un grand saladier, mélangez le riz avec la vinaigrette. Ajoutez les asperges, les radis, la feta, les pousses de petits pois et le persil. Salez et poivrez.





à boire avec

DOMAINE DE LA LOGE MILLET POUilly FUMÉ LOIRE

Domaine familial tenu de père en fils depuis 5 générations, qui œuvre pour nous présenter des vins authentiques avec des vins reflétant parfaitement l'appellation. 100% sauvignon aux arômes de fruits blancs et d'agrumes avec la trame minérale qui caractérise cette appellation de Loire. Un accord idéal sur les asperges qui soulignera les arômes printaniers de cette salade.



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

N°214

PLUS DE RECETTES?

LA CUISINE RAINBOW DE CALEIGH MEGLESS-SCHMIDT



Américaine exilée à Paris, Caleigh Megless-Schmidt a emporté avec elle dans la capitale française, son goût pour les légumes qu'elle cultivait dans le jardin familial. Produits locaux, goût du bon et du naturel, la jeune femme a étudié au Natural Gourmet Institute de New-York, une approche globale de la cuisine, axée sur la santé et les produits naturels. Depuis, elle a créé KE'LI, un restaurant « healthy & gourmet ». La preuve que l'on peut manger sainement et se faire plaisir ?

Des associations de saveurs et de textures, des ingrédients frais et de saison, le tout compilé dans ce livre joyeux et alléchant.

OI ©Sandra Mahut
Éditions Marabout

Ce jour où la terre a fait trembler les hommes

Parcourir le monde tout en apportant, modestement, une aide aux oubliés de tous, tel est le credo de Bekaï. Cet ancien directeur marketing et communication d'une holding à Luxembourg, a troqué son porte-documents pour son backpack d'aventurier pour se consacrer entièrement à ses projets humanitaires. Femmes Magazine vous invite à découvrir quelques extraits de ses carnets d'initiatives humanitaires inspirantes.

BEKAÏ

Il est des événements qui rappellent à l'Homme son insignifiance, comme ce 25 avril 2015, à 11h56, lorsqu'à Katmandou, au Népal, la terre s'est mise à trembler, bouleversant la quiétude de vies pleines de rêves pour demain et laissant des millions de personnes, là, prostrées, au beau milieu d'un indicible chaos et d'une terre dévastée.

Ce jour-là, le visage de la capitale népalaise, empreint d'un profond mysticisme, est défiguré, balafré. Accentuant les fractures sociales, ce séisme, d'une magnitude de 7,9 a fait plus de 8 000 morts, des millions de sinistrés, et a eu des conséquences sanitaires et sociales désastreuses.

De ce tragique tremblement de terre (dont les nombreuses et importantes répliques ont longtemps laissé les survivants aux prises avec la douloureuse étreinte de l'angoisse) est née une belle initiative. La création, dans l'urgence, d'un petit orphelinat perdu dans la vallée de Katmandou, permettant à de jeunes enfants, que la colère de la terre a privé de parents, de se reconstruire.

Les jours d'après

Deven, le responsable de l'orphelinat, surprend autant par son jeune âge, 26 ans, que par sa maturité et son sourire toujours affiché. C'est ce courageux jeune homme qui, affecté par les conséquences de ce

drame, s'est empressé de se rendre dans les zones les plus reculées et les plus touchées, non loin de l'épicentre, pour recueillir ces enfants sans famille et ceux dont la famille, plongée dans le dénuement le plus total, ne pouvait davantage subvenir à leurs besoins. Installé dans l'une des chambres de l'orphelinat, l'apprehension de rencontrer des enfants inconsolables et pétris de chagrin est aussitôt balayée par les éclats de rire provenant de l'étage. Les présentations aussitôt faites, Deven procède à la distribution des vêtements et peluches collectés avant le départ, à une dizaine d'enfants âgés de 3 à 13 ans, visiblement comblés. Tous sont excités de recevoir de nouveaux jouets et vêtements qu'ils enfilent aussitôt pour se mirer dans la glace...

Songe d'une nuit d'hiver

Il n'est que 21h, la vallée de Katmandou se pare de son écharpe de brume. Extinction des feux. L'excitation des enfants de s'être fait un nouvel ami, qu'ils retrouveront dans leurs songes, laisse place à un silence monacal que brise le vent polaire d'un hiver rigoureux. Ce dernier s'engouffre par le moindre interstice de cette maison lézardée, mal isolée, dénuée d'eau chaude et de chauffage. Seul dans la chambre, au fond d'un lit surmonté d'un léger édredon, sous trois couches de vêtements, la rudesse de la nuit qui s'annonce est

propice à la cogitation. La rapidité avec laquelle les enfants se sont pris d'affection pour celui qu'ils appellent dorénavant « Bekaï Brother » et qu'ils ont couvert de câlins, toute la soirée durant, font d'ores et déjà redouter le moment de l'inéluctable départ. Une chose est sûre, c'est bien d'amour dont ils ont le plus besoin...

Inextinguible soif d'apprendre

Après quelques heures de sommeil, que la morsure du froid, accentué par les 1 400 mètres d'altitude, a beaucoup perturbé, c'est réveil en fanfare mené tambour battant par les enfants qui trépignent d'impatience de jouer avec leur nouveau grand-frère.

Mais pour le moment, c'est l'heure de la classe. Les mathématiques, tout le monde déteste, eux, ils adorent. Tour à tour, tous présentent leurs vieux cahiers aux pages usées, parfois trouées par les sempiternels gommages des précédents écrits, pour se voir gratifier de nouveaux exercices qu'ils résolvent aussitôt, avec une facilité déconcertante. Malgré le froid glacial qui règne dans la chambre à cette heure si matinale, leur inextinguible soif d'apprendre est admirable. C'est avec une grande impatience que tous attendent que se dissipent les derniers nuages pour continuer d'étudier sur le toit-terrasse et s'imprégner de la douce chaleur des premiers rayons du soleil...

La maison abandonnée

En cet après-midi ensoleillé, les cinq plus âgés ont à cœur de faire découvrir à leur nouvel ami, cette magnifique vallée qui les a vu naître, lors d'un trek de plus de 3 heures, jusqu'à en atteindre le point culminant. La promesse : un temple qui offre une superbe vue sur l'Himalaya, où se trouvent 10 des 14 plus grands sommets du monde (+ de 8 000 m). L'ascension se fait non sans mal, offrant une succession de magnifiques paysages vallonnés aux verdoyantes collines et de scènes de désolation. Ici et là, des sols affaissés, des maisons que d'intenses secousses ont réduites à néant, des étables vides de bétails, des terres en jachère où plus rien ne pousse, des charrues d'un autre âge laissées à l'abandon... Sans surprise, les maisons les plus modestes ont payé le plus lourd tribut. Dans les ruines de l'une d'entre elles, pour seuls vestiges du passé encore reconnaissables, une gazinière cabossée et un tabouret à la patte cassée, ensevelis sous un amas de gravats.

Beaucoup de nostalgie se dégage de cette demeure éventrée et abandonnée. Qu'est-il advenu de ses habitants ? Que pourraient dire ces objets s'ils pouvaient parler ? Sans doute témoigneraient-ils d'instants de bonheur passés que continueront à cherir les éventuels survivants qui y ont habité, ou, peut-être, se demanderaient-ils pourquoi ses occupants les ont si subitement abandonnés...

S'étreindre et surtout ne rien dire

Cette balade, aussi belle qu'émotionnelle, est propice aux confidences. Au détour d'une conversation, l'un des enfants, dont le plus grand rêve est de retourner dans son village natal où désormais plus personne ne l'attend, confie à son nouveau frère de cœur, ne plus trop se souvenir distinctement du visage de ses parents perdus. La digue cède, les larmes montent mais il ne faut rien montrer. Que faire dans ces moments-là à part s'étreindre et surtout ne rien dire.



N°214

Après quelques heures d'une marche éreintante, ponctuée de rires, de chants et de souvenirs partagés, une pause s'impose, sur le flanc d'une colline baignée de la chaude lumière d'un soleil couchant. Assise, en silence et songeuse, la fratrie scrute l'horizon, contemple ce limpide ciel de janvier, clairsemé de quelques beaux nuages blancs. Un ange passe. Dans ce moment d'intense nostalgie, nul doute que pour chacun, ces nuages prennent la forme du visage de ceux qui s'en sont allés...

Promesse à un frère de sang

Les jours ont passé à partager d'inoubliables moments dans cette maison du bonheur. Avant de reprendre la route, direction le marché pour acheter des vivres avec les généreuses contributions collectées avant le départ. Les enfants ne savent pas que nous passons ensemble nos derniers instants. La tristesse ne doit en rien transparaître.

Les maître-mots aujourd'hui, sont sourire et bonne humeur. Les heures tournent et le moment tant redouté approche. Puis est venu le temps des adieux. Les coeurs sont lourds. Le plus petit des garçons, qui adorait se percher sur les épaules de son grand-frère de quelques jours, ne semble pas se rendre compte de l'imminence de la séparation. Après un ultime au revoir, celui-ci vient à comprendre et s'agrippe à lui de ses petits bras pour ne pas en être séparé. L'enfant, peiné, est consolé par Deven, lui répétant, comme un mantra, la promesse solennelle faite par son frère de sang : celle de revenir très bientôt. •

**Découvrir ce carnet en photos
sur Instagram et Facebook:
*heartsquad1***

HÉLÈNE MACK

Horoscope

SIGNE DU MOIS

TAUREAU

(21.04 au 20.05)

Amour : Votre esprit vacille un peu sur la pérennité de votre relation, ne laissez pas le doute s'installer et préservez vos sentiments. **Travail :** Mercure en soutien, la manière dont vous vous investirez, fait état d'une réelle détermination. **Vitalité :** Ultra-réactive avec Uranus dans votre signe.

BÉLIER (21.03 au 20.04)

Amour : Vos projets se mêlent à une réorganisation un peu forcée de votre vie de famille, vous serez soutenue et encouragée par vos proches. **Travail :** Malgré les attentes interminables qui vous ont été imposées, vous vous ressaisissez très vite. **Vitalité :** Vous vous surpasserez pour les autres.

GÉMEAUX (21.05 au 21.06)

Amour : Vénus en Gémeaux en recul vous rend plus introvertie ou secrète avec un regard différent sur votre couple. **Travail :** Mercure vous donne des ailes et vous procure une belle éloquence avec un talent de persuasion. **Vitalité :** Calmez votre impatience et boostez votre énergie.

CANCER (22.06 au 22.07)

Amour : Mercure dans votre signe renforce votre sens du sacrifice afin de garder la cohésion familiale. **Travail :** Mars en accord, vous avancerez à votre rythme sans faire de vague et sans vous mettre en avant, gardez votre confiance. **Vitalité :** Le moral est bon, vous retrouvez votre équilibre.

LION (23.07 au 22.08)

Amour : Vous serez dans de bonnes dispositions pour vous engager encore un peu plus à deux, emménager ensemble. **Travail :** Le Soleil met en lumière votre activité, vous révisez vos objectifs avec courage et détermination. **Vitalité :** Vous savez ménager vos forces sans vous surmener.

SAGITTAIRE (22.11 au 21.12)

Amour : Vénus en recul vous incite à mettre un peu plus d'énergie dans vos relations familiales, à vous rapprocher. **Travail :** Vous prenez les devants et sollicitez, à qui de droit, des conditions de travail plus intéressantes. **Vitalité :** Mars en conflit, pas d'imprudence, vous allez trop vite.

CAPRICORNE

(22.12 au 20.01)

Amour : Votre relation gagne en intensité, confiante, vous donner une nouvelle impulsion à votre couple. **Travail :** Saturne sera votre allié, vous étudiez les avantages que vous pouvez retirer d'une association ou d'un partenariat. **Vitalité :** Vous faites tout pour rester en pleine forme.

VERSEAU (21.01 au 19.02)

Amour : L'arrivée de Saturne sur votre Soleil protège, harmonise votre relation avec un élément clé qui consolide votre union. **Travail :** Une reconnaissance sociale que vous méritez, tout se dessine et vous prendrez un nouvel engagement. **Vitalité :** Vous démarrez ce mois en pleine forme.

POISSONS (20.02 au 21.03)

Amour : Avec Mars dans votre signe, vous avez peur que votre amour vous échappe et aurez une attention particulière pour lui. **Travail :** Mars en accord avec Mercure est excellent pour communiquer et imposer vos idées. **Vitalité :** Un regain d'énergie, vous revivez à votre rythme.



NAGER DANS LES EAUX PARFOIS TROUBLES
DE L'IMMOBILIER... C'EST NOTRE MÉTIER

PROPERTY ADMINISTRATION AND MANAGEMENT
SYNDIC ET ADMINISTRATION DE BIENS

Stéphane Vauclare • Tél. : 691 800 092 • contact@cm-immo.lu

