

FEMMES

Octobre 2021
n°227

MODE

tout en
transparence

BEAUTÉ

SPÉCIAL
ANTI-ÂGE

DOSSIER

LA COVID
AURA-T-ELLE
LA PEAU DU CASH ?

BUSINESS

PAS À PAS VERS
L'ENTREPRENEURIAT

FINANCE

LA GRANDE
AVENTURE DE
LA RÉNOVATION

00227
977738
933027
Prix de vente : 4€

NOUS DÉMÉNAGEONS !

À SCHIFFLANGE

62 avenue de la Libération



IMMO&CONSEIL

Promoteur et Immobilier

Estimations et conseils sur mesure
Constructions, rénovations, transformations
Achat, vente et location de tous biens immobiliers
Achat / vente de terrains à bâtir et à lotir

20 ANS = 20 CADEAUX

Quel chemin parcouru... 20 ans plus tard et toujours le seul mensuel féminin de Luxembourg... Quand, à ce moment-là on ne me donnait que 6 mois. C'était sans compter sur ma ténacité mais pas uniquement... Il y avait évidemment la réponse à un réel besoin.

La presse, quelle qu'elle soit, n'a de légitimité que si elle est lue. Faut-il rappeler que le(a) journaliste écrit pour le(a) lecteur(trice) ?

20 ans post Covid, réunir 300 personnes pour célébrer l'événement ne nous semblait pas opportun. Nous avons opté pour une formule qui vise à récompenser nos fidèles lectrices.

En dupliquant une tradition familiale qui octroie à chaque personne dont l'anniversaire atteint un pic de dizaine, le nombre équivalent de cadeaux. 20 ans de Femmes Magazine, ce sont 20 cadeaux.

Sur 20 des 20 200 magazines édités ce mois-ci, sont apposés 20 stickers.

Sur chaque autocollant, un numéro qui va vous permettre d'identifier votre cadeau.

Tous les cadeaux ont été présentés sur Instagram tout au long du mois de septembre. D'une valeur de 90 euros à 1200 euros, la rédaction de *Femmes* les a sélectionnés pour vous réjouir et vous faire participer à notre anniversaire.

Il suffit de venir nous retrouver à la rédaction avec le magazine gagnant, pour récupérer votre cadeau.

Excellente découverte...

MARIA PIETRANGELI, RÉDACTRICE EN CHEF

SOMMAIRE

Octobre
n° 227



COUVERTURE
Marque : Marie Jo

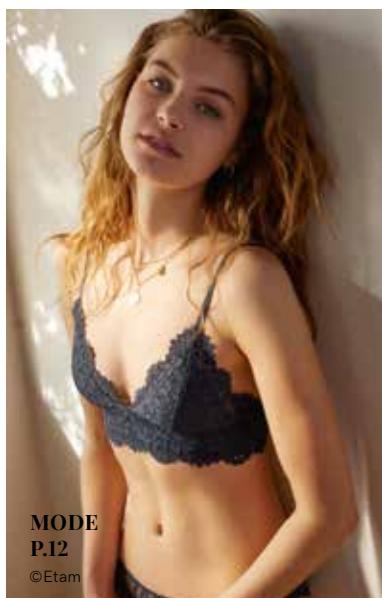


INTERVIEW MODE
P.32

©Manon Baillo

n° 227

cim
CONTROLE
2019
20200
EXEMPLAIRES
CERTIFIÉ CIM



MODE
P.12
©Etam

01. MODE

NEWS MODE / 08

MODE / 12

Tout en transparence

INTERVIEW MODE / 32

DRESS CODE / 36

02. MAGAZINE

ANNIVERSAIRE / 06

Femmes magazine fête ses 20 ans
20 cadeaux à gagner

L'INTERVIEW DU MOIS / 38

FINANCE / 42

La grande aventure de la rénovation

BUSINESS / 48

Pas à pas vers l'entrepreneuriat

DOSSIER GREEN / 54

Écologie : les jeunes sensibilisés mais pas plus écolos pour autant

NEWS SOCIÉTÉ / 58

DOSSIER / 60

La covid aura-t-elle la peau du cash ?

DOSSIER IT / 64

De l'IA dans notre vie

03. CULTURE

SAVE THE DATE / 68

NEWS CULTURE / 72

BOOKS / 76

04. WELLNESS

BEAUTÉ / 78

Lutte contre les signes de l'âge : si le secret de la longévité se trouvait au Japon ?

BEAUTÉ / 82

Les soins à adopter dans sa mission anti-âge

LAVIS DE LA RÉDAC / 84

BEAUTY CASE / 86

BIEN ÊTRE / 88

Le sommeil, un allié bien-être

NEWS HEALTHY / 90



05. TRIBU

WE ARE FAMILY / 94

Conseils pour accompagner un enfant en deuil

NEWS KIDS / 98

MODE ENFANT / 100

06. ART DE VIVRE

INTÉRIEUR / 108

MOODBOARD / 112

48H à Tunis / 114

NEWS FOOD / 116

RECETTE / 120

HOROSCOPE / 122

OURS

DIRECTRICE ET RÉDACTRICE EN CHEF
Maria Pietrangeli

ASSISTANTE
Cécile Genay

RÉGIE PUBLICITAIRE
WAT Éditions Sàrl

DIRECTRICE COMMERCIALE
Julie Kieffer

CONSEILLERS EN COMMUNICATION
Aymeric Grosjean / Margaux Lagarde
Kevin Martin

STUDIO DE CRÉATION
WAT Éditions Sàrl

DESIGN GRAPHIQUE
Dorothée Dillenschneider

RÉDACTEURS
Marc Auxenfants / Fabrice Barbain
Lisa Beys / Magali Eylenbosch
Godefroy Gordet / Fabien Grasser / Aurélie Guyot
Alissia Lejeune / Maria Pietrangeli
Jeanne Renaud / Mathieu Rosan
Karine Sitarz

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

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

20 ANS CADEAUX

20#

RIEN QUE POUR VOUS !

CE MAGAZINE VOUS RÉSERVE QUELQUES SURPRISES.

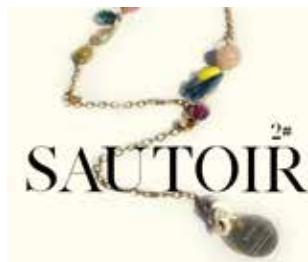
Eh oui, pour l'anniversaire de *Femmes*, c'est vous qui déballez les cadeaux. Récupérez votre magazine comme d'habitude et croisez les doigts pour tomber sur le bon, car dans 20 exemplaires distribués à travers le Luxembourg, se cache une petite étiquette gagnante numérotée. Vous ne pourrez pas passer à côté ! Ramenez votre exemplaire gagnant dans nos locaux avant le 1^{er} novembre 2021 et repartez avec votre prestigieux cadeau.

Plus de détails sur les cadeaux sur notre page instagram :





BANG & OLUFSEN



BRUME DE LONGUEVILLE



ZODIAQUE



CHÂTEAU D'URSPELT



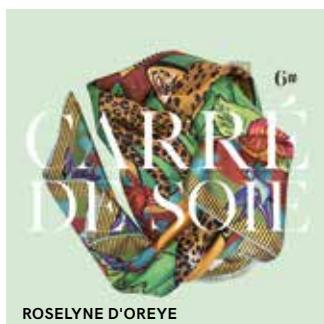
AQUA DI PARMA



ABAMA RESORT TENERIFE 17#



PIDAL



ROSELYNE D'OREYE



CUISINART



DELAGE



MAISON DE BEAUTÉ BY P.MARX & SISLEY



CASINO 2000



GRAND THÉÂTRE DU LUXEMBOURG



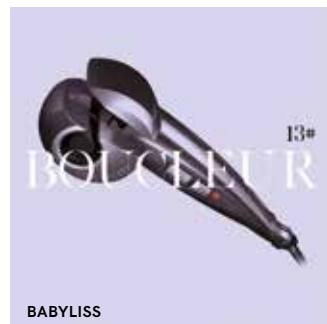
MILAN BY BIGLIGHT



CHÂTEAU D'URSPELT



MAISON DE LA BEAUTÉ & PCA SKIN



BABYLISS

1. Enceinte Bang & Olufsen (x3) - 250 €
2. Collier Brume de Longueville - 90 €
3. Sac Zodiaque - 250 €
4. Week-end au Château d'Urspeilt - 269 €
5. Diffuseurs Aqua di Parma (x2) - 77 €
6. Foulard Roselyne d'Oreye - 265 €
7. Cabas Delage - 460 €

8. Lampe Milan by Biglight - 244 €
9. Soin Maison de Beauté by P.Marx & Sisley - 190 €
10. Week-end au Château d'Urspeilt & spa - 849 €
11. 2 places pour le concert d'Alain Souchon au Casino 2000 - 104 €
12. Soin PCA Skin - Maison de la Beauté - 424,55 €

13. Boucleur Babyliss - 98 €
14. 2 places au choix au Grand Théâtre du Luxembourg - 200 €
15. Centrifugeuse Cuisinart - 200 €
16. Abonnement PidalFit - 349 €
17. Voyage à Tenerife - 1200 €

NEWS MODE

TEXTES : ALISSIA LEJEUNE

FAITES DE LA PLACE À LA MODE

genderless !



Soirée de toutes les extravagances et de la liberté créatrice la plus totale, le MET Gala organisé mi-septembre a encore une fois fait de la mode un sujet de société. En 2021, s'habiller est synonyme de message à faire passer. Après Harry Styles, l'homme qui pose en robe en couverture de *Vogue* ou encore Billy Eilish et la marque Gucci très actifs dans la démocratisation du gender fluid, c'est aujourd'hui tout un monde de stars qui casse les codes et brise les tabous. On a donc pu voir des hommes très à l'aise en robe comme Sir Lewis Hamilton et sa traîne de mariée, ou des femmes en costume sans chichis à l'image du somptueux tailleur rouge de Megan Rapinoe. Au sommet de son art, Lil NasX a remporté le prix du look le plus fou avec trois tenues divines signées Versace. D'abord vêtu d'une cape royale en velours doré, le jeune homme de 22 ans a ensuite dévoilé une armure chevaleresque couleur or. Enfin, après un effeuillage des temps modernes, le rappeur s'est exhibé dans une combinaison moulante ultra scintillante à faire rougir Kim Kardashian.

LE CHIFFRE

507 000

C'est le prix total en euros des bijoux Cartier portés par Billie Eilish lors de la soirée du MET Gala, faisant d'elle la personnalité la plus précieuse sur le tapis rouge.



PALL CENTER PENSE À L'AVENIR AVEC UN ESPACE MODE « 2ND HAND »

L'entreprise luxembourgeoise voit loin et bien avec le lancement de projets durables. Si à Bertrange, c'est un Pall Café healthy et local qui débarque, à Oberpallen c'est tout un espace mode dédié à la seconde main qui s'installe. Depuis le 15 septembre, les habituées du Pall Center et les curieuses peuvent faire leur shopping de manière plus durable. Le principe du « 2nd hand » est simple : vous offrir la possibilité d'acheter ou même de vendre des pièces haut de gamme et ainsi leur offrir une seconde vie dans d'autres mains. Des robes aux manteaux en passant par de jolies combis, petites chemises ou pantalons canons, il y a de quoi se faire plaisir avec en prime une bonne conscience. Retrouvez des marques comme Scotch & Soda, Ba&sh ou Essentiel Antwerp et laissez-vous séduire par un shopping aussi responsable que tendance et des prix abordables. Le Pall vérifie l'origine et l'état du vêtement, le lave et enfin l'expose, prêt à charmer sa nouvelle propriétaire.



ANNA MARIA
CAMMILLI
FIRENZE

Bijouterie
HOFFMANN

1, coin Grand-rue
L-6730 Grevenmacher
Tél.: 75 02 36



QUEL AVENIR POUR LE CUIR À L'HEURE DES PRODUCTIONS RESPONSABLES ?

N°227

Le secteur de la mode n'échappe pas aux interrogations environnementales à une époque où la demande de transparence, de traçabilité, et d'écoresponsabilité prime. Ajouté à cela le bien-être animal au cœur des réflexions, on se demande quel avenir à le cuir, la matière animale la plus prisée des maisons de luxe ? S'il n'est pour le moment pas voué à disparaître, des alternatives vegan voient le jour pour répondre aux attentes des consommateurs. Selon Carine Montarras, cheffe de produit mode chez Première Vision, « le cuir du futur sera un cuir qui pourra communiquer sur son impact environnemental de manière très transparente ». Si pour elle on ne remplace pas un produit par un autre, un matériau retient tout de même notre attention : le mycélium, un cuir de champignon qui pourrait s'avérer une bonne réponse aux engagements des consommateurs. Dans les maisons de luxe en revanche, le cuir occupe une place centrale dans la transmission et les savoir-faire. Hermès a d'ailleurs ouvert une école au sein de ses ateliers.

La créatrice Zandra Rhodes CRÉE UNE CAPSULE EXPLOSIVE POUR IKEA

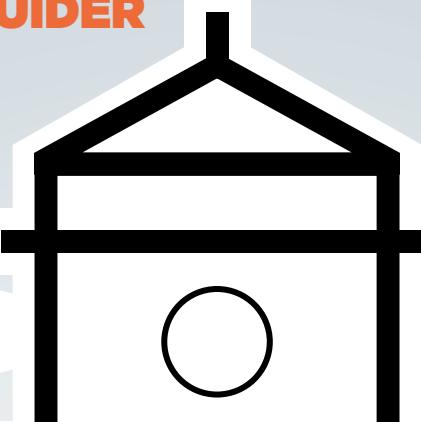
Et si votre intérieur avait besoin d'un « petit » relooking ? IKEA a collaboré avec la grande designer de mode britannique Zandra Rhodes, pour imaginer une capsule plus fashion que jamais ! KARISMATIK est un véritable feu d'artifice à l'image du look complètement décalé de sa créatrice. Avec des cheveux rose fluo comme sa bouche, des paupières bleu ciel et autant de couleurs pétillantes sur ses grosses perles et ses kimonos psychédéliques, on vous laisse imaginer le thème de cette collaboration. Adieu le grand sac bleu de la marque suédoise, pour l'occasion il devient rose flashy tout en froufrous ! Et puisque votre déco mérite autant de soin que votre garde-robe, chaque item est pensé comme un accessoire de mode punchy et audacieux. Avec un goût assumé du kitsch, Zandra Rhodes transpose sa passion du textile dans la maison et le cocktail survitaminé est surprenant d'énergies positives.



La start-up Our Choice, ENGAGÉE CONTRE LA FAST FASHION

Filip Westerlund a cofondé, avec Marcus Liljenberg, sa start-up « Our Choice » au Luxembourg, pays qu'il considère comme l'emplacement idéal pour développer des projets au cœur de l'Europe. Le Suédois d'origine a imaginé des baskets entièrement recyclables, pensées et fabriquées de manière circulaire pour une production respectueuse et engagée. Grâce aux contributions solidaires de leurs premiers clients en ligne, Filip et son acolyte ont pu donner naissance à ce qu'ils appellent « la meilleure basket de cuir blanc jamais vue et fabriquée pour durer une vie ». Fabriquées au Portugal, les basket Our Choice, au prix de 180€ ont pu être livrées depuis la fin de l'été. L'idée première est de fabriquer sainement, sans surplus en opposition à la fast fashion et sa production de masse. L'essentiel des ventes se fera donc en ligne, mais le jeune entrepreneur réfléchit déjà à présenter son premier modèle dans un pop store de Royal-Hamilius... On reste à l'affût pour vous donner des news !

VOUS GUIDER



HOUSE OF ENTREPRENEURSHIP

powered by the Luxembourg Chamber of Commerce

DANS TOUTES
LES ÉTAPES
DE LA VIE
DE VOTRE
ENTREPRISE

Pour toute information ou prise de rendez-vous :
T.: (+352) 42 39 39 330 - info@houseofentrepreneurship.lu - 14, rue Erasme - L-1468 Luxembourg

Une initiative de



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Économie

En partenariat avec
1535°, ADEM, Administration de l'Environnement, Chambre des Métiers, Digital Lëtzebuerg,
guichet.lu, ITM, IPIL, LBAN, LBR, Luxinnovation, MC, nyuko, Paul Wurth InCub, SNCI,
Technoport, Ministère des Affaires étrangères et européennes, Ministère de l'Agriculture,
Ministère de la Santé, Ministère de la Fonction publique et de la Réforme administrative,
CFUE - Betriben & Emwelt - LIST
et en collaboration avec de nombreux acteurs.

TOUIT EN TRANSPARENCE

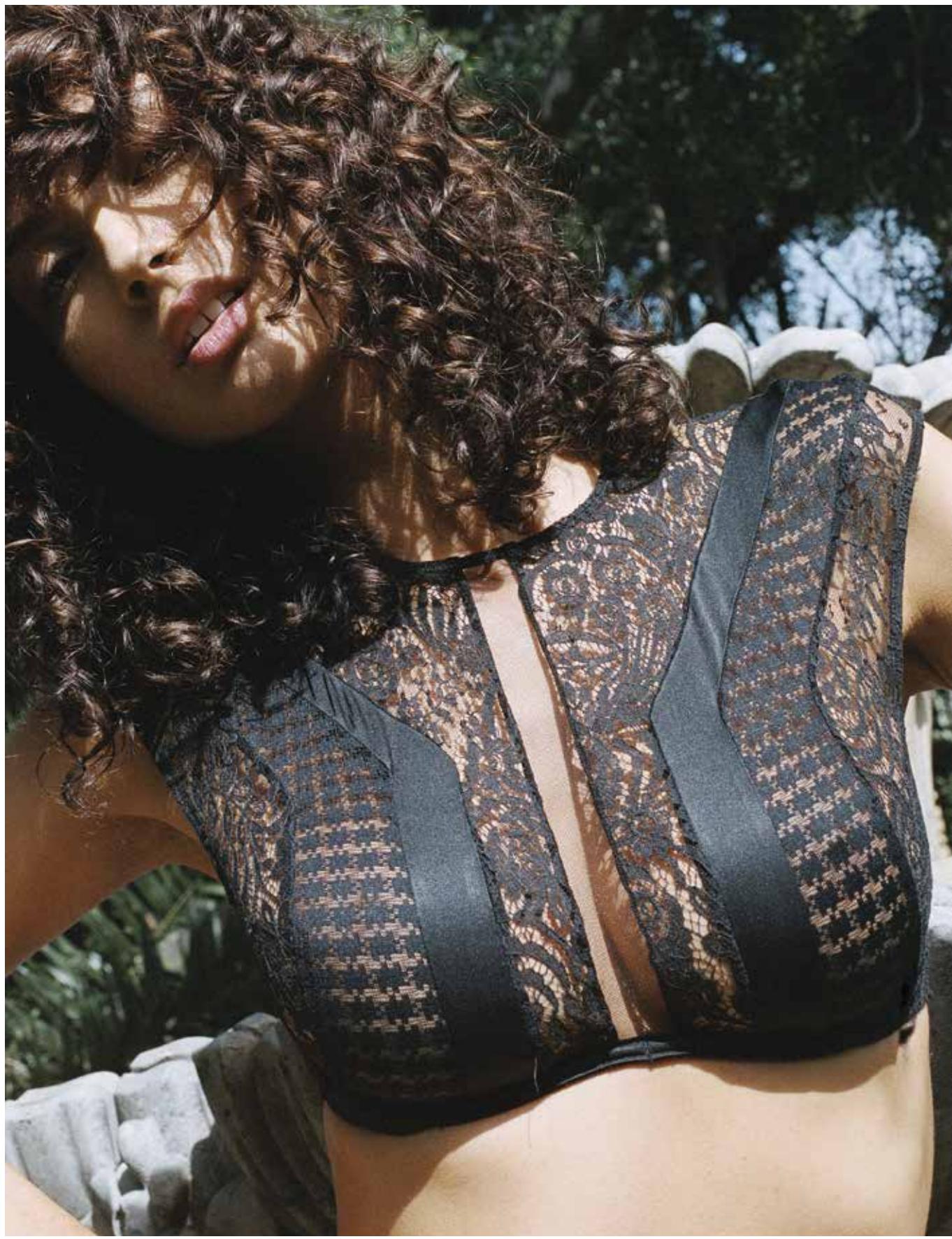
N.227

HUNKEMÖLLER



Se dévoiler avec fierté, s'assumer, arborer une lingerie qui respecte notre intimité... voilà ce que chaque femme désire, de la transparence. Au sens propre comme au sens figuré, elle veut des jolis dessous qui suggèrent juste assez d'elle et disent tout d'eux. Des voiles élégants, du coton doux, de la dentelle fine, des tons neutres ou colorés, des choix affirmés. Se sentir bien avec soi-même, c'est la priorité en cette fin d'année et toutes les prochaines.

TEXTES ET SÉLECTION : ALISSIA LEJEUNE



LIVY

B a o b a b

COLLECTION



© Peter Lohmann

Filo
www.baobabcollection.com



LOUISE MICHA

CROCODILES PLAY COLLECTIVE



A\$AP NAST AND HIS CREW
— LOS ANGELES

C.C. GERIC - Thionville

LACOSTE 

Les crocodiles jouent collectif. A\$ap Nast et ses amis - Los Angeles.



LOVE STORIES

DOUCEUR CACHEMIRE

Encore plus de plaisir pour votre moment de détente

Le début de l'automne, le soleil qui se cache et les feuilles orangées qui tapissent le pavé, sont le moment idéal pour ressortir du placard son petit pull en cachemire aussi doux qu'une caresse. Le must-have de saison se décline dans des tons doux et réconfortants pour une élégance assumée : blanc, pêche, beige... Classe en cachemire, sans faux-pas chez C&A.



PULL - 89,99 €



PULL EN CACHEMIRE - 79,99 €

PANTALON - 24,99 €

MANTEAU EN LAINE - 99,99 €



CHEMISE - 19,99 €



JUPE - 29,99 €



SAC À MAIN 29,99 €



C&A



MANTEAU - 89,99 €



BONNET - 19,99 €

Découvrez toute la collection d'automne C&A dans les magasins situés à Luxembourg Ville, Luxembourg Gare, Sandweiler et Pommerloch. Collection disponible dans une sélection de magasins et jusqu'à ce que les stocks soient épuisés. Sous réserve de modifications.

www.c-and-a.com



GIRLS IN PARIS



N°227

LA NOUVELLE



CHANELLE



DÉCOUVREZ
NOTRE MAGAZINE
EN VERSION DIGITALE !



DESSANGE

P A R I S

LUXEMBOURG VILLE

38, rue du Curé - **352 22 68 26**

26, avenue de la Liberté - **352 48 80 32**

Centre Commercial Auchan Kirchberg - **352 43 84 44**

BERTRANGE

Centre Commercial City Concorde - **352 26 25 91 86**



MONKI



N°227

DARJEELING



NÉNÉS PARIS

JULIETTE



PRIMADONNA



TRIUMPH



ETAM



PRECIOUS LEE for MARINA RINALDI

MARINA RINALDI

Maison leader de la mode grandes tailles depuis plus de 3 décennies.

Fondée en 1980 par le groupe MaxMara.

Des robes spécialement conçues pour les femmes curvy. Des coupes prodigieusement flatteuses, goût évident de la mode italienne, font de Marina Rinaldi le secret le mieux gardé par les femmes du monde entier.

MARINA RINALDI LUXEMBOURG

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

HELSINKI

MODERN SUSTAINABILITY

Chez **Helsinki**, nous prônons une manière de vivre harmonieuse et respectueuse de l'environnement.

L'éthique est au centre de nos réflexions et de nos créations dans le plus pur esprit nordique.

MODE



DESIGN



ACCESOIRIES



BEAUTÉ



HELSINKI

Royal Hamilius, 10 Rue Aldringen, L-1118 Luxembourg
Tél. : 671172 014
www.helsinkl.com

WE ARE Prune et Florie JOLIES

Alerte jolie lingerie, sans complexe ni tabou ! We Are Jolies s'adresse à toutes les fesses, à tous les goûts, et répond aux envies de féminité, de liberté et de dessous colorés. Derrière cette jeune marque née en 2018, Prune et Florie ont eu un coup de cœur mutuel et ont capitalisé leur détermination et leur créativité au service d'une lingerie éco-friendly, qui ressemble à la femme d'aujourd'hui. Une femme pétillante, qui se lève chaque matin pour affronter le monde avec assurance. Tellement à l'aise dans des dessous qui la respectent et la valorisent. Rencontre avec Florie, « communiculottologue » et Prune, « qualiculottologue ». Avouez que ça impose le respect d'être expertes en culottes...

TEXTE : ALISSIA LEJEUNE | PHOTOGRAPHIE : MANON BAILO

N°227

Qu'est-ce qui vous a décidées à créer votre propre marque de lingerie ?

Florie : Quand j'étais plus jeune j'avais envie de porter des jolis dessous mais je n'avais pas les sous pour mettre les marques en vogue ou je trouvais les autres trop sexy "premier degré" et ce n'était pas moi. Donc j'ai voulu inventer cette lingerie. J'ai rencontré Prune par le biais d'amis, elle travaillait dans le milieu, elle était hyper carrée, elle connaissait les matières, les processus et elle avait bon goût sur tout.

Prune : J'étais cheffe de produit chez Chantelle où j'ai appris qu'il fallait environ 18 mois pour développer un soutien-gorge et où on devait se battre tous les jours pour expliquer au client pourquoi il coûtait 150€, car il ne voit pas le savoir-faire derrière. C'était très frustrant. Quand Florie est arrivée avec le projet de créer

des produits pas chers, je me suis dit que oui, en supprimant pas mal de choses que le consommateur ne voit pas, on peut faire quelque chose de beau et bon.

Finalement vous avez développé une marque qui vous ressemble ?

Prune : Ça paraît un peu banal de dire qu'on a créé la marque qu'on aurait aimé trouver des années plus tôt, mais c'est tellement vrai. On fait vraiment attention aux tailles, car 95 % des femmes ne savent pas que pour choisir une culotte il faut prendre une taille de plus que son jean. Souvent elle se trouve énorme alors qu'une nana qui fait un 38 en pantalon, fait un 40 en culotte. Et chez nous, un 40 c'est un M, pas un XL. On a répondu à plein de choses qu'on vivait péniblement en tant que consommatrice et en fait les filles sont comme nous.

“

On a fait une lettre ouverte aux fesses des femmes pour dire qu'il y a plusieurs définitions de la beauté et qu'il faut arrêter d'avoir honte

”

La cliente est au cœur de vos préoccupations, mais aussi de vos décisions, comment parvenez-vous à rester à l'écoute de ses problématiques ?

Prune : C'est vrai, c'est la cliente qui dicte ce qu'on fait, son avis fait notre stratégie marketing et nos produits de demain.

“

On a une mission, c'est de donner confiance aux femmes

”



On est sans cesse en train de les réajuster pour que ce soit parfait. Quand on a lancé la marque on a tout de suite fait du XL, maintenant on fait du XXL, on a remonté la taille haute de 2cm parce que les nanas avec un peu de ventre voulaient plus le couvrir. On va aussi essayer le XS pour les jeunes filles. C'est une fierté de la marque de se dire qu'on fait des produits dans lesquels toutes les femmes se sentent bien.

Florie : On a une mission, c'est de donner confiance aux femmes. Il n'y a rien de pire pour le moral qu'un vêtement trop petit. Après lavage, nos modèles doivent se poser sur les hanches sans jamais serrer. On a moins de 2 % de taux de retour depuis 3 ans et des compliments à la chaîne pour nous dire « je ne me suis jamais sentie aussi bien ».

Justement, dans vos campagnes on voit toutes ces femmes et toutes ces beautés différentes. Comment on casse les codes en 2021 ?

Florie : Aujourd'hui c'est plus facile puisque c'est presque devenu une tendance pour les marques de montrer des rondeurs. Mais en 2018, ça n'a pas été facile. Dove avait lancé une campagne inédite avec des femmes rondes, et ça nous a vraiment inspirées. Après une première campagne en agence qui ne nous ressemblait pas du tout, on a décidé de faire nos photos nous-mêmes avec des clientes et des copines. On était très fières de nous et on en a pris plein la tête à coup de « vous encouragez l'obésité, c'est dégueulasse ». Du coup on a fait une lettre ouverte aux fesses des femmes pour dire qu'il y a plusieurs définitions de la beauté et qu'il faut arrêter d'avoir honte. Si on a pu contribuer à notre humble échelle à changer les regards, c'est génial.

Comment se retrouver au milieu de cette tendance du « body-positive » qui anime les réseaux ?

Prune : Nous on préfère parler de bons sens. Je pense qu'il y a un côté très sincère de la marque qui nous donne une légitimité



FLORIE ET PRUNE

au milieu de toutes ces marques qui se lancent avec le body-positive en fer de lance. On vient chez We Are Jolies pour 3 raisons : d'abord, le côté mode des produits. Ensuite, c'est beau et ce n'est pas cher, on peut avoir sa culotte à 8€ et sa brassière à 25€. Et en plus c'est bon pour la planète. Avec ces trois clés d'entrée, on ne voit pas de concurrence directe.

Vous aidez les femmes à se sentir bien dans leur peau, mais vous êtes aussi engagées pour celles qui n'ont pas les moyens d'accéder à une lingerie de qualité...

Florie : Tous les 8 du mois, à chaque commande passée, c'est une commande offerte à une femme dans le besoin en partenariat avec l'association ADSF. On a une ligne de production qui leur est dédiée, car ce sont souvent des plus grandes tailles et elles préfèrent les unis plus foncés.

Comment parvenez-vous à produire de la lingerie éco-friendly tout en restant abordable ?

Florie : C'est très difficile, car quand on veut démocratiser les choses pour de vrai et faire de l'accessible avec des marges 4 ou 5 fois inférieures au marché, à un moment il faut payer et c'est soit

toi soit la cliente. On a fait le pari que ça marcherait alors que l'on n'en savait rien, on a avancé beaucoup d'argent et aujourd'hui on fait partie des 5% de jeunes entreprises rentables au bout de 3 ans. Nous sommes super fières !

Prune : La première fois qu'on a reçu tous nos cartons on s'est demandé comment on allait vendre tout ça, ça aurait été mille fois plus rassurant de faire 50 culottes et de les vendre 40€.

Quel est l'ADN de We Are Jolies ?

Prune : On travaille nos collections autour de thèmes car nos clientes adorent les fleurs, les fruits, les animaux et les motifs géométriques. Ce qui marche le mieux ce sont les unis, cet été c'était très pastel, cet hiver ce sera rouge profond et prune. Après, on a des best-sellers comme le Big Love, un bloomer blanc avec des coeurs qu'on relance et qu'on recolore car c'est un carton. L'idée de la marque c'est des beaux basiques qui te font kiffer, un peu comme des potes du quotidien qu'on a envie de porter tous les jours.

Bonne nouvelle, le duo de bosseuses à la tête de We Are Jolies réfléchit déjà à l'avenir et surtout à l'international. Ne soyez pas surprises de voir bientôt débarqué leurs collections vitaminées au Luxembourg. Affaire à suivre ! •

LA PROMOTION CACHEMIRE
-20 € SUR TOUS LES PULLS
DU 6 AU 17 OCTOBRE 2021



MONOPRIX

RETRouvez l'ensemble de l'offre mode femme et enfant dans nos deux magasins

Monoprix Guillaume II - 2 Pl. Guillaume II L-1648 Luxembourg – Tél. : 27 87 21 40

Monoprix - 3-11 Rue du Fort Bourbon L-1249 Luxembourg – Tél. : 28 48 71 20

Nos magasins sont ouverts tous les dimanches de 10h à 19h



Rock'in JEANS

Non non non, ne rangez pas toutes vos robes ! Vos gambettes aussi peuvent profiter des premices de l'automne. La robe en jean est parfaite pour la saison, mixée avec des bottines noires intemporelles et des accessoires rock & gold. Assurance garantie.

TEXTE & SÉLECTION : ALISSIA LEJEUNE



Savage DENIM



Un peu plus de légèreté dans ce look denim en quête de l'été indien éternel. Des tons chauds, des imprimés sauvages qui matchent trop bien avec la tendance par excellence : le foulard. Le retour dans les sixties n'a jamais été aussi actuel. Le besoin de liberté aussi.



Beauty Corner



Béatrice Mange

VIV(R)E LA COULEUR !

Après une belle carrière de designer créative dans le monde de l'industrie, Béatrice Mange a largué les amarres pour créer sa propre société, Color Wellness. Occasion pour elle de penser la couleur de manière plus intime et de se recentrer sur l'émotion, ce qui fait avancer cette entrepreneuse bienveillante. Rencontre conviviale à l'heure de la pause estivale sur une terrasse de la capitale.

TEXTE : KARINE SITARZ

Béatrice, d'où venez-vous ?

Lyonnaise d'origine, j'ai passé mon enfance près de Saint-Étienne avec mes parents, mon frère et ma sœur. À 12 ans, quand mes parents ont divorcé, nous avons déménagé à Lyon mais retournions souvent dans notre grande maison à la campagne. J'ai toujours été subjuguée par les couleurs de son jardin. Toute petite déjà, je m'exprimais par le dessin et les couleurs. Je voulais devenir styliste mais mes parents ont tenu à ce que je passe un bac sciences (ndlr : son père est ingénieur). J'ai enchaîné avec une entrée en prépa HEC, puis des cours d'italien à la fac car l'Italie m'a toujours fascinée, avant d'entrer à l'École Supérieure des Industries Textiles de Lyon.

Quelles sont les grandes étapes de votre parcours professionnel et comment êtes-vous arrivée au Luxembourg ?

Après mes études et une première expérience de designer chez Gerflor, j'ai intégré l'équipe design de Sommer-Allibert devenu Tarkett. J'y ai fait une belle partie de ma carrière (ndlr : elle y sera directrice créative et vice-présidente design). En 1987, je découvrais Wiltz où était alors installée son unité de production (aujourd'hui près de Clervaux). J'ai enchaîné les allers-retours entre la France, le Luxembourg, la Suède, l'Italie...



BÉATRICE MANGE

et multiplié les rencontres avec des architectes, maîtres d'œuvre, designers d'intérieur. C'est en 2011 que je me suis installée au Grand-Duché, je voulais me fixer, surtout pour mon fils car je n'avais pas été très présente pour lui jusqu'à ses quatre ans. Le cadre de vie me plaît, le pays est cosmopolite, il s'ouvre et sa population rajeunit. Mais je reste attachée à Lyon où je vais régulièrement voir ma famille. La famille est un joyau, il faut la cherir.

S'il n'y avait qu'un souvenir à retenir de votre enfance, quel serait-il ?

Écouter mes parents jouer du piano. Ils étaient pianistes et il y a toujours eu un piano chez nous. Je pense aussi à mes premiers cours de dessin qui, adolescente, me permettaient de m'évader et à mes cours du soir aux Beaux-Arts de Lyon vers 16-17 ans... Musique et dessin restent très présents dans ma vie.

L'action de la couleur sur notre vie, un sujet qui vous tient à cœur...

Au fil de mes expériences, j'ai pris conscience de l'impact de la couleur sur notre comportement. Pour Tarkett, j'ai fait des études sur la couleur pour des personnes souffrant d'Alzheimer et en collaborant avec des Ehpad, j'ai compris son influence sur la vie des patients mais aussi sur celle des soignants et des visiteurs.

J'ai également mené une étude auprès de jeunes enfants qui montre l'importance de la couleur dans l'apprentissage de la vie. Prendre en compte la couleur dans nos produits est devenu un impératif dicté par le terrain mais il faut encore améliorer l'expérience de l'utilisateur dans le monde de l'industrie.

“

Profiter de l'instant présent et prendre le temps de ressentir ses émotions

”

Après 25 ans passés comme directrice design, pourquoi créer Color Wellness ?

Je voulais aller plus loin, partager davantage mon expertise et avoir des contacts plus directs. Mon sentiment était que les industriels sous-estimaient l'impact psychologique de la couleur. J'ai travaillé pour Atlantic, leader européen du confort thermique, puis me suis décidée à créer ma société le 1^{er} janvier 2020.

Ce n'était pas le meilleur moment avec la pandémie de Covid-19, mais j'ai profité de cette période difficile pour bien mettre en place mon projet. J'ai démarré l'aventure

avec une série de workshops et un cycle de conférences Couleur & Architecture.

Quelle facette de votre travail vous plaît le plus ?

Au-delà de l'expertise pour les entreprises et de la formation couleur sur mesure, j'offre un service centré sur le relooking et le bien-être. Je suis heureuse de pouvoir aider les gens à rebondir après ces temps tourmentés. J'aime partager mes connaissances sur la couleur et son influence sur notre comportement. Elle est tout sauf anodine. Elle booste notre moral. En retour, cette activité me donne de belles satisfactions humaines.

Vous êtes membre du jury des Janus du design de l'industrie à l'Institut Français du Design, pouvez-vous nous en dire deux mots ?

C'est en 2018 que j'ai rejoint le jury présidé par Anne-Marie Sargueil, une femme rayonnante. J'avais eu la chance de l'accompagner à Pékin pour la remise des prix d'architecture à des designers chinois. Plusieurs fois par an, ce jury désigne des Janus du design pour des projets innovants qui répondent à cinq critères, ergonomie, économie, esthétique, émotion et éthique. J'en avais reçu un en 2014 pour un produit design et environnement puis un autre pour une étude sur la couleur dans l'environnement éducatif de l'enfant. •

QUESTIONS À LA VOLÉE

UN LIVRE DE CHEVET :

Rouge. Histoire d'une couleur de Michel Pastoureau.
Rouge, la couleur de mon enfance, rouge comme dynamisme, envie de vivre, chaleur, sensualité.

UNE MUSIQUE :

Jouer une sonate de Bach au piano, écouter Let It Be des Beatles avant un événement important et partager une chanson de Françoise Hardy.

UN COUP DE CŒUR ARTISTIQUE :

Chagall, redécouvert au Centre Pompidou-Metz, remarquable !

UNE DESTINATION :

Rome récemment visitée en famille, entre flânerie et retour aux racines artistiques, et Gruissan chaque année pour se ressourcer devant l'infini de la mer.

VOUS AVEZ BIEN MÉRITÉ UNE PRIME

pour la rénovation énergétique
de votre habitation !

enoprimés



enoprimés, un programme qui vous soutient financièrement dans vos travaux de rénovation.

Bénéficiez par exemple de primes pour :

Rénovation globale d'isolation : 3 440 €*
Installation pompe à chaleur : 2 500 €*

Bonus remplacement chauffage fioul : 300 €*
... et pour bien d'autres projets encore !

Alors n'attendez plus, rénovez !

Découvrez le montant de votre prime sur simulateur.enoprimés.lu

Energy for today. Caring for tomorrow.



* Exemples soumis à conditions. Travaux éligibles et montants sur enoprimés.lu

FINANCEZ VOS RÉNOVATIONS AVEC ENOPRIMES

Mesdames, si vous songez à rénover votre habitation, ayez le réflexe enoprimes.
Ce programme permet de diminuer le budget de vos travaux, de réduire votre consommation d'énergie et d'agir pour notre planète.

Si vous résidez dans une ancienne bâtisse, vous pensez certainement à lui redonner un petit coup de jeune. Première étape, commencez par vérifier l'isolation. En effet, une maison mal isolée émet des gaz à effet de serre et surtout, engendre une surconsommation d'énergie. Afin de rendre votre chez vous plus agréable, d'optimiser votre consommation d'énergie et d'alléger vos factures, songez à opter pour des installations plus performantes et plus écologiques. Vous avez absolument tout à y gagner et, cerise sur le gâteau, votre logement prendra plus de valeur.

Enovos, principal fournisseur d'énergie au Luxembourg et acteur dynamique de la transition énergétique, propose de vous accompagner dans ces démarches grâce au programme enoprimes. Profitez par exemple d'une prime de 2 500 € pour une pompe à chaleur air/eau dans votre maison unifamiliale. Bénéficiez également d'un bonus de 300 € si vous abandonnez le chauffage au fioul au profit d'une autre énergie. De plus, enoprimes confie l'ensemble des demandes d'obtention des primes à ses partenaires agréés. Ce sont eux qui vont se charger de préparer votre

devis et d'effectuer votre demande de subvention. Fini la montagne de paperasse administrative, vous n'avez plus qu'à accepter la proposition et à signer le devis. Cependant, assurez-vous bien de faire votre demande avant de passer commande pour vos travaux. De son côté, enoprimes s'engage à vous reverser la subvention dans les quatre semaines suivant la validation du dossier.

Le montant alloué dépendra des travaux entrepris : plus ces derniers permettront de faire des économies d'énergie, plus la prime sera élevée.

N'attendez plus mesdames, rendez-vous sur my.enoprimes.lu/simulator pour simuler la prime à laquelle vous avez droit et commencer les travaux !



enoprimes

Plus d'informations sur enoprimes.lu

LA GRANDE AVENTURE DE LA RÉNOVATION

Rénover un bien représente un beau projet mais également un certain défi. L'aspect financier de tels travaux ne doit pas être négligé. Pour éviter toute mauvaise surprise, mieux vaut être bien renseigné avant de se lancer.

TEXTE : JEANNE RENAUD

N°2227



Rénover une ancienne bâtisse, certains en rêvent ! Restaurer un bien existant et le remettre au goût du jour permet bien souvent de bénéficier d'un prix d'achat plus intéressant puis de vivre dans un logement qui possède un certain charme. Pour autant, il ne s'agit pas d'un projet facile dans lequel on peut se lancer tête baissée. Avant de sauter le pas, il est important de bien se renseigner et de prendre en compte tous les éléments nécessaires qui feront de la rénovation de votre logement une réussite.

UN BUDGET À BIEN DÉFINIR

D'un point de vue financier, le plus important, dans un projet de rénovation, est de déterminer le budget que vous devrez attribuer aux travaux. Avec un bien clé en main, l'enveloppe budgétaire est généralement définie de manière précise par l'architecte ou l'entrepreneur général. Les imprévus sont peu – ou moins, en tout cas – nombreux que dans le cadre d'une rénovation.

Pour définir au mieux ce montant, il est essentiel, dès la visite du bien convoité, de vérifier l'ensemble des postes. Quel est l'état de l'enveloppe du bâtiment (les murs extérieurs, la structure, la toiture, les châssis, etc.) ? Le logement est-il déjà isolé ? L'électricité est-elle conforme ? Le système de chauffage est-il en ordre ? L'évacuation des eaux usées est-elle prévue ? En fonction des réponses à ces questions, vous pourrez mieux identifier les postes qui nécessitent une rénovation. Si vous n'êtes pas grand connaisseur, n'hésitez pas à vous faire accompagner par un architecte ou un professionnel du bâtiment lors de la visite.

Une fois les différents postes à rénover listés, l'idéal est de contacter des artisans ou une entreprise de rénovation générale afin qu'ils vous orientent sur une fourchette de prix ou, au mieux, afin qu'ils estiment au plus juste le montant des travaux à mener. Évaluez aussi la quantité

et le prix des matériaux à acheter. Ces informations vous aideront également à monter votre dossier afin d'obtenir votre crédit immobilier.

Par ailleurs, il vous faudra déterminer si vous allez effectuer les travaux, ou une partie de ceux-ci, vous-même. Cette option vous permettra de réaliser des économies non négligeables en termes de main-d'œuvre mais tous les travaux de rénovation ne sont pas accessibles à tout le monde. Il faut également être conscient que les effectuer soi-même prendra plus de temps, ce qui peut, par exemple, avoir un impact sur votre budget locatif si vous ne pouvez pas habiter le bien acheté durant les travaux. Enfin, notez que lorsque l'on rénove, on s'expose aussi à certaines surprises. Gardez donc un bas de laine : comptez environ 10 à 15 % du budget global pour les imprévus.

“
Lorsque l'on rénove,
on s'expose à certaines
surprises. Comptez environ
10 à 15 % du budget global
pour les imprévus
”

UN PRÊT POUR VOTRE PROJET

Pour financer vos travaux de rénovation, plusieurs solutions s'offrent à vous. Comme pour un bien en bon état, vous pouvez souscrire un crédit immobilier destiné à acquérir l'habitation mais également un prêt pour vous permettre de financer la rénovation. Généralement, le montant est mis à votre disposition par tranches, au fur et à mesure de l'avancement des travaux.

À noter qu'au Luxembourg, il existe également ce que l'on appelle des prêts climatiques (KlimaPrêt) à taux zéro ou à taux réduit. Ils sont octroyés afin de financer des travaux visant spécifiquement l'assainissement énergétique de logements ayant au moins 10 ans et permettent de réduire la charge d'intérêts sur votre prêt hypothécaire.

DES COUPS DE POUCE POUR RÉNOVER

Pour vous aider à rénover un logement, il existe aussi des primes et des aides de l'État accessibles sous certaines conditions. Prenez le temps de vérifier votre éligibilité, cela peut valoir le coup ! Parmi ces aides, on peut citer la prime d'amélioration. Elle soutient les travaux de rénovation visant à améliorer les conditions d'habitabilité, de salubrité et de sécurité d'un logement ancien : couverture du toit, charpente ou zinguerie, assèchement des murs humides, pose de conduites d'eau, de gaz et d'électricité, équipement du logement en salles de bains et WC, installation et renouvellement du chauffage central, addition ou extension de pièces d'habitation, etc. La prime d'amélioration correspond à maximum 30 % du montant des factures relatives aux travaux réalisés, avec un plafond de 10.000 euros. La situation familiale et les revenus sont pris en compte pour calculer le montant de la prime.

Plusieurs conditions doivent toutefois être respectées. La demande doit être introduite dans un délai d'un an après la date d'achèvement des travaux. Vous devez être le propriétaire du logement et ne pas être propriétaire, copropriétaire ou usufruitier d'un autre logement au Luxembourg ou à l'étranger. Le logement doit avoir au moins 15 ans (sauf si la prime est demandée pour l'agrandissement du logement ou la création de nouvelles pièces) et doit se trouver au Grand-Duché. Le bien ne peut pas être mis en location : il doit vous servir d'habitation principale et permanente.



N°227

Le complément de prime pour frais d'architecte ou d'ingénieur-conseil intervient quant à lui à hauteur de 1.250 euros maximum si vous êtes bénéficiaire d'une prime d'amélioration et que vous avez fait réaliser, par un architecte ou un ingénieur-conseil autorisé à exercer au Luxembourg, un plan pour vos travaux de transformation. Enfin, la subvention et la bonification d'intérêt vous permettent de réduire vos charges mensuelles en cas de souscription d'un prêt pour la réalisation des travaux.

UNE RÉNOVATION DURABLE

L'État luxembourgeois encourage également tout particulièrement les travaux de rénovation énergétique durable effectués sur les logements de plus de 10 ans. Les aides PRIME

House (non cumulables avec la prime d'amélioration) soutiennent ainsi les travaux d'isolation, de remplacement des fenêtres ou encore d'installation d'une ventilation mécanique contrôlée. À noter que dans le cadre du programme « Neistart Lëtzebuerg », ces aides ont été augmentées de 50 % pour les projets de rénovation réalisés entre le 20 avril 2020 et le 31 décembre 2021. C'est donc le moment d'en profiter ! En effet, ces travaux vous permettront d'améliorer le confort de votre habitation tout en réduisant vos dépenses énergétiques au quotidien.

Certaines communes proposent également un soutien financier pour les projets de rénovation énergétique. N'hésitez pas à vous renseigner. Vous êtes désormais prêt à vous lancer dans la grande aventure de la rénovation en toute sérénité ! •

UN TAUX SUPER-RÉDUIT

Au Luxembourg, le taux de la TVA est de 17 %. Toutefois, afin de stimuler la création de logements dans le pays, l'État applique aux travaux de construction et de rénovation un taux de TVA dit « super-réduit » de 3 %. Une fois que vous avez obtenu l'agrément de l'Administration de l'enregistrement, des domaines et de la TVA (AED), les travaux réalisés par les différents corps de métiers dans votre habitation vous seront directement facturés au taux de 3 %. Ce taux super-réduit est également valable sur les matériaux de construction que vous achetez. Si les travaux ont déjà été effectués, il est aussi possible de demander à l'AED un remboursement de la différence entre le taux de TVA normal et le taux réduit. Pour pouvoir bénéficier du taux super-réduit, le bien doit être destiné à devenir votre habitation principale. Il s'applique aux travaux de transformation allant du gros œuvre fermé jusqu'à certaines finitions. Le montant de la faveur fiscale ne pourra pas dépasser 50.000 euros par logement rénové.

LE CHIFFRE

3%

C'est le taux de TVA super-réduit qui peut s'appliquer aux travaux de rénovation d'un logement.

Subway 3.0

Conçue pour la vie.



LOVE THE
MOMENT



GASPERICH

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

BERTRANGE

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

ESCH-SUR-ALZETTE

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

3 QUESTIONS À ATHOME

SUR LE MARCHÉ DE LA RÉNOVATION AU LUXEMBOURG

TEXTE : JEANNE RENAULD

Quelles sont les attentes des résidents luxembourgeois en termes de recherche immobilière ? Les biens à rénover sont-ils prisés ?

Les gens ont plutôt tendance à se diriger vers un logement sans travaux à réaliser que vers un logement à rénover. C'est d'ailleurs ce que confirme la dernière enquête que nous avons réalisée auprès de nos utilisateurs : ils sont 66 % à rechercher un bien clé en main. La principale raison évoquée par les résidents luxembourgeois est que rénover demande du temps, ce qu'ils n'ont pas forcément. Selon nous, le prix joue également une part importante dans cette décision. En effet, l'enveloppe totale pour un projet dans du neuf est généralement moins élevée que dans de l'ancien. Cela s'explique notamment par les droits d'enregistrement payés chez le notaire qui sont moins importants dans le neuf, lorsque le terrain n'est pas encore construit, que dans l'ancien.

Est-il plus difficile de trouver, sur le marché luxembourgeois, un logement à rénover qu'à habiter directement ?

Actuellement, sur notre portail atHome et au Luxembourg, il y a autant de biens neufs disponibles que de biens anciens. À partir de ce constat, on ne peut pas dire qu'il est plus difficile de trouver un logement à rénover qu'à habiter directement. Par contre, si l'on s'intéresse aux projets concrétisés par atHomeFinance, notre société de courtage en prêt immobilier, on constate que 53 % d'entre eux concernaient des biens anciens sans travaux, 21 % des terrains avec une construction et seulement 15 % des biens anciens avec travaux.



Les acheteurs à la recherche de biens à rénover sont souvent séduits par le cachet du logement, qu'ils ne trouvent pas forcément dans un bien neuf ou sans travaux à réaliser. Ils sont aussi attirés par la superficie des biens à rénover qui est généralement plus grande que dans le neuf. L'autre critère qui revient souvent est celui de l'espace extérieur. C'est quelque chose que l'on a notamment pu remarquer depuis les premiers confinements liés à la crise sanitaire. Les gens ont revu leurs critères et disposer d'un jardin ou d'une terrasse est devenu primordial.

Financièrement, est-il plus avantageux d'investir dans un logement à rénover que dans un bien prêt à habiter ou une nouvelle construction ?

Cela dépend du projet que l'on a en tête. En général, le prix d'achat d'un logement à rénover est moins élevé qu'un logement clé en main. Par contre, l'enveloppe dédiée aux travaux peut vite chiffrer, ce qui peut faire pencher la balance : le coût total d'un bien rénové peut

alors devenir plus important qu'un bien neuf. Cependant, une fois le bien rénové, si le propriétaire décide de le vendre, il pourra réaliser une plus-value plus importante. C'est d'ailleurs ce que pensent 25 % de nos utilisateurs qui souhaitent acquérir un bien ancien.

L'IMPORTANCE DE COMPARER

Une fois lancé dans vos travaux de rénovation, n'hésitez pas à demander des devis à plusieurs professionnels afin de comparer leurs offres et de vous assurer de payer le prix le plus juste pour le service presté. Renseignez-vous sur la qualité du travail effectué et la fiabilité des artisans. De la même manière, pensez à comparer les prix et la qualité des matériaux que vous devez acheter dans plusieurs enseignes.

LA NOUVELLE TENDANCE DESIGN ...



LE BÉTON-CIRÉ

Depuis 2005, Tremalux gère autant la diversité et la multiplicité des chantiers qui lui sont confiés que les obligations techniques, esthétiques et économiques des projets à réaliser, avec toujours, une qualité de service garantie par le professionnalisme de ses intervenants.

Nos maîtrises : bétons cirés, sols en résine et enduits décoratifs

5 Rue de Limpach,
L-3932 Mondercange
Tél. : 26 57 94 1
www.tremalux.lu

TREMALUX
TRADING ENGINEERING MATERIALS



“

Il n'y a pas une seule manière d'entreprendre. Chacun est unique et doit se sentir prêt à se lancer dans des conditions qui lui sont acceptables

”

GYULAIN BOUQUET-HANUS

PAS À PAS VERS L'ENTREPRENEURIAT

Vous aimeriez créer votre entreprise au Luxembourg ? Guylaine Bouquet-Hanus, Business Manager Entrepreneurship de la House of Entrepreneurship, nous explique les grandes lignes à suivre pour mener à bien votre idée et l'accompagnement dont vous pouvez bénéficier tout au long de votre projet.

TEXTE : JEANNE RENAULD

Quelles sont les principales étapes à considérer pour créer son entreprise ?

La première étape consiste à évaluer son idée d'entreprise. L'objectif est de valider que le projet de création d'entreprise est en adéquation avec ses valeurs, ses projets de vie et ses ressources. Il est également important de sélectionner une seule idée pour veiller à ne pas se disperser.

Vient ensuite l'étude de terrain et de marché. Cette étape vise à vérifier qu'il existe bien des clients prêts à payer pour un produit ou un service. C'est en effet une question essentielle, qui va déterminer la viabilité du projet. Une étude de marché se fait en allant directement à la rencontre des clients. Dans un premier temps, il faut partir à la découverte de ses clients et identifier leurs besoins. Dans un deuxième temps, il convient de valider que l'offre va dans la bonne direction (prix, fonctionnalités, services, etc.), l'objectif étant d'obtenir un vrai engagement de la part de ses futurs clients.

À ce stade, il est temps de réaliser une modélisation financière : on parle ici d'estimations réalistes plus que d'un plan financier détaillé, basé sur le décompte des revenus et des charges. Enfin, la dernière étape consiste à

concrétiser et mettre en œuvre sa création d'entreprise en étudiant trois grands axes : juridique, administratif et logistique. Cette étape de pré-lancement recouvre l'analyse des aspects légaux liés à l'activité, la recherche d'un local ou encore de financements. Pour terminer, une fois le projet devenu concret, il reste déterminant de se projeter dans le temps et de développer une vision stratégique à court, moyen et long terme : stratégie commerciale, de communication, de marketing, de croissance, partenariats clés, etc.

Quelles sont les démarches administratives à effectuer lorsque l'on souhaite lancer son entreprise ?

Une fois le type de société choisi – SA, SARL ou SARL-S, la plupart du temps –, les étapes clés à réaliser pour concrétiser son projet sont généralement les suivantes : demande d'une autorisation d'établissement, vérification de la disponibilité de la dénomination auprès du Luxembourg Business Registers (LBR), rédaction des statuts de l'entreprise, blocage du capital social sur un compte bancaire luxembourgeois, passage devant le notaire, immatriculation et enregistrement des bénéficiaires effectifs au LBR, affiliation au Centre Commun de la Sécurité Sociale (CCSS)

et inscription à la TVA auprès de l'Administration de l'Enregistrement et des Domaines (AED). Avant de pouvoir facturer à tout client, il est en effet nécessaire de bénéficier d'une couverture sociale et de s'être déclaré auprès de la TVA. Très souvent, les entrepreneurs novices pensent que ces démarches sont optionnelles ou automatisées, mais ce n'est pas du tout le cas.

Quels sont les outils mis à disposition des porteurs de projets pour les accompagner dans le lancement de leur entreprise au Luxembourg ?

La House of Entrepreneurship – projet porté par la direction Entrepreneuriat de la Chambre de commerce depuis octobre 2016 et mis en œuvre en collaboration avec le ministère de l'Économie et la Chambre des métiers – propose une offre de services consolidés, personnalisés et gratuits aux entrepreneurs qui lancent une nouvelle activité au Luxembourg, qui reprennent ou transmettent une entreprise, mais aussi aux PME qui souhaitent développer, moderniser, redresser ou cesser un business existant. Cette démarche prend forme à travers des actions d'information, de sensibilisation ou des conseils pratiques, dispensés individuellement ou en groupe.

Plus particulièrement, notre division « info point & community » a pour mission d'être le point de contact unique dédié aux futurs entrepreneurs et aux dirigeants établis. Les (futurs) entrepreneurs peuvent donc contacter la House of Entrepreneurship dans l'optique de concrétiser leur projet de création ou de reprise d'entreprise ou encore d'être mis en contact avec les structures pertinentes qui pourront les soutenir. Il existe en effet au Luxembourg de nombreux acteurs, privés ou publics, qui peuvent accompagner les candidats entrepreneurs selon leurs besoins et l'étape de leur projet.

En quoi consiste le soutien proposé par la House of Entrepreneurship aux porteurs de projets ?

Nos conseillers en création et gestion d'entreprises orientent les porteurs de projet dans leurs démarches avant le lancement de leur activité, mais aussi après, sur tout sujet lié à la gestion quotidienne de l'entreprise. Les conseillers agissent chaque jour aux côtés des entrepreneurs, via un premier conseil téléphonique ou par e-mail, via du conseil thématique en groupe lors de webinars ou d'ateliers, via des entretiens personnalisés à la demande ou encore via une permanence matinale à notre desk d'information situé au Kirchberg (prochainement aussi disponible en région).

Un peu plus en amont, notre division agit aussi comme facilitatrice, en aidant les porteurs de projet au stade du concept à faire le tri dans leurs idées et à établir un plan d'actions personnalisé, s'ils en sont demandeurs. Nous les connectons à un réseau local composé d'une vingtaine d'institutions et d'acteurs de l'entrepreneuriat qui font partie de notre communauté et qui, eux aussi, apportent un premier conseil en matière, par exemple, d'immigration, de recrutement, d'accès à l'artisanat,

d'idéation, de propriété intellectuelle, d'urbanisme, de commodo-incommodo, d'accès au financement bancaire, à un prêt de création, à des aides à l'innovation ou à la digitalisation, etc.

Chaque situation étant unique, nous recommandons à l'entrepreneur de commencer par nous contacter avec un descriptif de son projet, afin qu'en ensemble, nous délimitions ses besoins et les services qui peuvent y répondre.

Quels sont les avantages de créer son entreprise au Luxembourg ?

Les avantages évidents du Luxembourg sont sa stabilité économique, la proximité que l'on peut avoir en tant qu'entrepreneur avec les administrations et les organismes publics, les possibilités de soutien nombreuses sur un territoire certes petit, mais riche en compétences. En plus d'être une porte d'entrée vers le marché européen, le Grand-Duché donne un accès à des profils hautement qualifiés et multilingues et offre la possibilité de gérer toutes ses relations contractuelles en anglais, ce qui est très intéressant dans une perspective internationale.

Quel conseil donneriez-vous à toute personne qui désire se lancer dans l'entrepreneuriat ?

Je n'ai pas vraiment de conseil à donner, mais plutôt une réflexion à partager : je ne pense pas qu'il y ait une seule manière d'entreprendre. Chacun est unique et doit se sentir prêt à se lancer dans des conditions qui lui sont acceptables. Je pense qu'il reste important de faire le bon choix pour soi-même, et ici tout va dépendre des objectifs, de la personnalité, mais aussi des capacités et ressources (financières, familiales, matérielles, etc.) du porteur de projet.

Certains choisiront d'entreprendre à temps plein dès le début, d'autres testeront une idée en marge d'un emploi.

C'est un peu comme lorsque l'on pense à plonger dans une piscine. Il y a ceux qui plongent directement dedans. Et ceux qui prennent le temps de se mouiller petit à petit, avant de se lancer. Mais dans tous les cas, un minimum de préparation s'impose, afin de ne pas plonger dans l'inconnu.

“

La division ‘info point & community’ de la House of Entrepreneurship a pour mission d'être le point de contact unique dédié aux futurs entrepreneurs et aux dirigeants établis

”

Pour cette raison, il est toujours bon de recueillir le feedback d'acteurs de soutien tels que la House of Entrepreneurship, de futurs clients ou d'autres entrepreneurs.

Et ce, même s'il s'agit d'une prise d'informations rapide ou d'échanges ponctuels. Dans ce cas aussi, le besoin en accompagnement n'est pas le même pour tous. Il n'empêche que la perspective ou le regard des autres sur un projet entrepreneurial ou une situation managériale apporte toujours des questionnements et une prise de recul que personne ne peut avoir seul. Les autres, à commencer par les futurs clients, sont des révélateurs de ce qui va fonctionner ou non dans un business model. Alors, partagez vos idées, testez et échangez, même à très petite échelle, pour commencer. •

LE MEILLEUR DE FEMMES

news
letter

Gratuite,
luxembourgeoise,
& exclusive

le mardi et le jeudi



rendez-vous sur
femmesmagazine.lu



VOUS
SOUHAITEZ
VENDRE
VOTRE BIEN
IMMOBILIER



CONTACTEZ-NOUS



Roberto Alex
AGENT IMMOBILIER AGRÉÉ
10 ANS D'EXPÉRIENCE

+352 691 911 993
+352 27 87 19 070

info@axhome.lu
www.axhome.lu

12, rue du Château d'Eau
L-3364 Leudelange



FINANCER SON ENTREPRISE

Pour créer son entreprise, il est bien sûr nécessaire de disposer de financements. Au-delà des fonds propres,

le jeune entrepreneur cherchera le plus souvent à obtenir un crédit auprès d'un établissement bancaire ou d'une institution de microfinance. À cet égard,

la Mutualité de Cautionnement, qui dépend de la Chambre de commerce, peut se porter garante, dans certains cas, auprès des établissements de crédit agréés si les garanties fournies par l'entrepreneur se révèlent insuffisantes. Au Luxembourg, il est également possible de faire appel à la Société Nationale de Crédit et d'Investissement (SNCI), un établissement bancaire de droit public, qui octroie différents types de prêts.

Enfin, au-delà des crédits, l'Etat luxembourgeois propose une série d'aides publiques, dont les aides à l'investissement dédiées aux PME régies par le droit d'établissement. Ces aides peuvent varier selon l'activité envisagée et se traduire par des subventions en capital, des bonifications d'intérêts ou encore des exonérations fiscales.

LE CHIFFRE

240

Chaque jour, la House of Entrepreneurship reçoit quelque 100 demandes écrites et 140 appels, ce qui démontre que l'engouement pour l'entrepreneuriat ne se dément pas au Luxembourg, même en période post-Covid.



LES ANGES DU BUSINESS

Certains porteurs de projet peuvent s'appuyer sur ce que l'on appelle un business angel. Outre des capitaux, ces « anges du business » apportent leur expérience et leurs connaissances à l'entrepreneur. Au Luxembourg, les jeunes pousses peuvent se tourner vers le Luxembourg Business Angel Network, un réseau qui rassemble des business angels qui souhaitent accompagner des start-up qui se sont lancées au Luxembourg et qui démontrent un certain potentiel de croissance.

VOUS SOUHAITEZ VOUS LANCER DANS L'ENTREPRENEURIAT ?

N'hésitez pas à prendre contact avec la House of Entrepreneurship afin de connaître le cheminement à adopter et les aides dont vous pouvez bénéficier pour votre projet.

www.houseofentrepreneurship.lu



**POUR ME FORMER,
JE M'INFORME
EN UN CLIN D'ŒIL!**

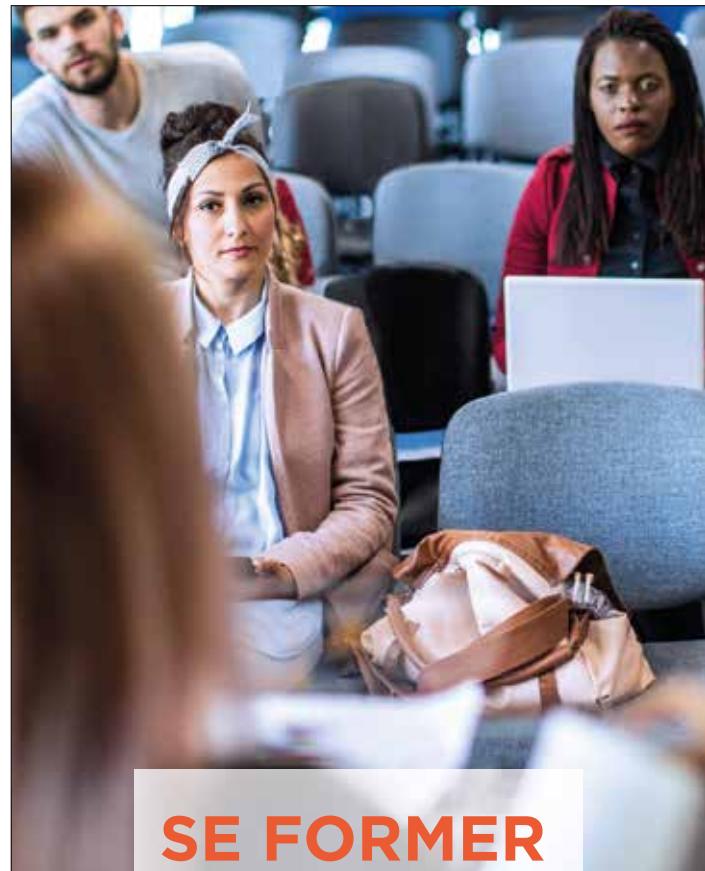
+ 10 000
formations
pour renforcer vos talents

LIFELONG-LEARNING.LU

Mettez la formation au service de vos ambitions personnelles et professionnelles. Avec ses 10 000 formations et ses informations utiles, lifelong-learning.lu vous accompagne vers le succès de votre projet.



INFPC



**SE FORMER
EN TOUTE
FLEXIBILITÉ**



**HOUSE OF
TRAINING**

Votre partenaire de référence en matière de formation professionnelle continue.

**+ de 1000 formations
présentielles ou à distance.**

Vous êtes employé ou employeur et souhaitez faire évoluer vos connaissances et compétences ou celles de vos collaborateurs ? Retrouvez notre vaste éventail de formations dans 20 domaines d'activité différents !

Une initiative de



Informations et inscriptions sur
www.houseoftraining.lu



ÉCOLOGIE : LES JEUNES SENSIBILISÉS MAIS PAS PLUS ÉCOLOS POUR AUTANT

Pour sensibiliser les jeunes à la nécessité de prendre soin de la planète et leur inculquer les bons gestes, l'école et les parents se mobilisent. Avec une certaine réussite. Mais si les ados et jeunes adultes d'aujourd'hui sont conscients de l'importance de l'environnement, cela ne se traduit pas forcément dans leurs comportements. En tout cas, pas encore. La prochaine génération, peut-être...

TEXTES : FABRICE BARBIAN



L'école joue un rôle important en matière de sensibilisation à l'écologie. Nul doute que ces efforts de sensibilisation ne sont pas vains. Tous les parents ont assurément eu droit, un jour ou l'autre, à des remontrances de la part de leurs enfants pour leurs pratiques jugées peu (ou pas assez) responsables.

Les parents qui, avec les « profs », ont également un rôle fondamental à jouer dans ce domaine. Et pas uniquement à l'occasion du 5 juin qui marque la Journée mondiale de l'environnement. Pas de secret en la matière, avec les plus jeunes (mieux vaut commencer tôt), la priorité est de donner le bon exemple et de multiplier les « expériences » qui participent à leur inculquer les bons gestes et des comportements responsables, au quotidien.

LES JEUNES SENSIBLES À L'ÉCOLOGIE

Mais est-ce que cette sensibilisation à l'école comme à la maison, porte finalement ses fruits ? Oui serait-on tenté de dire parce que la situation de la planète est une préoccupation, comme le confirme, par exemple, la présence des jeunes dans les manifestations appelant à agir en faveur de l'environnement. Ils ont assurément conscience de la nécessité de protéger la planète compte tenu de l'urgence. Contrairement à la génération précédente, nous ne sommes plus dans les « suppurations ». Les effets du réchauffement climatique sont aujourd'hui visibles, tangibles. Donc oui, ils sont sensibilisés. Mais de là à affirmer qu'en 2021, les ados et jeunes adultes sont plus écolos que leurs aînés, c'est aller un peu trop vite en besogne.

PAS PLUS ÉCOLOS

Différentes études laissent entendre que la réalité est plus nuancée. Selon une enquête* réalisée par le Crédoc (Centre de recherche pour l'étude et l'observation des



conditions de vie) pour l'Ademe (Agence de l'Environnement et de la Maîtrise de l'Énergie), les 15-24 ans sont effectivement plus concernés par le réchauffement climatique que leurs aînés. Mais ce n'est pas pour autant qu'ils font preuve d'un comportement plus écologique. « Ils ne se situent pas vraiment en rupture vis-à-vis du modèle de société consumériste dans lequel ils ont grandi et vivent aujourd'hui. 20 % des 18-24 ans disent que pour eux, consommer est avant tout un plaisir, soit 8 points de plus que la moyenne de la population », précise le Crédoc. Des exemples ? 28% des jeunes interrogés ont pris l'avion deux fois ou plus dans l'année, soit 9 points de plus que la moyenne. Les jeunes sont également moins nombreux à trier leurs déchets, à acheter des légumes de saison et locaux ainsi que des produits ayant moins d'impact sur l'environnement. Ils limitent également moins souvent leur consommation de viande. Malgré l'empreinte écologique des produits électroniques et technologies, les jeunes expliquent encore avoir du mal à limiter leur consommation. Ils sont plus attirés (+ 6 points) par ces outils que la moyenne de la population. « Et ces achats conduisent souvent à du gaspillage : 33 % des 18-24 ans sont d'accord ou tout à fait d'accord avec l'idée qu'ils jettent de manière trop systématique

les produits électroniques et produits électroménagers (contre 23 % de moyenne selon l'Ademe Perception et pratiques en matière d'autoréparation en 2017) ».

UN PEU (PLUS) D'ÉGOÏSME ?

Tout n'est pas négatif ! Les jeunes se distinguent de leurs aînés par leurs habitudes plus écologiques en matière de transport et se saisissent des alternatives à l'achat neuf : achat d'occasion, location, emprunt, revente, troc... Mais globalement, la sensibilisation sur laquelle sont focalisés les efforts, notamment à l'école, ne suffit pas (encore ?) pour attiser un véritable changement de comportement. Pas question de réduire la voilure sur ce registre car elle a toute son importance mais il semble impératif d'utiliser d'autres leviers d'actions pour que cette sensibilisation puisse se traduire dans les actes. Le Crédoc évoque notamment la nécessité de donner à voir du concret sur les actions positives réalisées ou de mettre en avant les bénéfices personnels au changement des pratiques. Autrement dit, insister sur le fait que se déplacer en vélo est économique et bon pour la santé serait plus profitable à l'environnement que de focaliser sur le fait que le vélo pollue moins que la voiture, par exemple. •

* « Environnement : les jeunes ont de fortes inquiétudes mais leurs comportements restent consuméristes », décembre 2019

Que font les écoles au Luxembourg ?

Au Luxembourg, l'ambition affichée vise à faire en sorte que le système scolaire sensibilise les jeunes à l'écologie et à l'environnement afin qu'ils développent les compétences nécessaires pour faire face aux enjeux du développement durable. Pour ce faire, l'accent est mis sur la mise en réseau des communautés scolaires avec les autorités publiques et les organisations non gouvernementales (ONG) via des outils comme « la plateforme pour l'éducation à l'environnement et au développement durable » ou la « Foire de l'éducation au développement durable » dont la deuxième édition s'est tenue en juin dernier. « L'objectif de la foire est de réunir ministères, écoles et ONG pour présenter leurs offres d'activités et de matériels pédagogiques en matière de développement durable. Les acteurs du secteur peuvent ainsi entrer en contact avec les enseignants, le personnel éducatif et autres multiplicateurs.

La foire est aussi l'occasion de partager des expériences et des exemples de bonne pratique », précisent le ministère de l'Environnement, du Climat et du Développement durable et celui de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse, dans un communiqué. L'école pourrait-elle faire davantage ? Certainement, ne serait-ce qu'en donnant l'exemple, au-delà des « discours », à en croire les signataires d'une pétition, ouverte à la signature sur le site de la Chambre des députés, en faveur de la création d'un label « école verte ». Le texte plaide, par exemple, pour que les écoles contribuent à la plantation d'arbres en fonction du nombre de papier imprimé pour les cours, mettent en place des distributeurs d'eau pour que les élèves puissent remplir leurs bouteilles/gourdes réutilisables, forment le personnel scolaire pour utiliser des moyens d'enseignement plus écoresponsables.

N°227

LES ENFANTS

« PRÉOCCUPÉS » PAR LA PLANÈTE

Depuis quelques mois, la chaîne de télévision Cartoon Network, dédiée aux enfants, développe un programme intitulé « Les champions du climat », déployé dans plusieurs pays de la région EMEA (Europe, Moyen-Orient et Afrique).

Piloté en partenariat avec le WWF (Fonds mondial pour la nature), il vise à encourager les enfants à relever de petits défis quotidiens qui contribuent à faire la différence pour l'avenir de la planète. La chaîne a profité de ce programme pour mener, entre le 28 mai et le 11 juin dernier, une enquête auprès de 4 124 enfants âgés de 6 à 12 ans dans 13 pays de la région EMEA (notamment de petits Luxembourgeois) visant à en savoir davantage quant aux rapports qu'ils entretiennent avec la planète et la nature. Elle révèle que 91% des enfants interrogés se sentent concernés par les problématiques écologiques et évoquent l'inquiétude, la peur ou la tristesse comme sentiments les plus courants.

L'enquête précise aussi que 78% des enfants interrogés voudraient en savoir plus sur le changement climatique, 83% souhaitent contribuer davantage à la lutte contre le changement climatique. 66% disent également chercher activement des moyens de s'impliquer. Les enfants se préoccupent donc de la planète et souhaitent s'impliquer dans la lutte contre le réchauffement climatique. Et qui leur donne cette envie de s'investir ? Maman (66%), papa et les « profs ».

IDÉES POUR FAIRE PASSER QUELQUES « ENSEIGNEMENTS » DURABLES

- **Lire des livres sur la nature,** regarder des dessins animés ou des documentaires animaliers sont de bons moyens d'éveiller les enfants et d'échanger avec eux sur l'environnement. Et l'offre en la matière est particulièrement riche.
- **Se rendre à l'école à pied ou à vélo,** dès lors, bien évidemment que c'est possible. C'est l'occasion de donner le bon exemple mais également de passer un petit moment ensemble.
- **Apprendre à un enfant à éteindre la lumière** lorsqu'il n'est pas dans sa chambre, à ne pas laisser couler l'eau lorsqu'il se brosse les dents, à éteindre la télévision s'il ne la regarde pas... Ce sont de petites choses qui s'apprennent facilement et qui sont d'autant plus judicieuses que si jamais vous ne vous comportez pas selon ces règles, votre enfant ne manquera pas de vous en faire la remarque. Nul n'est infaillible.
- **Recycler des objets** afin de montrer aux petits qu'un objet peut être réutilisé. Ce ne sont pas les tutos DIY qui manquent sur le net pour concilier l'utile à l'agréable.
- **Trier ses déchets.** Non seulement les enfants adhèrent facilement mais c'est aussi l'occasion de les sensibiliser au fait qu'il y a des matières nuisibles pour l'environnement mais qu'il est possible de les recycler pour fabriquer d'autres objets.
- Un dernier conseil mais un peu différent des précédents puisqu'il s'agit d'une pratique à éviter. **En l'occurrence, celle qui consiste, à s'épancher trop lourdement sur les dangers du changement climatique.** Certes, un enfant peut comprendre les enjeux mais il peut aussi franchement s'inquiéter. Et sur ce point, le petit sondage réalisé par Cartoon Network est plutôt inquiétant.



NOUS
ENCORE
SOIGNONS
FAUT-IL
TOUT LE
QU'IL Y AIT
MONDE
TOUJOURS
SANS
UN MONDE...
DISTINCTION,

URGENCE CLIMATIQUE = URGENCE SANITAIRE

Faites partie de la solution, faites un don !

WWW.MSF.LU
payconiq



NEWS SOCIÉTÉ

TEXTE : MARIA PIETRANGELI

DES AIDES POUR LA FORMATION ?



N°227

Vous avez envie de changer de job ou tout simplement de changer de fonction au sein de votre entreprise ? Pour soutenir les personnes dans leurs démarches de formation, différentes mesures d'aides sont accessibles. Ces aides et leurs conditions d'accès seront présentées lors de séances d'information les 18 et 20 octobre 2021 dans les locaux de la chambre des salariés et seront diffusées simultanément en livestream. Les dispositifs peuvent prendre la forme

de congés spéciaux avec prise en charge de la rémunération, des mesures concernant l'organisation du temps de travail ou encore de financements spécifiques. Il y a forcément une formation qui peut vous intéresser. Sur le Lifelong-learning.lu, 10 000 formations sont référencées par 290 organismes de formation.

**Participation gratuite,
inscription obligatoire sur :
www.infpclu/inscription-aides**

LE CHIFFRE

C'est la part des femmes dans les fonctions dirigeantes au Togo 2020 Source International Labor organisation (ILO).



Magasin de proximité nouvelle génération

Le nouveau Proxy Delhaize Gasperich rouvre enfin ses portes, après une fermeture de 3 ans de travaux. Delhaize a souhaité proposer un magasin de proximité qui répond à toutes les exigences modernes ainsi qu'aux besoins hebdomadaires et quotidiens des clients. Quelques innovations ont également permis d'améliorer le service à la clientèle et de proposer des applications pratiques au quotidien. Les clients peuvent parcourir les rayons plus facilement pour une meilleure expérience d'achat. L'assortiment a été élargi et compte à présent d'autres spécialités du monde, des produits sans gluten, Bio, etc. Pour le plus grand intérêt du client, le nouveau Proxy Delhaize Gasperich améliore l'expérience d'achat, avec de larges allées sur 910 m² de surface pour que les courses deviennent une activité simple, agréable et relaxante.

**Ouvert du lundi au samedi de 7h30 à 20h et le dimanche de 8h à 13h.
11 rue Evy Friedrich à Luxembourg.**

NOUVEAU SHOWROOM IKEA ARLON

Le showroom de Ikea Arlon, a fait peau neuve afin de s'accorder au mieux avec les rêves et les besoins de sa clientèle et de l'inspirer pour améliorer son quotidien à la maison. Situé à Arlon et à l'orée des frontières luxembourgeoises et françaises, Ikea Arlon accueille une clientèle hétéroclite, dotée de revenus et de modes de vie très variés. L'objectif de Ikea avec ce nouveau showroom est de devenir un magasin inspirant, en phase avec le marché local et le monde moderne, pour aider un maximum de personnes à se sentir mieux à la maison. Pour que le showroom réponde au mieux aux besoins de sa clientèle,

Ikea a réalisé une enquête concernant leurs habitudes et leurs besoins. Quelques résultats pour info : 70 % des clients sont propriétaires de leur maison, 33 % sont célibataires, 42 % vivent avec des enfants, pour 68 % le salon est la pièce la plus importante etc.

Les solutions et les idées de décoration qui en résultent, ainsi que les innovations durables et technologiques sont à découvrir dans le nouveau showroom. Enjoy.

**100 rue de Grass
à Sterpenich - Arlon en Belgique**



©IKEA

Secretimmo

UN SECRET BIEN GARDÉ

Fort d'une expérience de 15 ans dans l'immobilier le co-fondateur de Immotop, Serge Uschkaloff entame, avec la collaboration de son ami, l'entrepreneur et créateur d'entreprise Erik De Toffol, une nouvelle aventure entrepreneuriale avec la création de cette start-up innovante qui va révolutionner le marché de l'immobilier.

Le concept est la mise en relation vendeur/acheteur en toute discréetion.

Les biens immobiliers ne figurent sur aucune plateforme internet, et la société garantit à ses clients une protection des données optimale. Les acheteurs doivent se soumettre à un « Secret Protocol » qui vise à déterminer leur éligibilité à la visite physique ou virtuelle. Ils ont la certitude d'accéder à une liste unique, hors marché.

Secretimmo s'adresse à une clientèle exigeante en quête de biens premium et de discréetion. Ses services intéressent également les vendeurs et acheteurs qui exigent un maximum de confidentialité. L'ambition clairement affichée est de généraliser cette approche inédite au bénéfice de tous les clients de l'immobilier.

Une première agence a vu le jour au 45 A avenue Monterey à Luxembourg.



LA COVID AURA-T-ELLE LA PEAU DU CASH ?

L'usage des espèces recule rapidement au Luxembourg. Cette tendance, observée depuis plusieurs années, s'est accélérée avec la crise sanitaire qui a favorisé les paiements sans contact et les achats en ligne. L'abandon total du cash n'est cependant pas souhaitable car il s'agit d'un bien commun accessible à l'ensemble de la population. Contrairement aux moyens de paiement dématérialisés et toujours plus simple d'utilisation, il permet au consommateur de mieux contrôler ses dépenses.

TEXTES : FABIEN GRASSER

Sur l'étal du fleuriste du marché de la rue Aldringen trône une caisse enregistreuse un peu désuète. « Je n'accepte que du liquide et ça ne pose pas de problème car il y a un bancomat à 20 mètres d'ici », dit Manu en désignant le coin de la rue. « C'est vraiment très rare que quelqu'un renonce à son achat parce qu'on n'accepte pas les cartes », poursuit-il. « En général les gens vont retirer », affirme le fleuriste dont « les clients sont pour la plupart des habitués qui prévoient du liquide pour venir acheter leurs fleurs chez nous ». Dans le métier depuis 30 ans, Manu reconnaît avoir déjà pensé à se munir d'un terminal de paiement par cartes « mais pour un petit stand comme le nôtre, ce n'est vraiment pas rentable ». Et à titre personnel, « je suis plutôt liquide, à l'ancienne », convient-il avec le sourire.

Manu est-il une espèce en voie de disparition dans un monde où, d'année en année, le cash s'efface au profit des paiements dématérialisés ? Alors qu'en 2017, les règlements en liquide représentaient 64 % du total des transactions effectuées au Luxembourg, ils ne pesaient plus que 54 % en 2020, un recul de dix points en trois ans à peine, selon des données publiées par la Banque centrale européenne (BCE). Et la crise sanitaire n'a fait qu'accélérer

la tendance, constatent les banques centrales européennes, même s'il est encore prématûr d'avancer des chiffres précis sur l'ampleur du phénomène.

Ce changement est déjà visible pour les petits achats du quotidien qu'on réglait en pièces ou en petites coupures de 5 ou 10 euros avant la pandémie. « Il y a beaucoup plus de cartes maintenant, même pour payer un pain ou un croissant », confirme Tatiana, vendeuse dans une boulangerie place de Paris, à Luxembourg. Sur la terrasse d'un café voisin, un client règle sa bière par carte, un geste devenu habituel, dit un serveur : « Il y a bien moins de cash depuis la covid, les gens ont peur car l'argent passe de main en main. »

La crainte de la contamination par la manipulation des pièces et billets a favorisé le paiement sans contact, parfois incité par des commerçants qui refusaient le liquide au début de la pandémie. Face à cette peur irrationnelle, tant le risque est minime, les autorités avaient rappelé aux commerçants qu'ils n'étaient pas en droit de refuser les espèces. L'avertissement visait notamment à préserver les personnes âgées et celles socialement les plus vulnérables, souvent dépourvues de moyens de paiements électroniques.

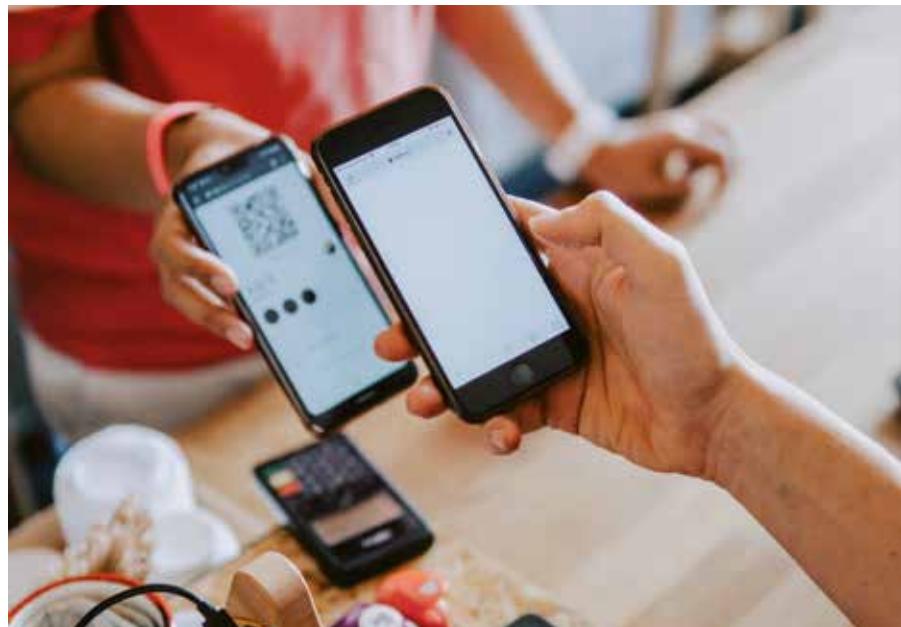
Parallèlement au paiement sans contact, les confinements et fermetures des commerces « non essentiels » ont fait bondir les achats en ligne comme l'illustrent les spectaculaires chiffres alignés par Amazon, le numéro un mondial du secteur dont les ventes ont progressé de 100 milliards de dollars en 2020. Obligés de tirer leurs rideaux, de nombreux commerçants ont sauté le pas et se sont convertis à l'Online et au click and collect, favorisant l'usage des paiements électroniques.

Début août, l'ABBL (Association des banques et banquiers du Luxembourg) indiquait qu'en 2020, les retraits aux distributeurs automatiques avaient chuté de 25 % et les retraits aux guichets de 51 %. « La croissance des paiements électroniques n'est pas seule en cause, c'est surtout lié au ralentissement de l'économie : les gens ne retiraient par exemple plus d'argent pour aller dans les restaurants qui étaient fermés », explique le service communication de l'ABBL. Quoi qu'il en soit, le contexte a accéléré la mutation vers le paiement électronique. En zone euro, 87 % des consommateurs qui ont abandonné les espèces pour le digital en raison de la pandémie ne pensent pas renouer avec leurs anciennes habitudes, selon une enquête de la BCE.

Ce qui n'est pas pour déplaire aux banques qui encouragent les règlements électroniques, bien moins coûteux pour leur fonctionnement, notamment en frais de personnel. Si l'ABBL « ne prend pas position sur la politique commerciale de ses membres », elle estime néanmoins que les banques répondent d'abord « à la demande de leurs clients » qui seraient de plus en plus friands de nouvelles technologies permettant les paiements digitaux. L'argument a été maintes fois avancé ces dernières années pour justifier les fermetures d'agences bancaires dans plusieurs communes. Ou encore la suppression de bancomats dont le nombre dans le pays est passé de 642 en 2018 à 603 en 2020.

La disparition du cash « est en général présentée comme la conséquence inéluctable et naturelle du développement inexorable des technologies numériques », constate également Bruno Théret, un économiste français, directeur de recherche à l'université Paris-Dauphine. Dans un article intitulé « Bonjour la finance, au revoir la monnaie », il conteste cette vision, voyant dans la disparition annoncée des espèces « un projet politique » élaboré par des néolibéraux américains dans les années 70. Dans ce modèle, explique-t-il, l'émission de monnaie par les États constituent une entrave à « une économie capitaliste non perturbée par la politique et autorégulée par un système complet de marchés libres ». L'objectif est dès lors de confier l'émission de monnaie à des acteurs privés qui percevront des intérêts pour son utilisation, « y compris pour les petits paiements du quotidien ».

Face à cette perspective qui sonnerait le glas de l'argent tel qu'on le connaît, la Banque centrale européenne se pose en gardienne du temple : « Les espèces, qui nous permettent de choisir librement comment payer, sont cruciales pour l'inclusion financière de toutes les composantes de la société.



Notre stratégie fiduciaire vise à garantir que les espèces restent largement accessibles et acceptées, aussi bien comme moyen de paiement que comme réserve de valeur », assure-t-elle sur son site internet. « Les banques doivent offrir des services de caisse appropriés, notamment des retraits d'espèces gratuits ou d'un coût raisonnable », insiste l'institution. Une manière de rappeler que l'argent liquide est un bien commun public dont l'usage est gratuit. En théorie du moins.

Il en coûte ainsi 2,50 euros par retrait chez ING et jusqu'à 5 euros chez BIL, indique le site frais-compte-paiement.lu qui publie chaque mois un comparatif des tarifs appliqués par les principales banques de dépôt du Luxembourg. L'ensemble des établissements offre la gratuité des retraits aux mineurs et personnes âgées.

Avant la pandémie, les Luxembourgeois transportaient en moyenne 102 euros de cash dans leur portefeuille, rapporte la BCE. Il n'est pas certain que ce sera encore le cas à l'avenir. Pour s'en convaincre, direction le coiffeur. « Le covid n'a pas changé grand-chose car la plupart des clients payaient déjà par carte et de plus en plus souvent avec leur téléphone ou leur montre connectée, y compris les personnes âgées », raconte Elisabeth, chargée de l'accueil dans un grand salon de l'avenue de la Liberté. « Mais ce qui est certain, poursuit-elle, c'est que les clients ont moins d'espèces sur eux car il y a nettement moins de pourboires pour les coiffeurs. Ils voudraient l'ajouter sur la carte, mais ce n'est pas possible. » Vu sous cet angle, le cash conserve au moins l'avantage de la convivialité. •

“

La stratégie de la Banque centrale européenne vise à garantir que les espèces restent largement accessibles et acceptées

”

Depuis quelques années, les banques luxembourgeoises prélèvent en effet des commissions fixes sur les retraits en espèces au guichet.

LA DOULEUR DE PAYER !

Pour un shopping en toute insouciance et sans entrave, privilégiez les paiements dématérialisés. Si au contraire vous voulez rester maîtresse ou maître de vos dépenses, mieux vaut s'en remettre au liquide. La différence réside dans ce que les spécialistes anglo-saxons de la consommation désignent par la douleur de payer.

« Nos actes d'achat ne sont pas dictés par des décisions purement rationnelles mais par des mécanismes psychologiques profonds, les biais cognitifs, qui influencent nos décisions. Le plus puissant d'entre eux est ce que l'on pourrait nommer le mal de la dépense. Or, l'intensité de cette douleur varie en fonction des caractéristiques du moyen de paiement que nous utilisons », explique Delphine Dard-Pourrat, économiste comportementale indépendante au Luxembourg.

« Un billet de banque est quelque chose de tangible. Lorsqu'on paye en cash, on voit très clairement les pièces et billets changer de mains. Cela nous fait réfléchir au coût

de la dépense qu'on effectue et cela peut diminuer le plaisir qui découle de l'achat », poursuit l'économiste. « À l'inverse, quand on fait par exemple les soldes sur internet, on peut dépenser 500 euros sans s'en rendre compte car on pense essentiellement aux bénéfices et aux plaisirs associés aux achats. Cela réduit substantiellement le mal de la dépense ressenti au moment de faire le paiement. » Au Luxembourg, la question n'est pas anodine signale Delphine Dard-Pourrat car « le pays se classe

parmi ceux observant la plus importante croissance annuelle de transactions dématérialisées par habitant ».

Cartes bancaires, smartphones, montres connectées, empreinte digitale et bientôt reconnaissance faciale, comme c'est déjà le cas en Chine, témoignent des innovations progressivement mises en œuvre pour simplifier les paiements. Avec pour conséquence de les rendre de moins en moins douloureux.



N.227

ESPÈCES RÉSISTANTES

Au Luxembourg, 54% des transactions sont effectuées en cash, selon l'étude SPACE (Study on the payment attitudes of consumers in the euro area) publiée en décembre 2020 par la BCE. Ailleurs, le cash reste de loin le moyen de paiement privilégié dans les pays méditerranéens, le record étant détenu par les Grecs qui règlent 89% de leurs achats de cette façon. Il reste également très présent en Allemagne (77%) où les sondages montrent régulièrement l'attachement quasi viscéral de la population à ce moyen de paiement traditionnel. Il en va de même en Autriche (79 %) où le gouvernement songe à graver dans le marbre de

la constitution l'obligation d'accepter les paiements en espèces. À l'opposé, c'est aux Pays-Bas qu'elles sont le moins utilisées (34%).

En matière de paiement dématérialisé, la Suède, qui n'est pas membre de la zone euro, est un cas d'école. Le pays s'était engagé sur la voie de l'abandon du cash il y a une dizaine d'années, autorisant les commerçants à refuser les espèces. Il s'est pour cela doté d'un système de paiement instantané par téléphone, en usage jusque dans les églises pour la quête. Dans les commerces, le liquide n'était plus utilisé que pour 15% des achats en 2016 et nombre d'analystes ont

alors parié sur sa disparition définitive en 2022. Mais les Suédois ont fait marche arrière l'an dernier, la course vers le tout digital excluant notamment les personnes âgées, les handicapés et les immigrés.

Paradoxalement, la crise sanitaire a également fait revenir la population vers le cash, perçu comme une valeur plus sûre en temps d'incertitude économique. La peur de pannes dans les datacenters ou de cyberattaques ont également joué en ce sens. Résultat : en 2020, les émissions de couronnes sont reparties à la hausse, une première depuis 13 ans.

DE L'IA DANS NOTRE VIE

Des machines prédictives de l'Antiquité jusqu'aux applications à faible code ou sans code actuelles, l'intelligence artificielle est bien présente dans notre quotidien. Et très souvent, nous l'utilisons machinalement, sans le savoir.

TEXTE : MARC AUXENFANTS



N°227

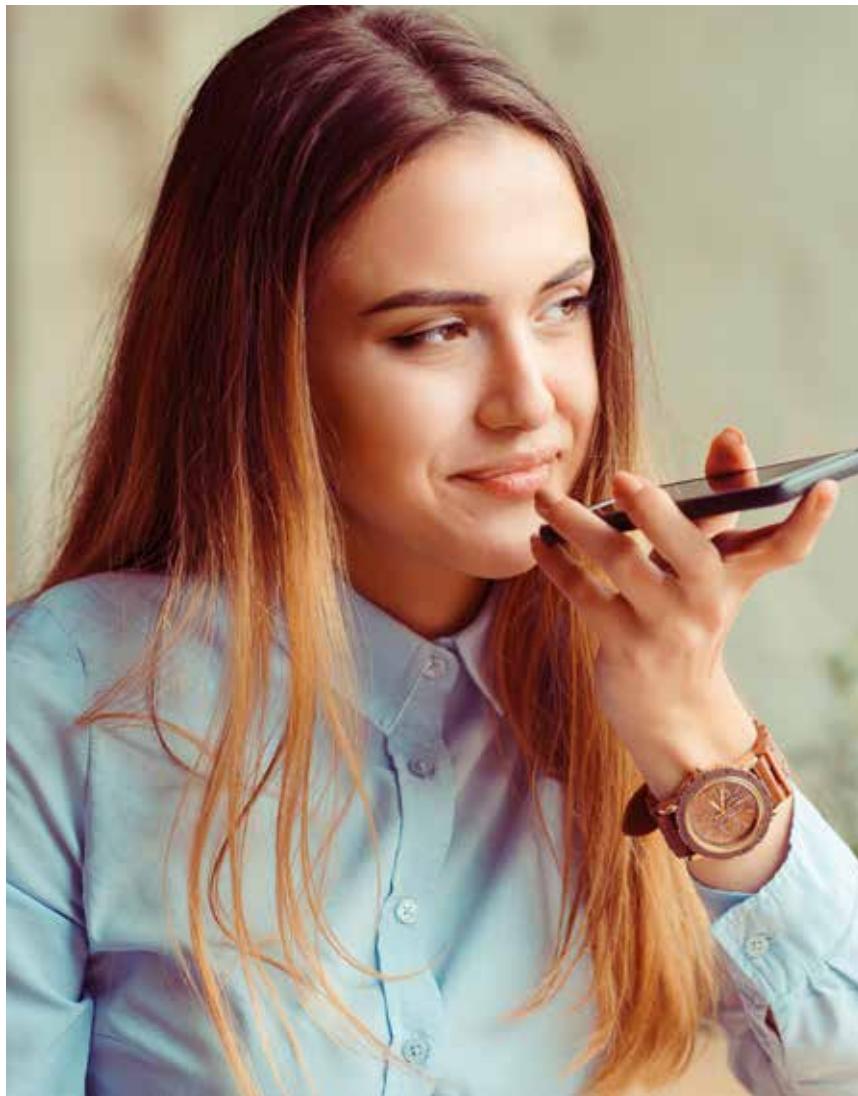
Qu'est-ce que l'intelligence artificielle (IA) ? Des machines, des robots, des logiciels, qui imitent et reproduisent les capacités de résolution de problèmes et de prise de décision de l'esprit humain.

Le terme est créé en 1956 par le mathématicien-chercheur américain John McCarthy, un des pères de la discipline. Pour ce pionnier des sciences cognitives, l'IA repose sur des « programmes informatiques capables de prendre en charge des tâches habituellement effectuées par des humains, car demandant un apprentissage, une organisation de la mémoire et un raisonnement ».

L'objectif est de parvenir à transmettre à une machine des fonctions propres aux vivants, comme la rationalité, la planification et la perception. Celle-ci reçoit ainsi des données, les analyse et réagit. Ses systèmes dotés d'IA adaptent ensuite leurs comportements en analysant les effets produits par leurs actions précédentes, le tout de façon autonome.

2 000 ans d'intelligence mécanique

L'idée d'une machine intelligente existait déjà en Grèce antique. En 1901, un appareil prédisant des événements astronomiques (phases de la lune, éclipses lunaires et solaires...) est retrouvé dans une épave près de l'île grecque d'Anticythère.



Vieux de plus de 2 000 ans, le mécanisme est considéré comme le premier ordinateur au monde. Mais c'est au XX^e siècle, avec les progrès de l'informatique et de l'électronique, que les théories et travaux sur l'IA s'accélèrent.

En 1950, Alan Turing, qui avait déchiffré les messages codés allemands durant la Seconde Guerre mondiale, publie un ouvrage fondateur *Computing Machinery and Intelligence*) et pose la question : « Les machines peuvent-elles penser ? ». Le mathématicien britannique y décrit non seulement comment

construire des machines intelligentes, mais il propose aussi une démarche (« test de Turing ») pour mesurer leur intelligence.

Durant les années 2010, l'IA fait un bond en avant, grâce aux avancées technologiques comme la gestion de quantités massives de données (big data), à des puissances de calcul inédites, et des processeurs et cartes graphiques à haut rendement. Des algorithmes classent et reconnaissent désormais les informations. Et pour la première fois, la machine surpassé les capacités humaines.

Aujourd'hui, l'IA est bien présente dans notre quotidien : comme la reconnaissance d'images (photo et vidéo) de caméras dans les lieux publics ou les transports en commun, qui détectent automatiquement des informations et signalent des anomalies; dans le domaine médical, elle aide au diagnostic des cancers et maladies rares, et dans l'agriculture, elle permet de tracer maladies et nuisibles dans les champs.

Intelligence artificielle – Applications réelles

- **Reconnaissance vocale** : traitement du langage naturel pour retranscrire la parole humaine dans un format écrit. Des applications comme Siri par exemple l'intègrent dans leurs systèmes pour effectuer des recherches.
- **Service client** : des agents virtuels en ligne accompagnent le client tout au long de son parcours, et répondent notamment à leurs questions. Les sites d'e-commerce, Slack ou Facebook Messenger les utilisent dans leurs applications de messagerie.
- **Vision par ordinateur** : des systèmes tirent des informations d'images numériques, de vidéos et d'autres entrées visuelles, puis prennent des mesures sur la base de ces données. La technologie est appliquée dans le marquage de photos dans les médias sociaux, l'imagerie radiologique dans les soins de santé et pour les voitures autonomes.
- **Moteurs de recommandation** : les algorithmes utilisent les données de comportements de consommation passées, pour développer des stratégies de vente plus efficaces, comme les recommandations complémentaires aux clients lors de leurs achats en ligne.

Un marché à 500 milliards de dollars

Son marché actuel pèse 325 milliards de dollars. En 2024, il s'élèvera à 500 milliards, selon la société d'études marketing IDC.

Dans ses « Prédictions IA 2021 » de février dernier, PwC note que 93% des sociétés interrogées recourent à l'intelligence artificielle, notamment pour analyser leurs coûts et performances, pour automatiser leurs opérations et processus, pour leurs prévisions et décisions stratégiques.

La haute technologie et les télécommunications, les services financiers, l'industrie pharmaceutique et de la santé sont les secteurs déjà à la pointe dans ce domaine.

L'émergence de plates-formes à faible code et sans code devrait accélérer l'adoption de l'IA en entreprise : celles-ci proposent en effet des applications prêtées à la production, sans connaissances approfondies de programmation, palliant ainsi la pénurie d'analystes data et de développeurs.

Déjà, des technologies comme l'Internet des objets, la 5G et l'Edge Computing profitent des progrès de l'IA. Et il y a fort à parier que l'interaction de ces techniques débouchera sur de nouvelles applications qui bouleverseront notre quotidien.

Stratégie luxembourgeoise à l'IA

Quand l'intelligence artificielle devient un projet sociétal : en 2019, le Luxembourg annonçait sa vision stratégique de l'intelligence artificielle (AI4Gov). L'initiative visait à « faire du Luxembourg une des sociétés numériques les plus avancées en Europe et dans le monde, créer une économie durable basée sur les données et construire une intelligence artificielle centrée sur le citoyen ».

Concrètement, les administrations sont encouragées à utiliser « ces technologies innovantes pour développer de nouvelles méthodes et analyses aux problématiques existantes, d'augmenter l'efficacité du traitement des données et, ainsi, améliorer leurs services et leurs procédures ».

“

L'émergence de plates-formes à faible code et sans code devrait accélérer l'adoption de l'IA en entreprise

”

En 2020, six projets ont ainsi été mis en place :

○ Indexation d'images :

le Service information et presse du gouvernement a adopté une application IA identifiant les personnalités politiques sur les photos par la reconnaissance faciale, pour une meilleure exploitation des contenus de la médiathèque pour l'ensemble de l'État.

○ Extraction d'objets

topographiques : pour détecter de nouveaux bâtiments et de nouvelles routes, et pour identifier des zones de constructions, l'Administration du cadastre et de la topographie a mis en place une application d'extraction par l'IA d'objets topographiques à partir d'images aériennes, réduisant ainsi la charge de travail des agents de l'État et optimisant la mise à jour de ses bases de données.

○ Transcription de textes :

afin d'améliorer la numérisation et la transcription des textes, articles et ouvrages et de mieux identifier les

personnes, lieux, organisations et dates, la Bibliothèque nationale de Luxembourg a adopté un logiciel IA de reconnaissance optique de caractères (OCR). Le projet a servi de base à une nouvelle application interactive, favorisant l'exploration dynamique des articles, et améliorant ainsi l'accès aux journaux numérisés.

○ Reconnaissance automatique d'écritures manuscrites

anciennes : Les Archives nationales de Luxembourg utilisent une plate-forme de reconnaissance d'écriture assistée par IA, appliquée à la transcription et à la recherche dans des documents historiques, à partir d'images numérisées de manuscrits des XVII^e et XVIII^e siècles. •

Pour en savoir plus :

L'Institut luxembourgeois de la normalisation, de l'accréditation, de la sécurité et qualité des produits et services (ILNAS) a publié en anglais un Livre Blanc sur l'IA, accompagné d'une vidéo sous-titrée en français.

<https://portail-qualite.public.lu>
<https://gouvernement.lu>



VENEZ DÉCOUVRIR NOS CHAMPAGNES ET CRÉMANTS ET NOS VINS
LORS DES JOURNÉES PORTES-OUVERTES

DU 23 AU 25 OCTOBRE 2021 DE 14H À 21H

SAVE The DATE

TEXTES ET SÉLECTION : MATHIEU ROSAN



N°227

Du 06.10 au 10.10**OPÉRA****GRAND THÉÂTRE****LES NOCES DE FIGARO**

On ne se lasse pas d'entendre *Les Noces de Figaro* tant l'opéra regorge du génie de Mozart et de Da Ponte. C'est l'histoire intemporelle de personnages partagés entre désir et conventions sociales, mais c'est aussi la virtuosité du chant mozartien, unique autant qu'universel, 230 ans après la mort du compositeur, qu'il s'agisse de récitatifs, d'airs ou d'ensembles. Ces *Noces de Figaro* sont la première mise en scène d'opéra du cinéaste américain James Gray, dont la filmographie très remarquée fait preuve d'un goût pour les fresques sociales et familiales. La direction musicale est assurée par Jérémie Rhorer qui dirige l'Orchestre Philharmonique du Luxembourg pour les représentations aux Théâtres de la Ville de cette grande production classique en costumes d'époque, créés par Christian Lacroix, qui réunit sur scène John Chest, Adriana Gonzalez, Florie Valiquette et Robert Gleadow.

Où WWW.THEATRES.LU

**Les 07 et
08.10**
SPECTACLE

**CENTRE DES
ARTS PLURIELS
ETTELBRUCK**

TICKLE

À quoi ressemble le son d'un chatouillement dans le ventre ? Et que se passe-t-il lorsque ce chatouillement s'échappe progressivement par la gorge et la bouche, flotte dans les airs, vole dans l'espace, glisse sur un violon et, hop, se faufile dans un marimba ? Un chanteur au violon, un percussionniste dansant et un danseur au chant mènent le jeune public à une joyeuse rencontre entre danse, musique et voix. *Tickle* est un concert dynamique, poétique et émouvant pour les jeunes enfants, explorant les possibilités expressives du son et du mouvement...

Où WWW.CAPE.LU

14.10
CONCERT

BAM (METZ)



LILLY WOOD & THE PRICK

Influencé aussi bien par Johnny Cash et Patti Smith que Joy Division ou The Kills, le duo parisien joue un folk électrique aux mélodies pop, porté par l'incroyable voix incandescente, éraillée aux relents soul, de la chanteuse Nili. Après des albums platine et or, et le succès planétaire du remix de *Prayer in C*, Lilly Wood and the Prick revient avec son album pop et oxygénant porté par la voix soul et écorchée de Nili qui balaye la morosité de l'année 2020.

○ WWW.CITEMUSICALE-METZ.FR

14.10
SPECTACLE

KINNEKBOND MAMER

UN POYO ROJO

Mélant lutte, danse et stand-up, deux sportifs s'affrontent dans un ballet hilarant sur les stéréotypes de la virilité. Dans un vestiaire vide, les corps athlétiques de Luciano Rosso et Alfonso Barón passent avec aisance de la lutte à la danse, de l'acrobatie à la comédie physique, dans une irrésistible distorsion des schémas masculins. Une heure crue, ludique et drôle, parsemée de compétitivité, de camaraderie, de séduction et de sabotage.

Techniquement impressionnant, débordant de grâce et de testostérone, les deux « coqs rouges » ne cessent surtout de s'amuser pour nous livrer une performance scénique enivrante.

○ WWW.KINNEKBOND.LU

Danse en octobre

aux Théâtres de la Ville de Luxembourg

**Pina Bausch /
Germaine Acogny
& Malou Airaudo**

14, 15 & 16 octobre 2021

Eun-Me Ahn

19 & 20 octobre 2021

**Gauthier Dance//
Dance Company
Theaterhaus Stuttgart**

29 & 30 octobre 2021



Sylvain Lévy - Hofesh Shechter © Jeanette Rak

théâtre.s
de la Ville de
Luxembourg

**VILLE DE
LUXEMBOURG**

Réservez vos places !
www.lestheatres.lu • T. 47 08 95-1

Du 15 au 17.10
THÉÂTRE
NEST THIONVILLE



CLÔTURE DE L'AMOUR

Dans *Clôture de l'amour*, l'auteur et metteur en scène Pascal Rambert, l'une des grandes voix du théâtre contemporain français, donne à voir une séparation en cours, avec une intensité rare. Amour, déception, amertume ; les émotions se bousculent. Les sentiments ne sont pas morts, ils bougent encore... Également chorégraphe, Rambert voit d'ailleurs sa pièce comme une danse... « Danse mentale qui met le mouvement invisible de l'âme et des nerfs sur la scène ».

Pas question pour autant ici de dialogue, pas de place à l'échange. Chacun parle à son tour, livrant un monologue sec et violent comme un coup de couteau. Ces blocs de parole d'une intensité et d'une finesse inouïe, Pascal Rambert les a écrits sur-mesure pour deux de ses fidèles comédiens, Stanislas Nordey et Audrey Bonnet. Un théâtre qui nous plonge dans le vif des cœurs et des corps.

oir WWW.NEST-THEATRE.FR

17.10

CONCERT

DEN ATELIER

CARLA BRUNI

Elle a ce petit "quelque chose" dans la voix qui la rend irrésistible. Sept ans après *Little French Songs*, Carla Bruni est de retour avec un nouvel album de chansons originales, réalisé par le dynamique et sensible Albin de la Simone. Ce disque qu'elle a intégralement écrit lui ressemble. Son tour de chant est, d'ores et déjà, le plus craquant de la saison !

oir WWW.ATELIER.LU

Du 21 au 26.10

THÉÂTRE

ROTONDES

LE GRAND VOYAGE DE GEORGES POISSON

De ville en ville, de lieu en lieu, Lucienne et Marinette se déplacent avec leur petit matériel pour raconter leur incroyable histoire. Tout commence sur une plage avec un petit bigorneau accroché à une bouteille à la mer et tout finit un tour du monde plus tard et 304 marches plus haut, dans le phare du Crabe Abandonné, le phare de Georges Poisson. La compagnie Arts & Couleurs a déjà charmé le public des Rotondes avec *La cigogne et le coucou*, *Un petit soldat de plomb et Josette*. Elle nous revient avec sa dernière production, l'histoire d'un petit imprévu qui dérègle la routine, et nous emmène ailleurs, dans l'imaginaire, vers l'inconnu, vers la grande aventure.

oir WWW.ROTONTDES.LU

CASINO 2000

Mondorf-les-Bains, Luxembourg



WALY DIA



GAD ELMALEH



AYO



ROCH VOISINE



ALAIN SOUCHON



LAURIE PERET



JEAN-BAPTISTE GUÉGAN



JÉRÉMY FERRARI



MAXIME GASTEUIL



CONSTANCE



ZAZ



JULIAN PERRETTA

WWW.CASINO2000.LU

MONDORF-LES-BAINS, LUXEMBOURG | CASINO2000.LU | TICKET-REGIONAL.LU | [f](#) [t](#) [o](#) [y](#)

Forward Flèche Love

L'artiste d'exception qui chante et transpire le féminisme sacré



03.11 ME
20:00



Prochains concerts *Forward*

Martha Da'Ro (30.10)

Portico Quartet (24.11)

Athletic Progression (07.12)



neimenster.lu

28, rue Münster +352/26 20 521



neimenster

27 octobre
ACTIVITÉ

**MUSÉE D'ART MODERNE
GRAND-DUC JEAN**



**THE GREEN EXCHANGE
MUDAMS PLANT SWAP**

“

Dorothée l'Orchidée, Rufus le Ficus et Donna la Coffea, on adore tellement les plantes au bureau qu'on leur a donné des petits noms. Et quand on a vu cet event, impossible de ne pas t'en parler ! Le principe : troc de plantes. Tu viens avec tes plantes ou des graines et BIM tu l'échanges avec des plantes déjà présentes. Ce concept est tout simplement génial, du troc green...supergreen...
Respire...

” - Elfy Pins

OI WWW.MUDAM.COM

N°2227

31.10
CONCERT
NEIMËNSTER



POL BELARDI

Pol Belardi est connu et reconnu sur la scène locale et internationale comme l'initiateur d'expériences sonores toujours surprenantes. Lors de sa résidence à neimënster, il s'est concentré sur son premier solo sur scène sans se soucier des barrières inhérentes aux styles musicaux. Il n'hésitera pas à puiser ses influences à la fois dans la musique classique et du côté spontané du jazz, mais aussi de la pop, du rock, de l'électro ou du hip-hop pour fusionner les genres.

OI WWW.NEIMENSTER.LU

La sélection d'Elfy

DE SUPERMIRO

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



Elfy Pins

FONDATRICE DE SUPERMIRO



supermiro.

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



LUXEMBOURG ART WEEK

12–14 NOVEMBER 2021 GLACIS SQUARE (FOUERPLAATZ)

MAIN SECTION

Antonella Cattani contemporary art, Bolzano

Galerie Arnoux, Paris

ART'LOFT, LEE-BAUWENS GALLERY, Brussels

ARTSKOCO Korean Connection, Luxembourg

GALERIE ALBERT BAUMGARTEN, Freiburg

Galerie Biesenbach, Cologne

Galerie Hervé Bize, Nancy

Ceysson & Bénétière, Luxembourg, Paris, Geneva, Saint-Etienne, NY

CULTUREINSIDE GALLERY, Luxembourg

DANYSZ GALLERY, Paris, Shanghai, London

DavisKlemmGallery, Wiesbaden

Galerie Eva Meyer, Paris

GALERIE ETC, Paris

Josef Philipp Galerie, Leipzig

Galerie VC&R, Antwerp, Knokke

GALERIE BERTRAND GILLIG, Strasbourg

Galerie Laurent Godin, Paris

GALERIE F. HESSLER, Luxembourg

JARMUSCHEK + PARTNER, Berlin

Bernard Jordan, Paris, Zurich, Berlin

GALERIE KLEINDIENST, Leipzig

GALERIE ANJA KNOESS, Cologne

Galerie Laurentin, Paris, Brussels

Gebr. Lehmann, Dresden

GALERIE MARIA LUND, Paris

Galerie Lelong & Co., Paris, New York

MACADAM GALLERY, Brussels

Mazel Galerie, Brussels

mediArt, Luxembourg

Luc Van Middleem Modern & Contemporary Art, Knokke

MOB-ART studio, Luxembourg

Nosbaum Reding, Luxembourg, Brussels

GALERIE OBRIST, Essen

LA PATINOIRE ROYALE/GALERIE VALERIE BACH, Brussels

Galerie Praz-Delavallade, Paris, Los Angeles

Radial Art Contemporain, Strasbourg

Galerie Rothamel, Erfurt, Frankfurt-am-Main

Schönenfeld gallery, Brussels, Antwerp

Galerie Schortgen, Luxembourg

Stems Gallery, Brussels

Valerius Gallery, Luxembourg

MAURICE VERBAET GALLERY, Knokke

galerie Nadja Vilenne, Liège

Zidoun-Bossuyt Gallery, Luxembourg

zs art galerie, Vienna

GALERIE ARIANE C-Y, Paris

Artscape, Luxembourg

GALERIE ANNE BARRAULT, Paris

Centre d'Art Contemporain du Luxembourg Belge, Buzenol delphine courtay, Strasbourg

DOUBLE V GALLERY, Marseille, Paris

Empreinte atelier de gravure, Luxembourg

FELLNER Contemporary, Luxembourg

Hariko, Esch-sur-Alzette

INTERSECTIONS, Singapore

janinebeangallery, Berlin

KUNSTVEREIN TRIER JUNGE KUNST e.V., Trier

Lymyfy Art Consulting, Luxembourg

META-MORPHOSIS, Differdange

Modulab, Metz

Galerie Netzwerk, Trier

Nosbaum Reding Projects, Luxembourg

L'Orangerie, espace d'art contemporain, Bastogne

Galerie PJ, Metz

POLARRAUM, Hamburg

Galerie Jean Louis Ramand, Aix-en-Provence, Paris

GALERIE ROBET DANTEC, Belfort

La « S » Grand Atelier, Vielsalm

Sixthfloor, Koerich

FOCUS BRUSSELS

Archiraar Gallery, Brussels

CAPS, Brussels, Antwerp, Ostend

Dauwens & Beernaert Gallery, Brussels

Galerie DYS, Brussels

Galerie Felix Frachon, Brussels

Nationale 8 Gallery, Dilbeek

Spazio Nobile, Brussels

TAKE OFF

GALLERY 1:1, Luxembourg

Adrián Ibáñez Galería, Tabio - Cundinamarca

AEDAEN GALLERY, Strasbourg

APERTO, Montpellier

www.luxembourgartweek.lu



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



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'économie

Direction générale du tourisme

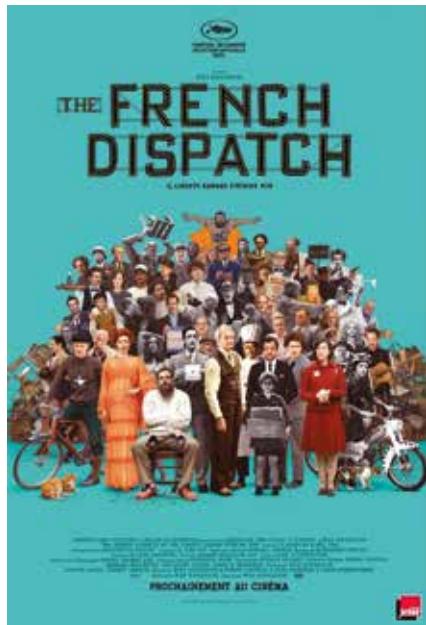


LuxembourgforFinance
Agency for the Development of the Financial Centre

LUXEMBOURG
LET'S MAKE IT HAPPEN

NEWS CULTURE

TEXTE ET SÉLECTION : GODEFROY GORDET



N°227

FILM INTERNATIONAL

THE FRENCH DISPATCH

DE WES ANDERSON

AVEC BENICIO DEL TORO, ADRIEN BRODY, TILDA SWINTON,
LÉA SEYDOUX, FRANCES McDORMAND, TIMOTHÉE CHALAMET

Le 27 octobre, enfin, la magie retrouve les toiles tendues des cinémas, autour du casting cinq étoiles du prochain film de Wes Anderson, certainement le film le plus attendu des années Covid. Dans son nouveau film, le réalisateur et scénariste américain prend pour cadre Ennui-sur-Blasé, une petite ville française fictive, ressemblant fort à celles du sud-ouest, pour y narrer de courtes histoires sorties de l'antenne française du journal américain *The French Dispatch*. Au milieu d'un XX^e siècle fait de pastelles et d'énergumènes, le rédacteur en chef Arthur Howitzer Jr (Bill Murray), expédie ses journalistes dans toute la France, en quête de sujets croustillants.

○ Sortie le 27 octobre

ALBUMS

LOVE FOR SALE - LADY GAGA ET TONY BENNETT

Monstres sacrés de la musique américaine sur deux siècles différents, Lady Gaga et Tony Bennett réactivent leur collaboration artistique pour ce divin *Love for Sale*. Rencontrés dans un concert de charité il y a 10 ans, Gaga et Bennett font de leur amitié un premier album titré *Cheek To Cheek*. Forts de ce premier succès en duo, les deux musiciens de légende retrouvent le studio pour un nouveau disque, construit autour de reprises du jazz, dont certains titres de la discographie de l'immense Cole Porter. Ainsi, à l'image du morceau *I Get A Kick Out Of You*, que l'étonnant duo revitalise avec brio, sur *Love for Sale* ils proposent 19 covers dans la même lignée.



○ Disponible (jazz)

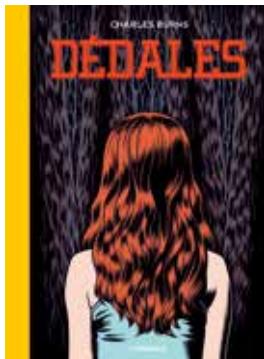
FUTURE PAST - DURAN DURAN

Alors que le groupe iconique fête ses 40 ans, il a eu la bonne idée d'enrober cet anniversaire d'un nouvel album événement : *Futur Past*. Après une quinzaine d'albums studio, dont des millions vendus, Duran Duran remet le couvert dans un disque aussi pointu qu'à son habitude, accompagné par Mark Ronson (producteur de nombreuses stars), Mike Garson (fidèle pianiste de David Bowie), Giorgio Moroder (collaborateur de Donna Summer), Graham Coxon (guitariste de Blur), ou encore Lykke Li. Et depuis 1978, son génie est toujours aussi intact, faisant sonner ce *Future Past* avec des sonorités 80's, signature du groupe, qui se montre un brin nostalgique.



○ Sortie le 22 octobre (new-wave)

LIVRE



DÉDALES DE CHARLES BURNS

Les Éditions Cornélius ont la chance de publier, en exclusivité mondiale, la nouvelle série graphique de l'illustrateur et auteur de bande dessinée Charles Burns. Signataire d'une œuvre noire, d'une inquiétante beauté, par laquelle il livre une observation acerbe de l'Amérique profonde, Burns est l'un des auteurs majeurs du 9^e art. Connu principalement pour sa série *Black Hole* (95-2004), l'Américain retrouve sa planche il y a deux ans pour ouvrir *Dédales*, une série où il nous entraîne dans les méandres de l'inconscient, à travers le personnage de Brian, un jeune réalisateur qui utilise ses rêves comme source d'inspiration. Une merveille scénaristique comme esthétique.

○| Éditions Cornélius. Disponible

LIVRE

LES FILLES MORTES NE SONT PAS AUSSI JOLIES DE ELIZABETH LITTLE



Les réponses, premier roman d'Elizabeth Little, avait su convaincre lecteurs comme critiques. Forte de ce succès, l'auteure américaine met à nouveau son style fluide et agréable au service d'un thriller paranoïaque. Dans une intrigue à suspense, Little place au centre de son récit Marissa Dahl, monteuse de films, dans une Los Angeles extravagante et délicieuse. Embauchée par un réalisateur tyrannique du nom de Tony Rees, qui tourne en film l'histoire vraie d'un meurtre non élucidé, vingt ans plus tôt, Marissa se retrouve très vite, sans y avoir été invitée, dans une captivante enquête.

○| Éditions 10/18. Sortie le 21 octobre

ACTUALITÉ LOCALE

QUICKIES

Soutenu par le Film Fund Luxembourg, avec la collaboration des sociétés de production Wady

Média et Les Films Fauves, le projet Filmreakter Quickies est né pendant la pandémie de Covid-19, pour combler un manque, celui de cinéastes en mal des plateaux de tournage. Lancée par les réalisateurs Adolf El Assal et Govinda Van Maele, l'idée est simple : 18 cinéastes reçoivent chacun 2020 € pour produire un film de 10 minutes maximum. Dès que chaque film est prêt, il est diffusé au public via plusieurs plateformes, l'officielle www.quickies.lu, et sur RTL, www.5minutes.rtl.lu. Trois films ont déjà été diffusés, quinze suivront tout au long du reste de l'année.

ACTUALITÉ LOCALE

CINEAST FESTIVAL

Le festival luxembourgeois du film d'Europe centrale et de l'Est revient après une édition hybride covid-proof qui avait consacré le film *Servants* du réalisateur slovaque Ivan Ostrochovský. Cette année, le festival se joue « comme avant » : concerts, projections, débats, conférences, expositions, seront à l'honneur, sur 18 jours, un véritable marathon ! Et comme à l'accoutumé, le CinEast déploie tout son possible pour programmer des cinéastes locaux, en lien avec la ligne artistique du festival. On retrouvera ainsi, le film *As far as I walk* de Stefan Arsenijevic, coproduit par Gilles Chanal (Les films fauves), l'épatant *The Living Witnesses* de Karolina Markiewicz et Pascal Piron, ou encore le cinglant *Bad Luck Banging or Loony Porn* du roumain Radu Jude, coproduit par Paul Thiltges Distributions.

○| Du 7 au 24 octobre 2021

ITINÉRAIRE D'UNE ENFANT SAUVAGE

L'Invention de Louvette de Gabriela Trujillo

Née au Salvador en 1981, Gabriela Trujillo vit à Paris, travaille dans le cinéma, et a déjà signé un premier ouvrage, essai consacré au cinéma de Marco Ferreri. Premier roman, tissé d'une plume fraîche et intense, *L'Invention de Louvette* est une plongée solaire dans la mémoire et l'enfance.

TEXTE : L'ÉQUIPE DE LA LIBRAIRIE ALINÉA

« Longtemps, L. a été une femme sans passé. Et voilà que maintenant elle se souvient de Louvette : soudain, il fait un temps de petite fille. » Un examen ophtalmologique, un jour d'été à Paris, L. s'entend diagnostiquer une blessure à la rétine, « un atavisme des gens de mer dans les pays chauds ». Opération, longue convalescence dans une chambre obscure, L. entame une longue et fluide nage dans l'océan de ses souvenirs.

Louvette, petite louve, est née un jour de soubresauts telluriques, dans le tumulte d'un séisme qui ravage son pays de volcans. Enfant peu désirée, venue tard, longtemps après ses sœur et frère faux-jumeaux qui savent bien peu quoi faire d'elle, Louvette choisit pour premiers

refuges le silence, l'amour de sa nounou Itzel, femme de sortilèges bienveillants qui s'exprime dans son idiome natal, ou les escapades avec Santiago, pêcheur, contrebandier d'iguanes, puis plus tard sa chienne Calli, une croisée coyote offerte non par son père, mais par « le père ».

Avec un entêtement qui devient admirable et rejoint l'effronterie lumineuse de l'héroïne, Gabriela Trujillo s'obstine à ne désigner les parents que par « la mère » et « le père ». Pas de possessif, rien qui tisse un lien entre cette enfant et ses géniteurs : une mère indifférente et splendide, un père militaire de haut rang, perdu dans l'alcool, la virilité et ses exils forcés hors d'un pays rongé par la guerre civile, tous deux finissant par se renvoyer l'enfant au gré de leurs propres séparations, à coup de voyages en avion, comme un colis qui encombre.

Ainsi grandit et s'invente Louvette : elle découvre l'école, ou plutôt l'école s'offre à elle comme une découverte, un magique et impensable réservoir d'âmes amies. Dans le prestigieux établissement - école et lycée français du Salvador - Louvette s'approprie une langue étrangère et nouvelle, contrepoint à la langue maternelle rugueuse. Louvette avance en âge, découvre qu'elle peut aimer et s'y abandonne, entière, aux limites de sa perte, portée par une foi infaillible en l'amour, en ses superstitions d'enfant qui a surmonté le délaissement.



© Francesca Mantovani

Il faut insister à ce moment sur l'éblouissante maîtrise de Gabriela Trujillo : le récit s'exploie en chapitres courts, que l'auteur entame parfois avec une hauteur de vue surprenante (elle y convoque tantôt Vasco de Gama, tantôt l'histoire contemporaine du Salvador). Jusqu'au terme de cette immersion en quête de Louvette, jusqu'à l'âge où L. et Louvette s'apprêtent à se rejoindre, sa langue exubérante célèbre sa réussite à ce jeu d'équilibriste entre la poésie de l'imaginaire enfantin et la réalité d'une jeunesse meurtrie. Prendre *L'Invention de Louvette* comme celle d'un trésor, fait puissamment sens. •



OI *L'invention de Louvette*
Éditions Verticales

DI:CE
nELLe
Città

RENATO
CARPENTIERI

SARA
SERRAIOCCO

ALESSIO
LAPICE

MARIE
JUNG

IO STO BENE

A FILM BY
DONATO ROTUNNO



SCANNEZ POUR
GAGNER

TARANTULA PRESENTS IN CO-PRODUCTION WITH
MAXMA FILM VIVO FILM IN COLLABORATION WITH RAI CINEMA
IN CO-PRODUCTION WITH ARTE G.E.I.E & VOO-BE TV
« IO STO BENE » A FILM BY DONATO ROTUNNO
WITH RENATO CARPENTIERI SARA SERRAIOCCO ALESSIO LAPICE
MARIE JUNG MAZIAR FIROUZI VITTORIO NASTRI
PRODUCED BY ELISE ANDRE DONATO ROTUNNO
CO-PRODUCED BY JOSEPH ROUSCHOP VALERIE BOURNOUNCE YILMAZ ARSLAN
MARTA DONZELLI GREGORIO PAONESSA EXECUTIVE PRODUCER KARIM CHAM SCREENPLAY BY DONATO ROTUNNO
DIRECTOR OF PHOTOGRAPHY JEAN-FRANCOIS HENGSENS PRODUCTION DESIGNER IGOR GABRIEL
COSTUMES MAGDALENA LABUZ MAKE-UP ARTIST & HAIR STYLIST SANDRA CAMPISI & KATJA REINERT
KEY SOUND PAUL MAERNOUTT SCRIPT SUPERVISOR LEENDA MAMOSA EDITING MATIAS VERESS
SOUND EDITOR INGO DUMLICH MIXING MICHEL SCHILLINGS ORIGINAL MUSIC MASSIMO ZAMBONI
WITH THE SUPPORT OF FILM FUND LUXEMBOURG WITH THE SUPPORT OF THE TAX SHELTER OF THE BELGIAN FEDERAL GOVERNMENT
CASA KAFKA PICTURES MOVIE TAX SHELTER EMPOWERED BY BELFIUS WITH THE PARTICIPATION OF WALLIMAGE (WALLONIA)
WITH THE SUPPORT OF MFG - MIBACT - DIREZIONE GENERALE CINEMA E AUDIOVISIVO REGIONE PUGLIA UNIONE EUROPEA POR PUGLIA FESR-FSE 2014-2020
APULIA FILM COMMISSION REGIONE LAZIO - FONDO REGIONALE PER IL CINEMA E L'AUDIOVISIVO INTERNATIONAL SALES MPM PREMIUM

CLO
CHE
DOR
SHOPPING CENTER
LUXEMBOURG



AU CINEMA LE 13 OCTOBRE



Lutte contre les signes de l'âge SI LE SECRET DE LA LONGÉVITÉ SE TROUVAIT AU JAPON ?

Ce matin, réveil du bon pied avec l'envie de changer le monde, deux, trois étirements au saut du lit et direction la salle de bains au son de *Girls Just Want to Have Fun*. Et là, c'est le drame ! Cette petite ride au coin des yeux n'était pas là hier soir, et ce n'est pas une trace d'oreiller. Le bon mood de la journée est fichu... Girl just wants to stay young...

TEXTE : ALISSIA LEJEUNE

Des moyens de rester jeune dans sa tête, il en existe des milliers. Physiquement c'est une autre paire de manches. Le temps s'installe sur notre peau sans permission aucune et agit un peu comme bon lui semble. Une ride par-ci, une ride par-là, des poches sous les yeux, et des taches qui s'invitent à la fête... C'en est trop et l'industrie cosmétique a bien compris notre désarroi quand elle nous attire à coups de crèmes anti-âge, de soins 3 en 1 et autres miracles repulpants, ressortants et revigorants. Les rayons débordent de formules magiques et nous ne savons plus où donner de la tête pour concocter notre routine beauté. Au départ, nous voulions juste une petite crème effet peau lisse, pas une migraine. Par solidarité, nous nous sommes données pour mission de trouver les bons plans et astuces en matière de cure de jouvence, et c'est naturellement que nos yeux se sont posés sur le pays du Soleil Levant.

OKINAWA, L'ARCHIPEL DE LA JEUNESSE ÉTERNELLE

Au sud-ouest du Japon, l'île d'Okinawa est réputée pour abriter le plus grand nombre de centenaires au monde. Si de manière générale les pays d'Asie sont moins touchés par les maladies cardiovasculaires ou par les cancers, le mode de vie des populations est reconnu pour privilégier une certaine

longévité. Côté beauté, il y a également beaucoup à apprendre des petits secrets d'Okinawa. Sur l'archipel, nous trouvons des plantes assez méconnues en Occident, dont les vertus seraient exceptionnelles contre les signes de l'âge. Le getto, aussi appelé « fleur du paradis », est connu depuis des siècles au Japon pour ses propriétés anti-âge. Elle est efficace non seulement lorsqu'elle est consommée, mais aussi appliquée sur la peau pour lutter contre les rides. Elle regorge de resvératrol, un antioxydant puissant qui aide à ralentir le vieillissement cutané. Certaines marques de cosmétiques ont d'ores et déjà ajouté cet ingrédient miracle à leur cure de jouvence, notamment en crème, en élixir ou en roll-on pour le contour des yeux comme chez Cinq Mondes ou Bijin.

Dans la famille des plantes encore trop rares, il faut également mentionner l'ashibata, ou « fleur de demain ». Issue de la lignée des carottes, elle se retrouve souvent dans les boissons healthy très prisées au Japon. Une étude publiée en 2019 dans la revue scientifique *Nature Communications*, a identifié un flavonoïde dans l'ashibata, un composé naturel présentant des propriétés anti-âge. Décidément, le pays des centenaires semble très fertile en matière de plantes miracles.

“
Au sud-ouest du Japon,
l'île d'Okinawa est réputée pour
abriter le plus grand nombre
de centenaires au monde

”
LE POUVOIR DU THÉ VERT
Nous savions déjà que le thé vert regorgeait de bonnes intentions pour notre corps, mais à ce point-là, pas sûr. Dans une routine beauté, le thé est le parfait allié. Il faut savoir que les feuilles de thé sont riches en polyphénols, de supers antioxydants efficaces pour neutraliser les radicaux libres responsables du vieillissement prématué des cellules cutanées. Les cosmétiques à base de thé sont donc l'idéal pour lutter contre le relâchement de la peau et lui redonner toute son élasticité. Il pourrait s'arrêter là, mais non, le thé vert est aussi efficace pour apaiser la peau grâce à ses propriétés anti-inflammatoires. Vous pouvez le trouver en poudre ou en huile végétale, mais sachez que vos petits sachets sont tout aussi utiles. Après un passage au réfrigérateur,

appliquez-les sur les yeux pour atténuer vos cernes et vos poches. Un regard moins fatigué grâce à un sachet de thé rafraîchissant, que demander de plus ?

LE TEMPS, LA CLÉ DE LA BEAUTÉ

Et si prendre du temps pour soi était la clé ? En tout cas, c'est bien ce que prônent les femmes du côté du Soleil Levant. Pas question d'utiliser du 3 en un, le rituel est un mille-feuille de soins – le Saho – qui consiste à superposer les soins en respectant un temps d'application. Alors oui, dans notre emploi du temps au cordeau on est un peu short pour appliquer nettoyants, lotions, sérum, crèmes et autres couches, mais on peut tout de même se faire du bien facilement grâce aux masques en tissu qui envahissent nos magasins. Ces masques imbibés d'huile de soin ou d'essence florale, inspirés des rituels beauté des geishas, sont une bonne alternative pour hydrater et raffermir sa peau et redonner de l'éclat à son teint. En à peine 10 minutes et tout en vaquant à ses occupations. La seule contrainte est de choisir son masque parmi des centaines de formules. Abricot, coco, choco... Tout ça donne faim.

UN SHIATSU DU VISAGE

À un certain point nous commençons à nous dire qu'il n'y a que les petites aiguilles et quelques produits qui



pourront nous sauver du temps qui file. Mais en fait non, nous pouvons encore piquer quelques astuces au Japon, bien plus naturelles. Le Kobido, par exemple, un massage ancestral développé au XV^e siècle par des maîtres de l'Anma (ancêtre du shiatsu) pour satisfaire les désirs de l'impératrice. Ces gestes précis, qui tonifient les muscles du visage et stimulent la circulation énergétique, se transmettent avec exigence depuis 26 générations. Le Kobido s'apparente à une chorégraphie avec des variations de vitesses et

d'intensité pour garantir un lifting naturel. Il permet de rééquilibrer le corps et l'énergie vitale en agissant sur le Yin (côté droit, relié aux viscères) et le Yang (côté gauche, relié aux organes). Ainsi, le visage retrouve toute sa lumière et dit au revoir aux effets du stress. Si peu de disciples dans le monde pratiquent cet art traditionnel, certains instituts ont heureusement adopté ce soin particulièrement efficace dans la perpétuelle lutte contre les signes de l'âge. Une quête sans fin. •

IL N'EST JAMAIS TROP TÔT POUR COMMENCER À PRENDRE SOIN DE SOI

Mieux vaut prévenir que guérir. L'adage n'a jamais été aussi vrai, car pour ralentir les signes de l'âge autant commencer le plus tôt possible. Prendre soin de sa peau dès la vingtaine alors qu'il n'y a encore aucun dommage c'est lui donner un coup d'avance. Outre les crèmes au collagène et autres sérum, il existe plusieurs habitudes assez simples à

appliquer avec un peu de volonté. D'abord, faites attention à votre mode de vie, car il reflète votre peau. Doucement sur l'alcool et le tabac et on fait attention à son assiette. Les aliments trop sucrés stimulent la production de sébum et donc les boutons, le sel assèche la peau et rend le teint gris tandis que la viande rouge dilate les pores.

Rien de très chouette en somme. Privilégiez les fruits et les légumes verts, oranges, jaunes et rouges, cuits à la vapeur pour conserver tous les nutriments et oligo-éléments. Et nous ne le dirons jamais assez, votre meilleure alliée en toute circonstance, c'est l'eau. Vous vous remercierez plus tard.



INSTITUT MON SECRET BEAUTÉ



NOS PRESTATIONS

Soin & beauté du regard
teinture - extension de cils
et rehaussement des cils misenlift...

Soin & beauté des mains
manucure brésilienne - vernis semi-permanent - gel
et pose de capsules...

Soin & beauté des pieds

Soins du visage
soins hydratation - purification de la peau -
haute fréquence et soins anti-âge avec la gamme Thalgo®

Épilation à la cire



PRENEZ RENDEZ-VOUS DIRECTEMENT
SUR WWW.SALONKEE.LU



9 rue d'Arlon L-7513 Mersch – Tél. : 26 32 22 12



MAISON DE LA BEAUTÉ

SKIN CARE AND BEAUTY

LA SCIENCE
AU SERVICE
DE LA BEAUTÉ



CONFIEZ
VOTRE PEAU À
DES EXPERTS

PROBLÈME DE PEAU ?
NOUS TRAITONS :
L'HYPERPIGMENTATION,
LE VIEILLISSEMENT,
L'HYPERSENSIBILITÉ,
LA ROSACÉE, L'ACNÉ
JUVÉNILE
OU HORMONAL,...



Leader du soin dermatologique clinique
et du peeling depuis plus de 30 ans, PCA skin® est
mondialement reconnue pour ses innovations et ses résultats
prouvés. Notre institut propose des solutions adaptées
aux problèmes de peau grâce à leur gamme de soins
professionnels. Diagnostic sur rendez-vous.

PCA skin®
just the experts

Retrouvez-nous sur

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

Les soins à adopter

DANS SA MISSION ANTI-ÂGE

L'île des centenaires fait rêver, les aliments sains qui ne poussent qu'au pied du Mont Fuji aussi, mais rassurez-vous, il n'est nul besoin d'aller aussi loin pour prendre soin de sa peau. Laboratoires cosmétiques et instituts nous connaissent par cœur et innovent sans cesse pour nous proposer les meilleurs traitements anti-âge. Petit tour d'horizon.

TEXTES : ALISSIA LEJEUNE



N°227

LE MICRONEEDLING

Petit cours de langue, « needle » signifie « aiguille » dans la langue de Shakespeare. Aussi la technique du microneedling consiste à pratiquer des micro perforations sur la peau avec une sorte de stylo électrique, surmonté de micro-aiguilles très fines. L'intérêt est de stimuler la peau en relançant la production d'élastine et de collagène et de nourrir les couches

superficielles du derme de principes actifs comme les vitamines ou l'acide hyaluronique. Des principes actifs anti-âge qui pénètrent la peau sans injection.

Bon alors oui, à priori ça pique un peu (un peu plus même...), mais il existe des crèmes anesthésiantes à appliquer une heure avant la séance. Et puis après tout, ne dit-on pas qu'il faut souffrir pour être belle ? Si on connaissait celui qui a dit ça...

Après la séance, la zone traitée peut laisser apparaître des rougeurs passagères. L'essentiel à retenir est de prendre soin de sa peau avec une protection solaire, éviter toute source de chaleur et d'appliquer un petit baume réparateur. Pour un grain de peau plus fin, une peau plus douce, un effet liftant et lumineux, mais aussi contre les tâches et les cicatrices, le microneedling est une belle solution, à condition de ne pas s'arrêter à une séance.

LE RÉTINOL, AMI OU ENNEMI ?

Cela fait plus de 25 ans que l'on en entend parler et contrairement à nous, il n'a pas pris une ride. Le rétinol est toujours considéré comme l'actif le plus efficace contre les signes de l'âge. Efficace contre les dégâts causés par le soleil, il favorise également la production de collagène et estompe l'apparence des pores. C'est pourquoi, malgré la prolifération de nouveaux produits et tendances anti-âge, il reste plébiscité par les laboratoires et les instituts. Issu de la famille des rétinoïdes, composés chimiques dérivés de la vitamine A, il agit contre le vieillissement de la peau : nos petites rides, nos tâches, notre teint terne et l'élasticité de notre peau. Ne serait-ce pas une sorte de meilleur ami en somme ? Oui et non.

LE SPÉCIALISTE DE L'ANTI-ÂGE

Il s'agit de l'utiliser à bon escient, car le rétinol peut être agressif pour la peau quand vous l'utilisez pour la première fois. Il n'est pas toléré par tout le monde et sa réputation en a pris un petit coup avec l'arrivée en fanfare de l'acide hyaluronique et toutes ses promesses. S'il fait ses preuves contre le vieillissement cutané, il est à utiliser avec modération et toujours avec l'avis d'un professionnel.

QUEL RITUEL ADOPTER EN FONCTION DE SON ÂGE ?

Il ne faut pas oublier qu'une peau qui n'a pas le même âge, n'a pas les mêmes besoins. Si c'est une très bonne idée d'adopter une routine anti-âge dès la vingtaine, il s'agit de ne pas fragiliser sa peau pour lui permettre d'affronter les années.

Entre 20 et 30 ans, la mission est à la prévention. Hydratez votre jolie peau rebondie au maximum pour maintenir sa fraîcheur. Pour cela, optez pour une crème de jour à base de glycérine, d'acide hyaluronique ou même de sucre. Prêtez une attention toute particulière au contour des yeux, une zone où la peau est très fine et fragile. Les pattes d'oeie, non merci. Et le B.A-BA reste la protection solaire, souvent boudée par la jeunesse qui préfère optimiser son bronzage au risque d'accumuler quelques coups de soleil et un nez qui pèle...

À 40 ans, c'est l'heure de compter ses premières petites rides et de cacher trois ou quatre bougies sous la table. Pas de panique, la baisse de production de collagène et d'élastine est tout à fait normale et le monde de la cosmétique est assez armé pour la combattre : crèmes de jour à base d'actifs lissants, peptides, vitamines C, soins antioxydants ou encore sérum anti-âge... Il existe toute une panoplie de produits à adopter dans sa cure de jouvence, le principal étant de cibler ses priorités en « écoutant » sa peau. Un conseil, appliquez vos crèmes généreusement jusque dans le cou et au niveau du décolleté.

À l'aube des 50 printemps, la peau perd de sa tonicité et là aussi rien de nouveau sous le soleil. Et puis, si vous avez bien suivi votre routine anti-âge depuis vos 20 ans, vous devriez tout de même afficher une mine éclatante, car la beauté ne s'efface pas avec les années. Ce n'est pas le moment de relâcher les efforts pour autant, il est temps de passer aux soins tenseurs pour renforcer l'élasticité de la peau. Vous pouvez miser également sur les formules à l'acide hyaluronique pour une hydratation optimale. Et surtout, n'oubliez jamais de sourire, c'est sûrement le meilleur effet liftant qui existe et c'est gratuit.●



OFFRE D'OCTOBRE 2021
10% DE REMISE SUR LE 1^{ER} SOIN
ET 20% POUR LA CURE DE 5 À 6 SÉANCES

NOS TRAITEMENTS ANTI-ÂGE

Le microneedling régénère le grain de la peau, la revitalise et prévient du vieillissement cutané. Il réduit les tâches, les cicatrices d'acné et les pores dilatés.

Le peeling améliore le teint, atténue les cernes et l'acné ainsi que les ridules.

Le masque enzymatique resserre les pores, et affine le grain de peau pour un teint illuminé. Il hydrate, apaise et repulpe la peau.

Le soin pur rétinol est l'un des meilleurs et puissants actifs anti-âge sur le marché.

103A Boulevard J-F Kennedy, L-4950, Bascharage

Tél. : 26 50 12 36 / GSM : 661 110 454

www.institutnorakeser.lu /

ON A TESTÉ POUR VOUS**ABEILLE ROYALE
Advanced
Huile-en-eau Jeunesse**

N°2227

Pour sa nouvelle huile anti-âge, Guerlain a mis en bouteille plus de 10 ans de recherches concentrées sur les pouvoir réparateurs du miel. Tout de doré vêtu, le flacon renferme une essence divinement sucrée et des billes d'or scintillantes façon boule à neige royale. Capturé à l'aide d'une pipette siglée reine des abeilles, le sérum promet une réparation de la peau 9 fois plus rapide dès les premières gouttes et une hydratation éclaire après seulement 6h d'utilisation. Miracle ?

ALISSIA LEJEUNE

**ALISSIA LEJEUNE***Les plus*

Le flacon sans hésiter. Guerlain signe là un très bel écrin en verre pour son huile à la cire d'abeille dont les paillettes d'or reposent au fond du flacon et tourbillonnent délicatement lorsqu'il est secoué. Envoûtant. Le parfum ensuite, très gourmand, est un plaisir pour les sens.

Les moins

Je suis un peu déçue par la texture de l'huile qui reste collante sur le visage et n'offre pas de sensation de fraîcheur.

**JULIE KIEFFER***Les plus*

Odeur addictive, je suis fan. L'Huile-en-eau Jeunesse Abeille Royale est une combinaison entre un sérum et une huile à appliquer avant sa crème. Ne graisse pas la peau, elle a la texture d'une huile à l'application mais la sensation d'une eau sur la peau. Délicat à décrire, je vous conseille de tester cet illuminateur de peau.

Les moins

La pipette : personnellement, je trouve toujours que c'est une perte de temps et de matière.

**CÉCILE GENAY***Les plus*

Le flacon est sublime, une fois ouvert il libère un parfum léger et frais, j'ai adoré. Les microbilles se mélangent parfaitement avec le sérum et dès l'application, fondent sur le visage, c'est une pure merveille. Au bout de quelques jours, j'ai pu constater un vrai effet liftant. Les marques au niveau de mon front se sont estompées et ma peau est plus ferme et lumineuse.

Les moins

L'effet collant après l'application et le prix un peu élevé.

**MARIA PIÉTRANGELI***Les plus*

Un flacon en verre d'une élégance remarquable, doté d'une pipette pour ne prélever que la dose nécessaire. Une huile en eau, parsemée de micro-billes, dont la couleur et l'odeur rappellent le miel. Moment de soin privilégié rehaussé par de sublimes effluves. Appliquée correctement, le sérum se diffuse sur la peau et l'hydrate sans laisser de traces grasses. Les effets sont visibles rapidement. La peau devient éclatante de santé, au fil des semaines, la peau est lissée, visiblement repulpée.

Les moins

Les premières applications ont été catastrophiques. Ne sachant pas doser le sérum, j'avais la peau luisante le matin et le soir.



SUBLIMEZ VOTRE REGARD AVEC BOBBI BROWN.

Découvrez le Long Wear Cream Shadow Stick.

Un fard à paupière stick tout-en-un et longue tenue. Un véritable produit miracle !

Il suffit de le faire glisser et c'est parti. Cette formule ne s'effrite pas et tient pendant 8 heures. Retrouvez-le dans nos boutiques Paris 8.

BOBBI BROWN

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

MUST-HAVE

SENSATION INOUBLIABLE



Aqua di Parma, c'est la passion de créer des compositions olfactives, vibrantes d'émotions et qui racontent une histoire unique. Une sensation olfactive extraordinaire. Des notes puissantes et enveloppantes de l'Oud sont associées à des tons chauds épices de cannelle et de clou de girofle pour une création originale. En effet, Oud & Spice voit le jour autour de la variété la plus rare et précieuse de l'huile du bois d'agar, obtenue à partir de la résine de l'aloès. *Oud and Spice. Aqua di Parma.*

01

02



PRÉPAREZ-VOUS À BRILLER !

N°227



03

Faire de chaque jour, de chaque nuit, un moment de tapis rouge.... Inspirés par l'âge d'or du glamour hollywoodien, ces kits dignes d'une célébrité ont été conçus pour vous donner un coup de projecteur prêt à regarder partout où vous allez. Un kit complet pour les yeux avec une palette de huit couleurs inédites en édition limitée, eye kohl in prunella et in extreme dimension 3d black Flash mascara en 3d black. *New Flash Limited Éditions.*

QUATRIÈME



SENSUALITÉ

Parfum iconique d'Annayake, Tomo her s'est imposé comme un « classique » de la parfumerie contemporaine. La sensualité solaire de ses accords orientaux et musqués, offre un portrait de la séduction féminine. Sans intensité pas de passion, sans passion pas d'intensité : aussi cette nouvelle édition limitée propose-t-elle une variation intense de la fragrance originale. *Tomo Her. Intense. Annayake*

05



JEUNESSE ÉTERNELLE

Le vieillissement est un processus naturel qui ne peut être arrêté, en revanche, il peut être ralenti. Les scientifiques de Lancôme ont découvert l'AMPK qui existe dans chacune de nos cellules et qui est capable d'atténuer le vieillissement et de prolonger la jeunesse cellulaire.

Ils ont identifié un ingrédient naturel puissant, riche en composés végétaux, qui active l'AMPK – et, par conséquent, les mécanismes de jeunesse de la peau. Cet ingrédient extraordinaire n'est autre que la Rose Perpétuelle AbsolueTM, un actif capable de réactiver l'AMPK. Après 4 semaines, votre peau semble visiblement plus jeune. *Absolue le serum. Lancôme.*

FINESSE

Une huile fine et légère, qui se transforme en une émulsion lactée au contact de l'eau. Cette huile nettoyante élimine le maquillage, même waterproof, l'excès de sébum et les résidus de la pollution extérieure. Elle convient à tous les types de peau, même les plus sensibles ou les plus grasses. L'Huile lactée est exceptionnellement riche, nettoie et hydrate la peau en profondeur. *Huile lactée. Pier Augé.*

L'équilibre des sens, POUR UN MOMENT DE BIEN-ÊTRE

Dans une ambiance invitant à la détente et à la relaxation, au cœur d'un espace cosy ouvert sur la nature environnante, Isabelle Debras vous chouchoute au sein de son institut de beauté « L'équilibre des sens ».

C'est au cœur d'une nature préservée, dans le petit village de Harlange, près du lac de la Haute-Sûre, qu'Isabelle Debras vous accueille dans son institut pour un réel moment d'apaisement et de douceur.

Esthéticienne diplômée, Isabelle dispose d'une large expérience dans le domaine. Après avoir travaillé durant plusieurs années dans différents instituts au Luxembourg, elle vous reçoit désormais dans son propre centre esthétique, « L'équilibre des sens », ouvert en mai 2021.

DES SERVICES POUR PRENDRE SOIN DE VOUS

« L'équilibre des sens » vous propose une gamme de prestations qui vous apporteront relaxation et sérénité : soins du visage, des mains, des pieds, teinture ou rehaussement des cils et des sourcils, massages et gommages du corps, rituels complets ou encore épilations.

Désireuse d'offrir toujours plus de bien-être à ses clientes, Isabelle se forme également à la pédicure médicale et à la réflexologie plantaire, des soins qu'elle sera en mesure de dispenser tout prochainement. « Ma volonté est vraiment de prendre le temps pour chacune de mes



clientes, de les dorloter, de leur offrir un instant cocooning dans leur quotidien », explique Isabelle.

DES PRODUITS SAINS, RESPECTUEUX DE VOTRE PEAU

À « L'équilibre des sens », chaque soin est personnalisé, de manière à répondre au mieux aux besoins spécifiques de votre peau, qu'elle soit fragile, terne, sèche, grasse ou mature. « Pour ce faire, j'ai choisi de m'appuyer sur la gamme de produits 'Bio by Oxalia' », précise Isabelle. « Il s'agit de produits aux textures variées et aux senteurs délicates, qui sont fabriqués

en France, dans une démarche éthique et responsable. Les produits sont gorgés d'ingrédients actifs. Ils sont également composés à 99 % d'ingrédients naturels et à au moins 50 % d'ingrédients bio, de manière à combiner efficacité, plaisir lors de l'application et composition saine. »

Crème, lotion, huile, sérum, gommage, masque, produits minceur, solaires ou encore pour hommes... la marque regroupe quelque 70 références, à des prix raisonnables. Et pour celles qui souhaiteraient prolonger l'expérience vécue à « L'équilibre des sens » à la maison, les produits utilisés sont en vente à l'institut.

PRENEZ RENDEZ-VOUS EN QUELQUES CLICS

L'équilibre des sens vous donne la possibilité de prendre rendez-vous directement par Internet, à tout moment, via le site web www.salonkee.lu.

VOUS SOUHAITEZ VOUS ACCORDER UN MOMENT DE BIEN-ÊTRE ?

51, rue Laach, L-9655 Harlange · Tél. : +352 28 79 55 50 · GSM : 691 134 733

info@lequilibredessens.lu · www.lequilibredessens.lu

L'institut est ouvert du mardi au samedi sur rendez-vous



LE SOMMEIL

UN ALLIÉ BIEN-ÊTRE

Parce qu'il est nécessaire au bon fonctionnement de l'organisme et que, lorsqu'il est de qualité, il nous garantit d'avoir la banane, on met tout en place pour profiter d'un sommeil réparateur. Exit l'insomnie !

TEXTE : MAGALI EYLENBOSCH



N°227

Le manque de sommeil entraîne de nombreuses conséquences, toutes moins réjouissantes les unes que les autres. Outre la fatigue chronique, il provoque des difficultés au niveau de l'attention et de la concentration, a des conséquences plus ou moins importantes sur la vision, l'humeur et la capacité d'apprentissage. À plus long terme, il nous rend irritable, voire dépressifs, peut induire de l'hypertension artérielle, une importante prise de poids, l'augmentation de la sensibilité à la douleur et une immunodéficience. Ces dernières années, les consultations médicales pour problèmes d'endormissement ont explosé. On peut carrément parler de « mal du siècle ». Ce déclin est sans doute dû à l'hyperstimulation permanente. Pourtant, pour tomber dans les bras de Morphée en toute quiétude et retrouver un cycle activité/repos convenable, plusieurs choses peuvent être mises en place.

APPRENEZ À VOUS CONNAÎTRE

Nous ne sommes pas tous égaux face au sommeil. Alors que certains se contentent relativement bien de six heures, d'autres ont besoin de 10 heures, parfois plus, pour être requinqués. Le temps de sommeil moyen est désormais passé en dessous

de la barre des 7 heures. Un seuil qui est pourtant recommandé pour être d'attaque. Nous avons souvent tendance à assimiler le sommeil à de l'improductivité. C'est bien mal connaître les besoins d'un corps humain. Pour savoir si votre sommeil est suffisant et réparateur, analysez vos réactions. Est-ce que vous vous réveillez spontanément et plutôt en forme ? Êtes-vous généralement de bonne ou de mauvaise humeur ? Ressentez-vous une baisse d'énergie en milieu de matinée ? Avez-vous besoin d'une sieste pendant la journée ? Dormez-vous beaucoup plus le week-end ou pendant les vacances ?

UNE LITERIE DE QUALITÉ

Même s'il est plus excitant de réservier un budget plaisir à l'achat d'un sac ou d'une paire de chaussures, s'offrir une literie zéro défaut n'est pas un luxe. Pour bien la choisir n'hésitez pas à faire appel à un professionnel qui vous conseillera un matelas et un sommier ni trop ferme, ni trop molleux, en fonction de votre corpulence et de celle de votre conjoint. Idem pour les oreillers, la couette et le linge de lit. Leur matière et leur épaisseur auront une influence non négligeable. Veillez également à aérer votre chambre chaque jour et maintenez la température aux alentours de 19°.

LA RÉGULARITÉ EN LIGNE DE MIRE

Le sommeil n'est pas seulement une question d'horaires, mais aussi de rituels. Le soir, veillez à vous détendre. Le sport, c'est bien, mais plutôt le matin ou en fin d'après-midi. Évitez les excitants après 17 heures, ne mangez pas trop tard et privilégiez les repas légers. Dans la mesure du possible, fixez-vous une heure pour vous mettre au lit, même si la dernière série Netflix est particulièrement addictive. Réveillez-vous en douceur. Une sonnerie agressive et un petit déjeuner pris sur le bord d'une table vont hypothéquer votre



N.227

bénéfice sommeil. Au contraire, prenez le temps de vous étirer comme un chat, au rythme d'une musique douce, passez un long moment sous la douche et restaurez-vous de façon équilibrée.

“

Ces dernières années, les consultations médicales pour problèmes d'endormissement ont explosé. On peut carrément parler de « mal du siècle »

”

EFFET D'AMBIANCE

La règle d'or, c'est d'éviter tout ce qui peut vous énerver. On s'en fiche un peu du dernier débat concernant le vaccin sur Facebook ! D'une manière plus générale, éteignez vos écrans au moins

une heure avant de vous mettre au lit. Plus compliqué : ne ressassez pas les problèmes qui vous ont pourri la journée. Une insomnie ne les réglera pas. Buvez une tisane. Il en existe pour tous les goûts. La passiflore est appréciée pour ses vertus anxiolytiques. La valériane a des vertus calmantes et la mélisse, un brin anisée, calme l'agitation. Mais il y a aussi la fleur d'oranger, le tilleul, le houblon ou la verveine odorante. Vous trouverez d'excellents mélanges en herboristerie ou dans les magasins bios. Si vous n'arrivez pas à boire « nature », sucrez plutôt votre tisane avec une cuillère de miel. Profitez-en aussi pour lire un bon livre, pour méditer ou écouter une musique douce. Le tout sous un éclairage apaisant.

STOP AUX MÉDOCS !

Ne cédez pas à la solution de facilité qui consiste à se goinfrer de somnifères. Plus vous en consommerez, plus vous en dépendrez, et moins vous dormirez. Excepté en cas de troubles sévères et sous contrôle médical, on privilégie les méthodes naturelles. •

SANTÉ

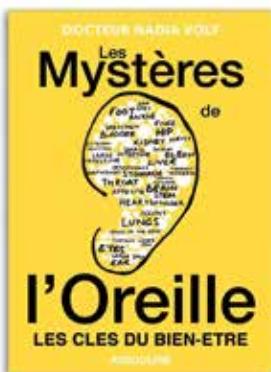
et si tout se jouait dans l'oreille ?

TETE : LISA BEYS

AURICULOTHÉRAPIE

De plus en plus reconnue, l'auriculothérapie consiste à implanter des petites aiguilles dans le pavillon de l'oreille, considérée comme une cartographie du corps humain répertoriant un réseau complexe de points reliés au système nerveux central. Cette méthode est particulièrement efficace dans la prise en charge des douleurs de type neuropathiques, ainsi que pour la gestion du stress, des troubles digestifs fonctionnels, de l'anxiété, ou de l'insomnie.

En savoir plus : Nadia Volf,
Les Mystères de l'oreille, éditions Assouline.



Sonothérapie

Et si on vibrat grâce aux bols tibétains ? Avec la sonothérapie, ou thérapie par les vibrations sonores (gongs, bols, voix), il est possible d'accéder à une forme de bien-être physique et mental. L'oncologue américain Mitchell Gaynor, auteur de *Sons de guérison* (éd. de l'Aigle), a fait appel dès les années 1990 à la sonothérapie pour apaiser la douleur de ses patients.

On s'abonne sans attendre à la chaîne Youtube « Silence sonore », pour des voyages apaisants.

Dites adieu au coton-tige jetable

Trop utilisé, ce dernier peut favoriser les bouchons de cérumen. Écologique, économique et durable : on priviliege le cure-oreille ! Au bout d'une tige, une extrémité délicatement arrondie

(en cuillère, en spirale ou à picots) permet de recueillir le cérumen en douceur, et retire juste le surplus. Peu onéreux (entre 1 et 10 euros), cet objet révolutionnaire se trouve en pharmacie et

en magasins écologiques. Il est souvent composé d'inox ou de bambou (très simple à laver) pour une hygiène optimale. Il peut s'utiliser pendant des mois, voire des années !



BahlSEN



PERPETUM

Une gaufrette
légère et croustillante
enrobée de chocolat au lait.



BAHLSEN BY DESIGN

TET

AUTO-MASSAGE

A priori, ce n'est pas la première zone à laquelle on rêve pour un massage ! Pourtant, se frictionner doucement l'extérieur de l'oreille en descendant jusqu'au lobe aurait la faculté de nous mettre un bon coup de fouet. À tester notamment lors du coup de barre d'après déjeuner ! Le massage auriculaire s'avère également efficace pour réduire notre niveau de stress qui engendrerait une tension physique et émotionnelle.

LE CHIFFRE

**Entre
50 € &
125 €**

C'est le prix moyen d'une séance d'auriculothérapie.

LA NOUVELLE TENDANCE : LES BOUGIES AURICULAIRES

On ne voit plus qu'elles sur les réseaux sociaux ! À grand renfort de codes promo, les influenceurs vantent les mérites de ces bougies d'oreilles, censées opérer un nettoyage en profondeur grâce à leur action émolliente et calorique sur le cérumen. Si aujourd'hui, ces petites bougies creuses d'une vingtaine de centimètres sont utilisées dans de nombreux pays par des adeptes de la médecine douce, leur efficacité fait débat. Pire encore, certains spécialistes appellent au boycott, les jugeant dangereuses.

N°227



UNE ALIMENTATION ADAPTÉE

Certains aliments pourraient retarder la déficience auditive liée à l'âge. Des apports importants en oméga-3 (poisson gras, avocat, huile de colza) ont été associés à une diminution du risque de perte auditive chez les femmes et les personnes de plus de 50 ans. De même, le bêta-carotène (carottes, patate douce, poivrons rouges), la vitamine C et le magnésium (légumes verts, céréales complètes, oléagineux) favoriseraient une bonne audition. Adopter ces bons réflexes, c'est déjà prendre soin de ses oreilles !

LUXEMBOURG GLUTEN FREE,

le paradis du sans gluten

Vous ou l'un des membres de votre famille souffrez de la maladie cœliaque ? Vous êtes intolérant au gluten ? Ou tout simplement, vous aimeriez réduire votre consommation de gluten au quotidien ? Luxembourg Gluten Free est une véritable mine d'or pour tous ceux qui sont à la recherche de produits sains et variés sans gluten !

De plus en plus d'individus souffrent de la maladie cœliaque ou sont sensibles au gluten. De nombreuses personnes, bien qu'elles n'y soient pas intolérantes, choisissent aussi de réduire ou d'éliminer le gluten de leur alimentation pour les effets bénéfiques sur le corps qu'elles peuvent ressentir, particulièrement au niveau de la digestion et de l'énergie.

Pour autant, l'offre en produits sans gluten dans les commerces traditionnels au Luxembourg reste limitée. Luxembourg Gluten Free y remédie ! Cette boutique en ligne regroupe plus d'une centaine de références sans gluten. Pâtes de toutes sortes, gnocchi, biscuits, pains, wraps, farines, mélanges pour pâtisseries, crackers, grissini ou encore bières... le choix est vaste !

TROUVER FACILEMENT DES PRODUITS SANS GLUTEN

« L'idée de créer cette plateforme d'e-commerce est née durant le confinement, l'année dernière, explique Viktoriya Gavrysyuk, la co-fondatrice de Luxembourg Gluten Free. J'avais passé plusieurs heures à chercher des feuilles de lasagnes sans gluten dans les magasins car mon compagnon est cœliaque et nous



mangeons donc tous sans gluten à la maison. De cette frustration de ne pas avoir trouvé ce que je recherchais est née Luxembourg Gluten Free quelques mois plus tard, en juin 2020. »

À travers cette boutique en ligne et les aliments qui y sont proposés, Viktoriya veut aussi permettre aux personnes qui suivent un régime sans gluten de ne pas se sentir exclues, et tout particulièrement les enfants.

« Avec ces produits, ils peuvent eux aussi cuisiner ou faire de la pâtisserie avec leurs copains et copines ou leurs parents », précise Viktoriya.

QUI A DIT QUE MANGER SANS GLUTEN ÉTAIT MOINS SAVOUREUX ?

Tous les produits proposés sur Luxembourg Gluten Free sont choisis avec soin par Viktoriya et son partenaire pour leur qualité nutritive et gustative.

« Notre souhait est d'apporter de la variété à votre table et de vous démontrer que les produits sans gluten peuvent être savoureux, en plus d'être sains, explique-t-elle. Pour l'instant, nous travaillons uniquement avec des producteurs italiens – l'Italie offre un très grand nombre de produits sans gluten – mais nous avons pour ambition d'étendre notre gamme, notamment en intégrant des producteurs d'autres pays. »

Luxembourg Gluten Free aimerait également compléter son assortiment avec du pain frais et des pâtisseries, des produits qui restent difficiles à trouver sur le marché local. Et pourquoi pas, à terme, ouvrir un établissement physique ?

VOUS SOUHAITEZ ACHETER DES PRODUITS SANS GLUTEN ?
www.luxembourgglutenfree.com • info@luxembourgglutenfree.com • Tél. : (+352) 621 586 658
Les produits sont livrés à votre domicile au Luxembourg en moins de 48 heures,
mais également dans tous les pays d'Europe.





CONSEILS POUR ACCOMPAGNER UN ENFANT EN DEUIL

Le décès d'un proche est toujours une épreuve. Plus douloureuse encore quand cette disparition affecte ses enfants qu'il va falloir accompagner dans le deuil. La tentation est grande de tout mettre en œuvre pour les protéger, quitte à travestir la réalité. Et pourtant, c'est le contraire qu'il va falloir faire : leur dire la vérité, avec sincérité et honnêteté, amour et patience.

TEXTE : FABRICE BARBIAN

Annoncer à son enfant la perte de l'un de ses parents, sa sœur ou son grand-père est une épreuve. Et elle est d'autant plus vive si cette disparition nous affecte profondément. Pourtant, quel que soit son âge, il va falloir lui parler et lui expliquer, le pire en la matière serait de ne rien lui dire, afin de le protéger. Ou bien encore de lui mentir, en prétextant que de toute façon, il est trop jeune pour comprendre. Il convient de répondre à toutes ses questions avec sincérité même s'il s'avère que nos connaissances en la matière sont limitées. Face à la mort, nous n'en savons guère plus que lui, finalement.

Pour dialoguer de la mort avec un enfant, il importe de savoir comment il fonctionne, selon son âge, car il ne détient pas toutes les clés de compréhension, a une perception très personnelle de la mort et vivra donc son deuil très différemment.

PARLER AFIN DE LUI EXPLIQUER, DE LE SOUTENIR ET DE LE RASSURER

Comment ? Confiez-lui vos propres émotions car il comprendra alors que les siennes sont normales et qu'il peut pleinement les exprimer. Cela passe par les mots (il est important de nommer les choses, sans recourir

à des images ou des paraboles) mais pas uniquement. Encouragez-le à parler mais aussi à dessiner ou à écrire s'il peine à s'exprimer oralement.

Selon son âge, il va avoir des réactions diverses et des comportements parfois déroutants : colère, hyperactivité, dépression, trouble du sommeil.... Un enfant qui réalise que ceux qu'il aime peuvent mourir, peut développer une peur de l'abandon. Vers l'âge de 10 ans, il comprend que la mort est irréversible et peut alors ressentir un fort sentiment de culpabilité jusqu'à se persuader qu'il est responsable de la disparition, car il n'a pas été assez « gentil », par exemple. Il faut alors lui faire comprendre qu'il n'y est absolument pour rien. Un adolescent qui prend tout à coup conscience que la mort ne frappe pas uniquement les personnes âgées mais n'importe qui, n'importe quand, peut être déstabilisé et s'interroger quant au sens de sa propre vie et cela alors qu'il traverse déjà une période compliquée.

Quel que soit son âge, il importe donc d'être très attentif au comportement de son enfant et à la façon dont il évolue. À son propre comportement aussi car il est certain que la manière dont vous assumez le deuil aura des répercussions sur son propre ressenti.

Il n'est pas question de cacher sa propre souffrance ou de ne jamais pleurer mais de continuer, malgré la douleur, à prendre soin de soi et à se montrer « solide » pour ne pas ajouter de l'inquiétude à la tristesse.

FAUT-IL SE FAIRE ACCOMPAGNER OU AIDER PAR UN PROFESSIONNEL DE SANTÉ ?

Oui si vous peinez à faire face ou si votre enfant développe des troubles du sommeil, s'il ne veut plus aller à l'école, s'il a peur de rester seul, s'il est plus agité, plus triste ou plus anxieux et que vous avez le sentiment de ne pas pouvoir l'aider alors qu'il s'enlise dans sa souffrance.

Et cela en sachant qu'il faut parfois des mois, voire des années, pour faire son deuil. D'où l'importance de continuer à vivre comme « avant » (en termes de routine), de parler du parent décédé et de le nommer. Le temps et l'amour sont les grands thérapeutes du deuil.

L'ENFANT DOIT-IL ASSISTER AUX OBSÈQUES ?

S'il en exprime le désir, il est souhaitable qu'il assiste aux funérailles. Il est alors important de lui expliquer, au préalable,

comment les choses vont se dérouler, lui préciser qu'il y aura du monde, que des gens vont pleurer, la signification des rituels... Sans omettre, là encore, de répondre à toutes ses questions avec précision et honnêteté. Si cela vous semble opportun (ou savez que vous serez personnellement accaparé durant les funérailles), l'enfant peut être confié à un proche pour qu'il soit accompagné de près par un adulte tout au long de la cérémonie. S'il préfère éviter d'assister aux obsèques, invitez-le à vous dire pourquoi mais ne le forcez surtout pas à y assister. Demandez-lui en revanche s'il veut néanmoins y participer en écrivant un mot ou en faisant un dessin qui sera déposé dans le cercueil, par exemple. •

UN SUJET À NE PAS ÉCARTER

Même s'ils n'y sont pas confrontés, les enfants s'interrogent sur la mort généralement vers l'âge de 5 ou 6 ans, à la suite de lectures ou à des dessins animés l'évoquant, par exemple. Les questions fusent. Les pleurs aussi, parfois, car les réponses, si elles sont sincères, ne sont pas forcément de nature à leur redonner le sourire ou à les rassurer. Bien entendu, que les parents préféreraient éviter le sujet pour ne pas heurter leurs enfants mais il faut leur dire la vérité (ce qui n'empêche pas la délicatesse et la sensibilité !) et ainsi les préparer, un tant soit peu, à cette « rencontre » mais aussi à ce qu'est la vie qui... continuera.



LA COMPRÉHENSION DE LA MORT ÉVOLUE AVEC L'ÂGE

○ **Un bébé ou un enfant en bas-âge** n'a pas conscience de la disparition définitive d'un proche. En revanche, si cette personne s'occupait de lui régulièrement, il va ressentir son absence « corporelle ». Autour de 2 ans, il est également sensible aux émotions que peut ressentir son environnement immédiat.

○ **Entre 3 et 5 ans**, la mort est perçue comme une séparation. En revanche son caractère définitif n'est pas intégré. C'est l'âge de ce que certains spécialistes appellent « la pensée magique ». L'enfant pense que ses actions ont le pouvoir de générer certaines conséquences qui ne trouvent pas de fondement rationnel pour les adultes. Par exemple, le fait d'être gentil peut permettre de ramener maman ou grand-père à la vie.

○ **De 6 à 8 ans**, le caractère définitif de la mort commence à être compris et un certain nombre de connaissances sont apprises. C'est l'âge des premières interrogations sur ce « phénomène » : Pourquoi des gens meurent ? Qu'est-ce qui se passe après le mort ? Est-ce que quand on

est mort on peut voir les vivants ? Et la plus délicate de toutes : est-ce que tu vas toi aussi mourir (maman ou papa) ? Autant de questions auxquelles, il est important de répondre avec honnêteté et précision car elles vont permettre à l'enfant de construire son raisonnement sur le sujet.

○ **Entre 9 et 11 ans**, une étape importante est franchie car la notion d'irréversibilité de la mort est intégrée. L'enfant est alors capable de comprendre pourquoi ses proches sont tristes et d'adopter une posture protectrice et bienveillante envers ses proches endeuillés.

○ **L'adolescent** sait ce qu'est la mort mais il n'est pas forcément préparé à y faire face, surtout quand la personne décède brutalement, n'était pas préalablement malade ou âgée, par exemple. La douleur est alors vive et bon nombre de questionnements restent sans réponse (faute d'une disparition « logique » ou à cause d'un décès jugé « injuste »). Cela peut le pousser à s'interroger sur l'intérêt ou l'utilité de sa propre vie.



ACL



Avez-vous la « Lëtz-Attitude » ?



Vous pouvez prononcer
“Gromperekichelcher”.



Vous savez que la Gëlle Fra
a voyagé à Shanghai.



Vous êtes membre
de l'ACL.

Pas encore membre ?

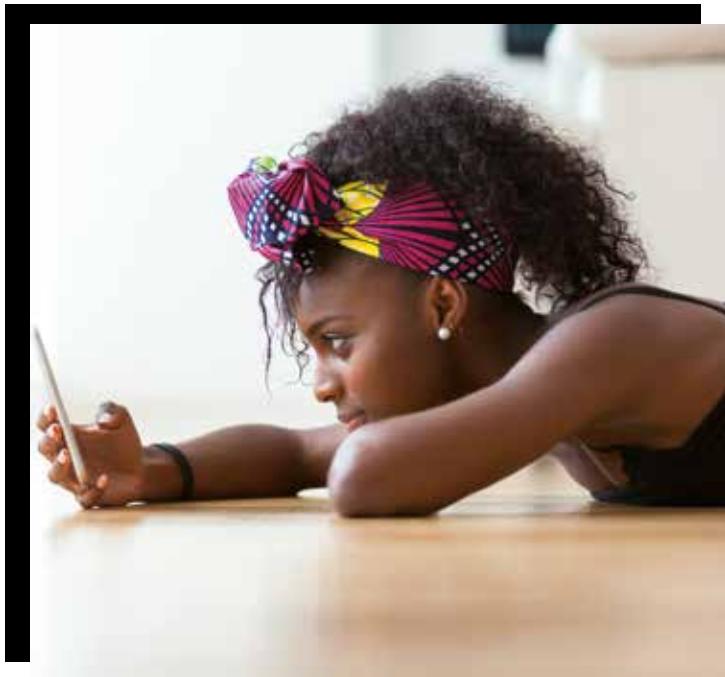
Bénéficiez de 3 mois
d'adhésion gratuits

acl.lu/letzattitude



NEWS *Kids*

TEXTE : ALISSIA LEJEUNE



L'OBLIGATION D'ALLER À L'ÉCOLE ÉTENDUE de 2 ans au Luxembourg

Il était obligatoire de suivre un cursus scolaire jusqu'à 16 ans au Luxembourg, il faudra désormais occuper les bancs de l'école jusqu'à sa majorité avant de décider de s'envoler vers d'autres horizons. La cause principale de cette prolongation ? Celle qui est au cœur de tout depuis 2020, la pandémie. Après avoir constaté des écarts de niveau très importants et pour lutter contre les risques de décrochage scolaire, le ministre de l'Éducation nationale, Claude Meisch, a décidé de prendre des mesures juste avant la rentrée. Plus d'un tiers des décrocheurs sont âgés de 16 à 18 ans. « Les exigences du monde du travail deviennent de plus en plus complexes, d'année en année, et c'est pour cette raison que nous devons donner plus de temps à tous les jeunes pour qu'ils puissent être bien préparés au monde du travail », s'est justifié Claude Meisch. Cette mesure n'a rien d'une punition, son objectif est d'aider les jeunes à préparer leur avenir au mieux.

HISTOIRES DE GÉNÉRATIONS, QUI EST LA GEN Z ?

Après les Millenials, la Gen Z. Chaque nouvelle génération a son propre surnom et souffre de stéréotypes chacun son tour. Les Millenials, nés entre le milieu des années 80 et des années 90, sont ceux qui ont grandi avec Internet et bercés dans la culture de l'immédiateté. La génération qui souffre le plus des clichés aujourd'hui est celle née à l'aube de l'an 2000, celle des réseaux sociaux. On l'appelle Z, comme « zappeur », trop absorbée par les écrans pour vivre dans le monde réel. À tort. La Gen Z se cultine une mauvaise image de jeunes plus accros à leur smartphone qu'à la culture, et pourtant... C'est une génération qui ne cherche qu'à s'exprimer avec les outils dont elle dispose et qu'elle manie à la perfection. Elle crée sans cesse et les confinements l'ont confortée dans ce besoin de connexion et de création virtuelle. C'est un rapport aux autres dont seule la Gen Z maîtrise les codes, mais dire qu'elle ne comprend rien au monde actuel serait la sous-estimer, au contraire, la Gen Z a souvent un coup d'avance.

DES ESPACES POUR LES ENFANTS

ARRIVENT AU BELVAL-PLAZA

Le centre commercial Belval-Plaza d'Esch-Belval prévoit l'accueil de nouvelles enseignes d'ici la fin de l'année. Parmi les nouveaux arrivants, on se réjouit de retrouver des espaces pour nos bambins. Pour les relooker, Dida Kids, l'enseigne de mode indépendante dédiée aux enfants de 0 à 12 ans pose ses valises dans la galerie. Avec elle, la librairie belge Slumberland - BD World va s'installer dans pas moins de 300 m², avec ses BD, mangas, comics et figurines super tendance, pour le plus grand bonheur des ados. Un coin parfait quand on ne veut pas traîner des pieds derrière nos parents en plein shopping boring... Les ados sont casés, que fait-on des plus petits ? Miracle, la halte-garderie Hello Kids tombe à point nommé pour s'occuper de vos enfants de 3 à 12 ans, ponctuellement ou occasionnellement. Bon shopping à toute la famille !

UNE BALADE AVEC LE COMTE SIGEFROI À TRAVERS LUXEMBOURG

Quoi de mieux pour visiter une ville que de la faire en compagnie de ceux qui ont bâti ses murs et ses mythes ? La ville de Luxembourg organise des promenades pour les enfants, accompagnées du comte Sigefroi, qui a fondé la cité en 963 et de son épouse Mélusine, une sirène évaporée dans les flots de l'Alzette. Les petits explorateurs découvrent ainsi les principaux lieux d'intérêt du Grand-Duché de manière ludique, comme une chasse au trésor, avec une vraie récompense à la clé. Au départ de la place Guillaume II, les enfants se laissent guider devant le palais grand-ducal, le Lëtzebuerg City Museum, la place d'Armes, le Marché-aux-Poissons ou encore au pied de la cathédrale Notre-Dame de Luxembourg... La visite guidée de 3 kilomètres, accessible en luxembourgeois, allemand, anglais et français, coûte 12€ pour les enfants de 4 à 12 ans et 14€ pour les parents. Suivez le comte Sigefroi, il connaît la ville comme sa poche ! Il est également possible de marcher dans ses pas seul, en téléchargeant le plan sur le site de la ville ou à l'Office de tourisme.



N.227

NÄCHST STATIOUN : LA RICHESSE CULTURELLE GRAND-DUCALE VUE DE L'ESPACE



Connaissez-vous ces petits monstres verts ? Vos enfants sûrement ! Klaus et Mish sont les deux extraterrestres stars de *Nächst Statiooun*, une série animée luxembourgeoise diffusée sur RTL et au Kinepolis depuis 2020.

Elle raconte les péripéties de ces aliens qui n'ont d'autre ambition que d'envahir la Terre avec beaucoup d'humour. En 26 épisodes de 5 minutes, on peut les voir évoluer dans des lieux célèbres du Grand-Duché tels que le Grund ou l'abbaye de Neumünster, donnant alors une vraie visibilité au patrimoine grand-ducal.

La série d'animation permet de découvrir ou de redécouvrir cette richesse culturelle à travers le regard expressif de ces petites bestioles vertes, très attachantes. Et la bonne nouvelle c'est que notre patrimoine va s'exporter à l'international puisque Zeilt Productions a vendu la série en Belgique en mars dernier et maintenant en Australie, en Corée du Sud, au Canada et au Brésil. Le monde va avoir les yeux rivés sur le Grand-Duché grâce à deux petits aliens en quête d'aventures ! Attention aux soucoupes volantes au-dessus de vos têtes...



MANGO

QUAND JE SERAI GRAND, JE SERAI...

Ça y est, vos bambins vous lâchent la main sans même un regard en arrière pour retrouver les copains. Normal, l'heure est à la confiance en soi ! Avec des sweats colorés, imprimés et inspirés, vos enfants font passer des messages en toute subtilité. L'avenir appartient à ceux qui rêvent grand...

TEXTE ET SÉLECTION : ALISSIA LEJEUNE





N°227

JBC



N°227

TAMBERE



ŒUF



N°227

TAPE À L'ŒIL



THE NEW SOCIETY



LUXURY
DOORS



PACK DE SECURITÉ
ET VISUALISATION 3D
OFFERTS



POUR LA RENTRÉE, DONNEZ DE LA CLASSE À VOTRE ENTRÉE

NOTRE MAÎTRE MENUISIER AVEC SES 40 ANNÉES D'EXPÉRIENCE ET NOTRE ÉQUIPE SONT À VOTRE DISPOSITION
POUR VOUS AIDER À CUSTOMISER VOTRE FUTURE PORTE D'ENTRÉE SELON VOS ENVIES.

183, RUE DE LUXEMBOURG
L-8077 BERTRANGE
T. 2775 86 65
WWW.LUXURYDOORS.LU

REVENDEUR
OFFICIEL



LES SMART HOMES POUR LES NULS

Maison connectée, équipement intelligent, domotique et autres modules embarqués... ça vous parle vraiment ou vous faites semblant ? Ne nions pas... on peut très vite se sentir dépassé par toutes les nouveautés lancées chaque année ou rester sceptique face à certaines innovations censées simplifier le quotidien... Pas de panique, on vous propose un cours de rattrapage express pour vous remettre à niveau et vous présenter ces vraies solutions nouvelle génération qui améliorent notre confort et nous facilitent la vie.

TEXTE : AURÉLIE GUYOT



RAPPEL DES BASES

Smart home, intérieur connecté ou domotique... une sémantique légèrement impressionnante qui désigne simplement les différentes techniques nous permettant de contrôler, de programmer et d'automatiser nos maisons ou appartements. Ou quand l'électronique, l'informatique et les technologies des télécommunications se mettent au service de notre confort ! Et la domotique regroupe toute les possibilités qui s'offrent à vous ; ces systèmes permettent de piloter tous (ou presque) vos appareils ménagers, vos équipements audiovisuels, vos systèmes d'alarme, vos options de chauffage ou de climatisation... via un réseau unique qui centralise ces données puis vous permet d'accéder en quelques clics, à distance ou depuis chez vous, aux différentes informations ainsi collectées. Charge à vous de programmer votre four ou d'actionner votre alarme directement depuis votre smartphone ou votre écran de contrôle... vous avez la main ! L'objectif est de créer un écosystème cohérent voire vertueux : chasse aux pertes d'énergie, contrôle des consommations d'eau et d'électricité, gestion du contenu de votre frigo et lutte contre le gaspillage... une maison intelligente est aussi censée consommer de manière plus rationnelle et donc plus raisonnée.



ENCEINTE
APPLE



TV
ESSENTIAL HOME

RÉFRIGÉRATEUR
SAMSUNG

COMMENT ÇA MARCHE ?

Ne vous laissez pas impressionner ! Faites-nous confiance, l'installation est simplissime. Il suffit de mettre en réseau vos différents appareils électriques via une centrale de commande, aussi appelée box domotique. Vous pourrez trouver différentes offres dans n'importe quelle enseigne d'électroménager. Les gammes sont aujourd'hui très larges et s'adaptent en fonction de vos besoins et de votre budget : Homey, Eedomus, Fibaro Home Center... n'hésitez pas à tester les différentes solutions en magasin, vous verrez vite quel protocole aura votre préférence. Ce dispositif vous servira ensuite de mini poste de pilotage, vous aurez ainsi un seul point contrôle pour gérer toute votre maison. À noter que cette box domotique reste bien sûr accessible à distance grâce à une appli dédiée. Peu importe la marque choisie, les programmations sont aujourd'hui toutes accessibles et intuitives. Nul besoin d'être un hacker, vous êtes guidés pas à pas ! Appareils électroménagers, aspirateurs robots, chauffage, alarme, éclairage... tout est passé en revue puis connecté à votre centrale de commande, via wifi et bluetooth.



OMBRI IMMO

VENTE - LOCATION - ESTIMATION

Natacha Ombri, l'agent immobilier
qui vous accompagne de
vos 1ères démarches à votre transaction
immobilière et bien plus encore.



OMBRI IMMO FÊTE SES 3 ANS !

À cette occasion un cadeau* vous sera offert à chaque mandat de vente exclusif.



Natacha Ombri, agent immobilier certifié

5 rue de la fontaine L-3470 Dudelange

Tél. : 661 34 99 34

info@ombri-immo.com

ombri-immo.lu

CAS PRATIQUES

Les objets connectés, les solutions et autres gadgets sont légion. Le marché estimé à 1,2 milliard d'euros en 2018 aura sûrement dépassé les 2 milliards l'année prochaine. Comment s'y retrouver ? Voici quelques exemples qui ont particulièrement retenu notre attention. Nombre de ces innovations ont d'ailleurs été présentées lors des derniers Consumer Electronic Show, grand-messe des fournisseurs de solutions smart home et qui se déroule chaque année à Las Vegas.

Un bon basique, déjà lancé il y a quelques années mais dont on ne se lasse pas : le frigidaire Family Hub signé Samsung. Un vrai couteau suisse ! Consultez le contenu de votre réfrigérateur où que vous soyez et programmez des listes de courses et des recettes de cuisine, taguez vos aliments afin de suivre les dates de péremption, échangez des messages avec vos proches via le Family Board, affichez des photos, poste des stickers, dessinez et tapez ou écrivez des notes... Vous pouvez même ajouter un lecteur MP3 ! Et si en plus on vous dit qu'il donne la météo du jour, vous nous croyez ? Verisure frappe fort et lance cette année un petit boîtier promettant de surprendre les cambrioleurs les plus malins... Il détecte n'importe quelle présence suspecte puis diffuse dans la seconde une fumée dense dans votre pièce.



NEDGIS

De quoi surprendre les visiteurs mal intentionnés...

Ne négligez pas vos stores et volets ! Des capteurs vous permettent dorénavant de reconnaître les températures intérieures et extérieures, le niveau d'humidité et même de pollution. Programmez vos préférences et laissez entrer le soleil ou maintenez vos pièces au frais en cas de forte chaleur. Cuisinez comme un pro et impressionnez vos invités grâce aux fours intelligents proposés par Siemens ! Compatibles wifi, ces fours 2.0 peuvent être pilotés à distance et via commandes vocales.

Oui, vous ne rêvez pas, vous parlez bien à un four. Enfin, voici Lockly, un éditeur de serrures intelligentes qui vous propose de détecter et mémoriser vos empreintes digitales, un contrôle vocal, la possibilité de créer des codes temporaires pour les invités... et qui propose aussi une sonnette vidéo intégrée qui vous permet de voir qui sonne à votre porte grâce à l'application dédiée. Tout est possible !

Dans un environnement de plus en plus connecté, nos maisons n'échappent pas à la règle : le futur, c'est maintenant ! Vous embarquez ? •

ACTU

Éprouvez la vision sans limite d'un des plus grands architectes, designers et directeurs artistiques du XX^e siècle siècle ! Voici un tout nouvel - et bel - ouvrage dédié au génialissime Gio Ponti, artiste qui inspire encore et toujours les nouvelles générations. Une iconographie jusqu'alors inédite, mise en perspective par une attention particulière portée aux détails et reproduite en résolution fine et format XL, rapproche son œuvre du lecteur comme aucun livre ne l'avait fait jusqu'alors. Composé en étroite collaboration avec les Archives Gio Ponti, voici un ouvrage immersif à l'échelle de son univers kaléidoscopique. Tellement inspirant !

○ Gio Ponti, nouveauté parue aux Éditions TASCHEN. Plus de détails sur www.taschen.com.

SECRETIMMO

L'immobilier réinventé où la confidentialité est une priorité

Depuis mi-septembre la start-up luxembourgeoise Secretimmo s'est intégrée au secteur immobilier du Grand-Duché avec une idée tout à fait innovante, capable de révolutionner le marché. Son point fort est justement le concept « off-market » : se démarquer du marché pour offrir à ses clients sérénité et confidentialité dans l'achat ou la vente de leurs biens.

Fondateur d'Immotop et fort d'une expérience de 15 ans dans l'immobilier, Serge Uschkaloff s'est lancé dans cette nouvelle aventure pour apporter une plus-value à ses clients qui n'existaient pas encore sur le territoire. Secretimmo propose un service personnalisé où le client à l'assurance de protéger ses données et sa vie privée. Qu'il cherche à vendre ou à acheter, il est accompagné dans sa démarche de A à Z. Pour cela, l'agence met en place un système de vente en dehors des réseaux traditionnels, faisant de chaque bien une exclusivité réservée à une clientèle triée sur le volet.

DES MOYENS TECHNOLOGIQUES AU SERVICE DE LA CONFIDENTIALITÉ

Pour protéger chacun de ses clients, Secretimmo a développé une plateforme qui permet aux intéressés d'intégrer la base de données en toute confidentialité. « On a 100 % la main dessus et elle est hébergée conformément au RGPD », assure Gaëtan Fostier, administrateur délégué. Chaque annonce est publiée par les propres canaux de la société et échappe donc à l'indiscrétion du marché actuel. « Quand on regarde des annonces immobilières il est très facile d'identifier un appartement dans un quartier seulement avec les façades en photo. Nous voulons éviter cette intrusion », motive-t-il. « On ne veut pas forcément



dire à tout le monde quand on vend son appartement et à quel prix. » Secretimmo s'engage dans ce besoin de discréetion avec un protocole sérieux.

RESPECT D'UN « SECRET PROTOCOL »

Personne n'apprécie que son intimité soit dérangée, d'autant plus quand il s'agit d'organiser des visites de sa maison à la chaîne. La solution de Secretimmo consiste à réduire à néant ce « tourisme immobilier » en sélectionnant ses propres clients et en contrôlant les visites grâce aux nouvelles technologies. Aussi, la start-up a mis en place un système de visites virtuelles. « Notre concept est une force pour les vendeurs, car nous filtrons les gens qui vont venir chez eux, ils doivent

avoir un intérêt réel pour le bien et des capacités financières », explique Gaëtan Fostier.

Bien que le concept est plutôt plébiscité par des familles fortunées, des personnages publics, des cadres et des dirigeants, des personnes qui rencontrent un changement de vie et souhaitent l'opérer en toute discréetion comme un divorce ou une succession, le concept est également accessible à tout vendeur et acheteur sérieux, qui souhaite protéger la mise en vente de son bien et bénéficier d'un service axé sur la confidentialité. L'équipe de Secretimmo prend à cœur d'accompagner tous ses clients en leur garantissant un service sur-mesure et humain.

UNE ODE AUX COURBES



N°227

MAISON DU MONDE

L'arrivée de l'automne est souvent synonyme de retrouvailles chaleureuses avec son intérieur. Imaginez un intérieur accueillant, sans règles et sans rigueur, avec des angles arrondis, des courbes généreuses, des lignes infinies et des textures douces qui s'embrassent dans une atmosphère douillette. Une bulle de bien-être pour cocooner en toute sérénité.

TEXTE & SÉLECTION : ALISSIA LEJEUNE



LA REDOUTE INTÉRIEUR



MONOPRIX

SOSTRENE GRENE



FY!



N°227



H&M

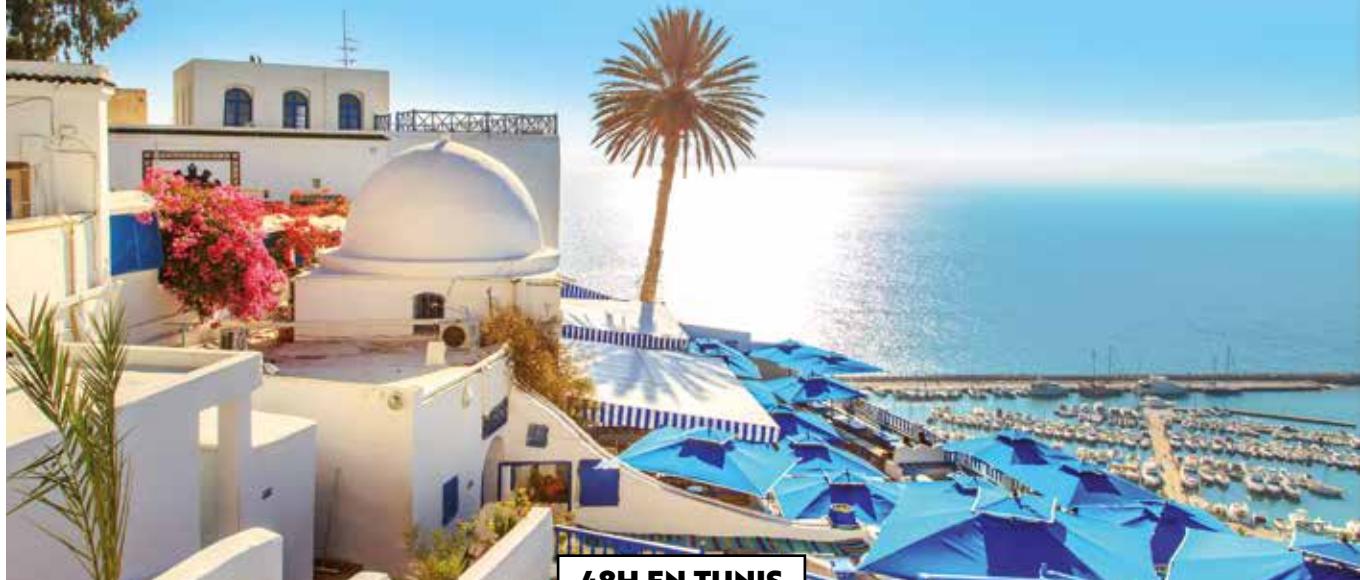


KOKET



CULT FURNITURE

LA PORTE DES MILLE ET UNE NUITS



48H EN TUNIS

N°227

Postée à l'extrême nord de l'Afrique, en face de la Sicile, Tunis est un mélange d'Orient et d'Occident.

Elle recèle l'une des médinas les plus belles du pays, le site romain le plus connu d'Afrique et un village aux couleurs extraordinaires : Sidi Bou Saïd.

TEXTE : KEVIN STORME

VENDREDI, 18H : CAFÉ PANORAMA.

Un roof top pour embrasser en un coup d'œil l'ensemble de la médina classée au patrimoine de l'Unesco. Cerise sur le loukoum, l'immense terrasse est parsemée de mosaïques bleues qui vous plongent instantanément au cœur des 1001 nuits. Effet garanti au coucher du soleil et quand les minarets de la ville entonnent à l'unisson l'appel à la prière. *27, Souk trok*

VENDREDI, 23H :

LA CHAMBRE BLEUE.

Guide du Routard, Lonely Planet... Ils la plébiscitent tous. Avec leurs mosaïques, leurs faïences bleues ou encore leurs boiseries sculptées, les deux chambres et l'appartement de cet établissement du charme,

du XIX^e siècle, sont aussi hétéroclites que propices au repos après une journée dans l'effervescence de la médina.

24 rue du Divan

SAMEDI, 9H :

ESCAPE GAME DANS LA MÉDINA.

Vous aimez les défis ? Laissez-vous porter par les odeurs, les sons, les images de ce dédale constitué de centaines de rues, de ruelles et d'impasses, et sortez-y sans guide ! Vous tomberez probablement sur plusieurs des nombreux souks qui parsèment la ville. Comme ceux d'El Leffa, dédié au textile, ou d'El Attarine, le souk des parfumeurs. L'idéal pour se laisser envoûter par les odeurs de rose, de jasmin ou de fleur d'oranger. Vous découvrirez aussi des médersas, anciennes écoles coraniques.

Et évidemment des mosquées à chaque coin de rue, notamment la plus belle, la Grande mosquée.

Ce sera d'elle que viendra votre salut. Située au centre de la médina, tous les principaux axes y mènent. Même si un certain temps est parfois nécessaire pour se dépêtrer de ce labyrinthe.

SAMEDI, 12H : RESTAURANT EL ALI.

Ambiance traditionnelle, cosy et un brin intello pour ce restaurant de moyenne gamme, surmonté d'un café culturel, au cœur de la médina. Très apprécié des Tunisois qui viennent y refaire le monde, le restaurant propose une cuisine variée propice aux découvertes, comme le poisson farci aux crevettes ou la marmite kerkennaise. *45 rue Jamaa Ezzitouna*

SAMEDI, 14H : MUSÉE DU BARDO.

S'il fallait ne faire qu'un musée, le Bardo serait l'incontournable. C'est dans un ancien palais du 19^{ème} siècle, ancien harem des beys de Tunisie, que siège le plus important musée archéologique du Maghreb. Il est notamment réputé pour être le premier musée au monde en matière de mosaïques romaines. Il a été tristement mis en lumière, en mars 2015, à l'occasion des attentats sanglants qui ont coûté la vie à vingt-quatre personnes, principalement des touristes.

Route de Bizerte, le Bardo

SAMEDI, 18H, AVENUE BOURGUIBA.

L'avenue qui porte le nom du libérateur de la Tunisie est située au cœur du Tunis colonial. Ordonnée, arborée, balisée par une série de monuments et statues, l'avenue fait figure de Champs Élysées version tunisienne. Très animée, elle est bordée de bars et de restaurants chics, prisés de la jeunesse progressiste et cultivée de la capitale.

DIMANCHE, 9H : CAFÉ DES NATTES.

De Simone de Beauvoir à Clint Eastwood, en passant par Johnny Hallyday, nombreux sont les artistes à avoir dégusté un thé à la menthe et fumé le narghilé dans ce café aux murs bleus et blancs. Pour découvrir cette perle, direction à Sidi Bou Saïd, un village perché au bord de la grande bleue, à 15 km de la capitale. Les surnoms dont est affublé le village, prisé des artistes – « petit paradis blanc et bleu », « Montmartre tunisien » ou encore « Santorin du Maghreb » – justifient les vingt minutes de taxi.

Rue Sidi Bou Fares, Sidi Bou Saïd

DIMANCHE, 13H :**SITE ARCHÉOLOGIQUE DE CARTHAGE.**

Carthage, c'est la banlieue chic de Tunis, l'aéroport, mais aussi un formidable site archéologique classé à l'Unesco. Avant d'être la capitale de la province romaine d'Afrique, la cité a été une place forte de la civilisation punique. Elle a aussi été



N.227

byzantine avant d'être chrétienne.

Sur plusieurs sites, les traces de ce passé se succèdent au travers de vestiges et monuments souvent très bien conservés, dont l'amphithéâtre, les thermes d'Antonin ou encore les villas romaines.

DIMANCHE, 17H : LES GALETS.

En face du rafraîchissant parc du Belvédère, cette pâtisserie orientale propose les meilleurs gâteaux de Tunis. On y vient de tout le gouvernorat pour s'approvisionner en baklawa, samsa ou tajine (rien à voir avec le plat). Et si vos papilles sont en manque de douceurs, le site livre aux quatre coins de la planète. *Avenue Taïeb M'Hiri* •

ON Y VA

En saison, Luxair propose des vols directs vers Tunis les vendredis et lundis. Hors saison, transit nécessaire à Francfort ou Paris.

NEWS FOOD

TEXTE : ALISSIA LEJEUNE

LE MEILLEUR RESTAURANT VÉGÉTARIEN EST LUXEMBOURGEOIS (ENCORE !)

Et de deux ! La Distillerie à Bourlingster a confirmé son titre en remportant une seconde fois la première place au classement des restaurants de légumes et de plantes. À l'annonce de cette nouvelle, le chef René Mathieu a affirmé son envie d'aller encore plus loin dans la cuisine végétale. Une cuisine qui tend à s'imposer au fil des années, encouragée par les préoccupations éthiques et environnementales des consommateurs. Pour le primé ce n'est pas une « cuisine de substitution, mais une cuisine à part entière. Elle est délicieuse, colorée, réconfortante, légère, extra gourmande, réjouissante, fine, rustique... Elle est ce que vous voulez qu'elle soit ». Une infinité de possibilités que le chef d'origine belge aime travailler afin de proposer une cuisine innovante, mais surtout une expérience gustative hors du commun.

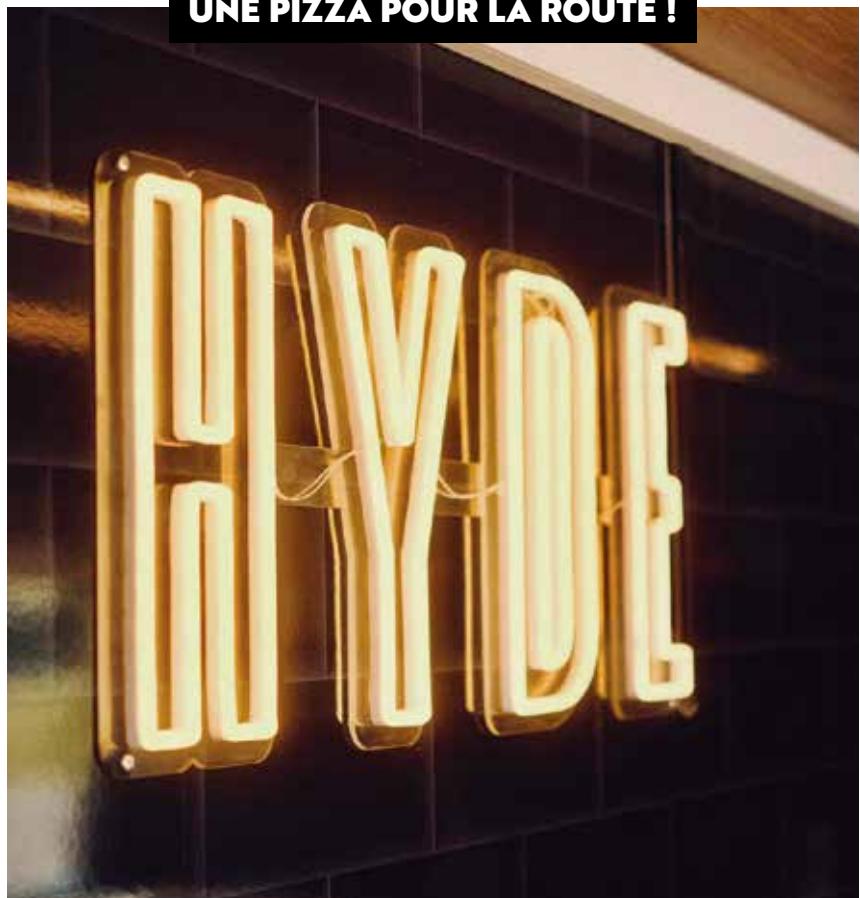
N°227

LE CHIFFRE

36

C'est le nombre de bouteilles de la cuvée exceptionnelle Hors-Série 1971, signée Piper-Heidsieck seront disponibles au Luxembourg.

UNE PIZZA POUR LA ROUTE !



Vous vous rappelez de la divine odeur d'une bonne pizza au feu de bois ? Si ce n'est pas le cas vous allez vite pouvoir redonner une raison d'être à vos sens. Hyde s'installe en ville début octobre. Hyde c'est le petit nom du premier food truck du Grand-Duché à proposer de véritables pizzas napolitaines, confectionnées par deux chefs italiens venus tout droit de Naples et de Calabre et cuites dans un four hydride au bois. Dans ce petit camion vert instagramable à souhait, on respecte les traditions et on les partage, c'est ça la cuisine italienne. Le projet qui se concrétise enfin est porté

par 4 associés, 4 amis qui rêvaient d'ouvrir un restaurant avant la pandémie. Finalement, Jade Lebœuf et Stéphane Rodrigues, créateurs de contenus sur les réseaux, accompagnés de Sandra Totaro et João Ramos, ont opté pour une pizzeria ambulante, reprenant les codes et la déco de leur restaurant rêvé. Le Food Truck sera mobile à travers Luxembourg-Ville pour le déjeuner, en fin de journée et vous pourrez également faire appel à ses services pour vos événements privés. Delizioso !

www.hyde.lu



LE CHEF PAUL CABAYÉ compose les nouvelles notes culinaires des Jardins d'Anaïs

La poésie est sans frontières. Aussi culinaire que littéraire, il est parfois des chefs qui la manient avec une créativité et une humilité digne des plus grands. Le chef Paul Cabayé, arrivé en juin aux cuisines des Jardins d'Anaïs est l'un d'eux. Du haut de ses 28 ans, le jeune chef écrit désormais la partition du restaurant gastronomique avec une passion et une imagination aussi délicieuses que surprenantes. L'écriture est fine. Une courge rôtie au persil accompagnée de sa crème de caviar royal, une sélection de tomates cerises de Monsieur Kirsch acidulée à l'amande fraîche et son sorbet de reine-des-prés et enfin une barbue grillée aussi tendre que son accompagnement est goûtu... Le chef manie les versets à la perfection, faisant de chaque assiette, une invitation hors du temps, un retour à l'essentiel. Il ajoute une petite note de campagne en fond, accentuée par des plantes aromatiques directement cueillies dans les jardins de l'établissement à l'étoile Michelin. Une poésie qui éveille chacun des sens est une poésie d'intérêt.



Bokafé : un petite pause végé et fruitée

Le centre commercial Borders à Schengen accueille un tout nouveau concept de restauration prêt à vous faire saliver tout en prenant soin de votre santé. Bokafé c'est la pari de Joanna, Helena et Vladi, pour démocratiser une nourriture rapide et healthy. À l'heure où le cœur de notre assiette est devenu une priorité, Bokafé prône des produits frais, préparés sur place et des alternatives végétariennes à tous les menus. Ainsi vous pourrez déguster un

croque-monsieur aux courgettes, un smoothie au lait d'amande ou encore composez vous-même votre salade et votre wraps avec une large proposition d'ingrédients. Derrière son grand bar en bois, l'équipe veut créer un retour au naturel et un espace convivial où il fait bon se retrouver le temps du déjeuner. Pas le temps de s'arrêter entre deux boutiques, prenez un cappuccino végétal ou un jus détox sur le pouce et repartez boosté pour la journée.

UN PETIT PAS DANS L'ASSIETTE, UN GRAND PAS POUR LA PLANÈTE

On se demande souvent comment sauver la planète à notre échelle. « Oh mince les yaourts sont périmés, tant pis, poubelle, ce n'est pas moi qui vais changer le monde ». En fait si. Par de petits gestes anodins, on est tous capables de faire du bien. On peut même le faire en se faisant plaisir. Et pour preuve, la start-up luxembourgeoise F4A qui lutte depuis des années contre le gaspillage alimentaire, vient de lancer une appli qui devrait éveiller les consciences de plus d'un consommateur, producteur

ou restaurateur. En partenariat avec des supermarchés (Delhaize, Pall Center, Naturalia, etc.), des restaurants et même des cantines, il sera désormais possible de récupérer des invendus ou des produits à dates courtes, à prix réduits. Retrouvez les produits à sauver sur l'appli, rendez-vous dans vos établissements favoris et à proximité, et récupérez vos sacs. Une autre façon de consommer, durable, équitable et abordable. What else ?

KIN KHAO CITY : AVEZ-VOUS DÉJÀ BU UN TIRAMISU ?

Moi oui. Et honnêtement si c'est moins calorique que mon dessert préféré, je voudrais ce genre de gâteau pour mon anniversaire, du genre qui laisse une petite moustache de mousse blanche. Dans ce joli verre à pied on retrouve les valeurs sûres du dessert italien : mascarpone, cacao, spéculos, café, et une pointe d'orgeat, le tout arrosé de gin. Cette création est loin d'être la seule surprenante du nouveau restaurant thaï Kin Khao city. Chaque cocktail est accompagné d'un récit sur le thème de l'évolution humaine. Mieux qu'un livre d'histoire, c'est une aventure. Essayez de commander un cocktail au champignon, vous recevrez un petit coffre en bois fumant digne d'un trésor. L'imagination est aussi belle dans le verre que dans le service.



UN SUSHI DE CHEF !

On se fait un petit plateau de sushis devant Koh Lanta ce soir ? Oui, mais pas n'importe lesquels ! Sushi Shop vient de lancer une collab avec un chef tout aussi célèbre pour sa gastronomie aux accents d'Asie, que sa bonne humeur dans l'émission Top Chef.

Paul Pairet signe une box inédite de 20 pièces ambiance pique-nique à la française. Anticonformiste, le chef n'a pas hésité à revisiter des classiques avec sa petite touche de folie : de la mozzarella à la place du riz dans les Sushi-Mozz, des trompe-l'œil, et toute une panoplie d'ingrédients inattendus et travaillés avec précision... Les petites bouchées deviennent de véritables expériences gustatives.

Quelqu'un veut le dernier ?

L'INSOLITE : *prisonnier et influenceur culinaire*

Décidément le pouvoir des réseaux sociaux n'a pas de limite ! Si vous êtes amateur de vidéos culinaires en tout genre sur TikTok, vous n'avez pas pu passer à côté d'un personnage pour le moins inattendu... Pour cause, @skofield91 est un prisonnier. Non non, on vous arrête de suite, il ne ressemble en rien au bel acteur de Prison Break, mais l'homme derrière le pseudo a bien réussi à faire parler de lui. « Scofield » a commencé cet été à publier des vidéos de recettes « façon univers carcéral » et a réussi à atteindre les 800 000 vues sur l'une d'elles. Le Français partage des tips pour le moins originaux en cuisinant avec les moyens du bord. Ainsi vous saurez que si vous n'avez pas de batteur électrique, un ventilateur fera l'affaire... En revanche, le téléphone est toujours interdit en prison et le cuisinier a dû se faire remarquer puisque son compte est désormais inactif.

WOWIE & GERMAIN, quand le luxe et le confort s'invitent à la plage

Vous cherchez une maison de vacances spacieuse pour un séjour en famille et entre amis ? Découvrez « WOWie & Germain », à Oostduinkerke. Lisette in 't Veld, la propriétaire des lieux, nous présente ce joyau alliant confort et luxe à deux pas de la plage.



La station balnéaire d'Oostduinkerke possède sans aucun doute les plus belles plages de la côte belge. C'est là que Lisette in 't Veld et son mari ont décidé de créer « WOWie & Germain », une maison de vacances unique en son genre. « Après avoir habité 13 ans au Luxembourg, j'ai décidé de rejoindre mon mari à Oostduinkerke, d'où il est originaire, explique Lisette. Nous avons alors acheté un ancien tea-room inoccupé. Nous l'avons donc entièrement fait rénover pour créer une maison de vacances totalement différente de ce que l'on peut voir ailleurs sur la côte. »

DES ÉQUIPEMENTS HAUT-DE-GAMME

Avec son design épuré et son immense surface habitable de 280 m², « WOWie et Germain » peut accueillir 8 adultes et 9 enfants. Cette destination idéale pour les familles ou les groupes d'amis dispose également de 4 salles de bain, d'une cuisine professionnelle et même d'un bar en

libre-service dans lequel on retrouve notamment de nombreux produits locaux. « Nous souhaitions créer un espace alliant le luxe et le confort, explique la propriétaire des lieux. Nous avons opté pour des matériaux nobles, avec notamment beaucoup de bois, et de nombreux équipements haut de gamme : des lits Auping, une décoration et des accessoires HK living et House Doctor, une machine à café Jura ou encore une cabine de séchage. Le confort des hôtes est une priorité pour nous ! »

À 20 MÈTRES DE LA PLAGE

Mais le véritable atout de « WOWie & Germain » est sans aucun doute sa localisation. « Il n'y a pas d'autre maison plus proche de la mer ! Seuls **20 mètres nous séparent de la plage**. Nos hôtes peuvent donc facilement profiter des magnifiques dunes préservées d'Oostduinkerke pour des balades ou pratiquer leur activité favorite (windsurf, kitesurf, char à voiles, équitation sur la plage...). La pêche des crevettes à cheval,

une activité reconnue comme patrimoine culturel immatériel de l'humanité par l'Unesco, est également un spectacle à voir une fois dans sa vie. Vous êtes proche de la nature mais aussi de la digue et de ses chouettes petits commerces et restaurants », assure Lisette qui accueille ses clients en néerlandais, en français, en anglais, en allemand ou en luxembourgeois.

À LA DÉCOUVERTE DE L'ARRIÈRE-PAYS

L'endroit est aussi idéalement situé pour découvrir les activités alentours : musée de la pêche de Navigo, l'abbaye de Dune, le Musée Paul Delvaux, un golf 9 et 18 trous, le parc Plopsaland (à 15 minutes) ou encore la ville de Bruges (à 30 minutes). « L'arrière-pays, avec ses polders, ses petits villages typiques et ses cités médiévales comme Veurne et Nieuwpoort, offre un décor idéal pour les amateurs de cyclisme. Au départ de la digue d'Oostduinkerke, il est possible de rejoindre l'embouchure de l'Yser en passant par les dunes et le Hannecartbos. On peut notamment y admirer les yachts qui sortent du port et, un peu plus loin, des phoques. Après un saut au Mémorial Albert, les randonneurs pourront découvrir le vieux centre-ville de Nieuwpoort, avec sa belle place du marché et ses restaurants agréables. Sur le retour, pour reprendre des forces, je ne pourrais que leur conseiller de faire halte à l'estaminet De Peerdevisscher ou sur la terrasse du TC TipTop », sourit Lisette. Après ce bel effort, vous profiterez encore mieux de tout le confort de « WOWie & Germain » !

TARTE À LA TOMATE, À LA MOUTARDE ET À L'AIL

PRÉPARATION
25 MINUTES

REPOS
40 MINUTES

CUISSON
45 MINUTES

INGRÉDIENTS
4 PERSONNES

Ingédients

POUR LA PÂTE BRISÉE :

- 1 200 g de farine + pour le plan de travail
- 1 pincée de sel
- 1 pincée de sucre
- 100 g de beurre demi-sel froid
- 1 œuf
- 1 cuil. à soupe de vinaigre blanc ou de vinaigre de cidre
- 2-3 cuil. à soupe d'eau à température ambiante

POUR LA GARNITURE :

- 4 belles tomates (rondes en grappe ou variétés anciennes)
- 2 gousses d'ail
- 1 échalote
- 2 cuil. à soupe rases de moutarde de Dijon
- 3 branches de thym
- 3 branches de persil plat
- 2 cuil. à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre du moulin

N°227

Recette

01. Préparez la pâte brisée : mélangez la farine, le sel et le sucre dans un saladier. Coupez le beurre en dés et ajoutez-le. Sablez le mélange, puis incorporez l'œuf entier. Mélangez, puis versez le vinaigre et un peu d'eau tout en pétrissant jusqu'à obtenir une pâte homogène, lisse et souple. Enveloppez-la de film alimentaire et laissez-la reposer 20 minutes à température ambiante.

02. Farinez le plan de travail et étalez la pâte sur une épaisseur de 3 mm. Foncez un moule à tarte de 24 cm de diamètre environ. Placez-le pendant 20 minutes au réfrigérateur.

03. Pendant ce temps, préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Piquez le fond de tarte avec une fourchette, garnissez-le de papier de cuisson et de haricots secs ou de billes de cuisson.

Faites cuire 15 minutes, retirez le papier et les haricots et poursuivez la cuisson 5 minutes. Retirez du four (sans éteindre le four).

04. Préparez la garniture : rincez et séchez les tomates, puis coupez-les en tranches avec un couteau à dents. Pelez les gousses d'ail, et taillez-les en lamelles avec un couteau bien aiguisé. Pelez et émincez l'échalote. Étalez la moutarde sur le fond de tarte, rangez-y les rondelles de tomate. Parsemez de lamelles d'ail, d'échalote et de thym effeuillé. Assaisonnez et arrosez d'huile d'olive.

05. Enfournez pour 25 minutes environ. L'ail doit doré légèrement sans brûler. Couvrez si nécessaire en cours de cuisson d'une feuille d'aluminium.





À boire avec

CLOS CIBONNE ROSÉ TRADITION TIBOUREN 2019 PROVENCE



Le Clos Cibonne fait partie des domaines historiques de la Provence. Le cépage ancestral Tibouren y règne en maître et le domaine propose des cuvées authentiques. Rosé de repas plutôt que d'apéro, la structure du cépage et de cette cuvée va magnifier cette recette aux notes provençales. Un accord idéal pour terminer la saison estivale en beauté !

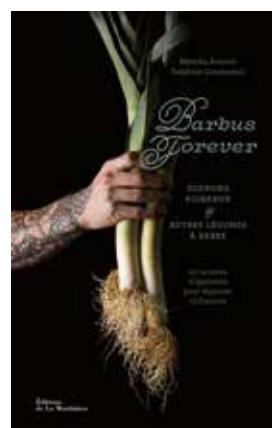
Arnaud Vaingre, sommelier chez Vinoteca, vous conseille pour un accord mets & vins. **Retrouvez sa sélection à la boutique 12, côte d'Eich à Luxembourg-Ville.**

N°227

WWW.VINOTEGA.LU

Plus de recettes

BARBUS FOREVER



OI Éditions de La Martinière

Poireaux, oignons, ail ou échalotes, ces plantes potagères souffrent d'une image un peu vieillotte et leur forte odeur ne vient pas vraiment servir leur cause. Pourtant, les légumes à barbes ou à bulbes sont pleins de bonnes intentions avec leurs vertus antioxydantes et antibiotiques... Avec cet ouvrage en cinquante recettes simples et goûteuses, Natacha Arnoult, auteure et styliste culinaire compte bien rendre aux Barbus ce qui est aux Barbus. Aidée par les illustrations botaniques colorées de Delphine Constantini, elle décline ces légumes souvent oubliés en bouillon d'hiver, en farcis ou en tarte Tatin. Agrémentés de sauce soja ou d'herbes fraîches, les Barbus révèlent des saveurs à faire fondre le palais.

Horoscope

TEXTE : HÉLÈNE MACK

Signe du mois

BALANCE (23.09 au 22.10)

Amour : Mars et Soleil dans votre signe, sans ombre au tableau, vous profiterez chaque jour de petits bonheurs présents. **Travail :** Jupiter et Saturne seront à votre service si on peut dire, grâce à votre bonne volonté et à votre courage. **Vitalité :** Les soirées entre copines vous réjouiront.

SCORPION (23.10 au 21.11)

Amour : Il faudra apprendre à vous mettre à la place de l'autre, votre partenaire à tendance à se montrer agressif envers vous. **Travail :** Quand action et passion prennent en main votre vie professionnelle, on peut s'attendre à un remue-ménage. **Vitalité :** Vous reprenez confiance en vous.

SAGITTAIRE (22.11 au 21.12)

Amour : Vénus en transit chez vous, votre capacité à faire preuve de plus de sérénité rendra votre vie plus agréable. **Travail :** Jupiter s'animera, remettez radicalement en question ce qui vous gêne et vous innovez audacieusement. **Vitalité :** Votre bien-être passera par votre liberté.

CAPRICORNE (22.12 au 20.01)

Amour : Avec Saturne, tout se passera bien si votre partenaire possède la même vision des choses que vous. **Travail :** Mars en conflit, quand vous avez une idée derrière la tête, vous ne lâchez pas facilement et vous savourez votre victoire. **Vitalité :** La patience sera votre arme très efficace.

VERSEAU (21.01 au 19.02)

Amour : Les astres vous protègent, vous saurez mettre tout en œuvre pour consolider les liens existants. **Travail :** Jupiter en soutien, vous acceptez plus

aisément les conseils d'autrui.

Du point de vue commercial, vous vous sentez soutenue. **Vitalité :** Vous aurez peine à décompresser.

POISSON (20.02 au 20.03)

Amour : Les oppositions martiennes se relâchent un peu et vous oublierez un peu vos obligations pour penser davantage à vous. **Travail :** Saturne vous offre son soutien en acceptant des travaux supplémentaires, vos espoirs ne seront pas déçus. **Vitalité :** Un peu de patience, de souplesse.

BÉLIER (21.03 au 20.04)

Amour : À partir du 19, Jupiter repart direct, Vénus sera bénéfique pour vos amours, engagez vous. **Travail :** Saturne rétrograde jusqu'au 11 marque encore un temps de réflexion, il y a des situations qui arrivent à saturation. **Vitalité :** Excellente si vous regardez le bon côté des choses.

TAUREAU (21.04 au 20.05)

Amour : Vénus opposée à votre signe ne vous permet pas véritablement de vous fixer, mieux vaut attendre que les choses se précisent. **Travail :** Vous aurez tout intérêt à garder à l'esprit cet adage qui dit que : "Rome ne s'est pas bâtie en un seul jour". **Vitalité :** Belle forme physique.

GÉMEAUX (21.05 au 21.06)

Amour : La Lune en Vierge, il y aura

une différence notoire entre ce que vous souhaitez et ce que vous ferez sur le plan concret. **Travail :** Vénus opposée, vous aurez un peu de mal à vous conformer aux règles qu'on vous imposera. **Vitalité :** Lâchez prise et conservez votre sérénité !

CANCER (23.06 au 22.07)

Amour : Un profond désir vous animera et vous serez prête à faire le tour de la terre pour rejoindre votre cheri. **Travail :** Mercure en soutien, une personne attentive à vos projets veut vous aider à les mettre à exécution. **Vitalité :** Super dynamisme qui ne sera pas démenti.

LION (23.07 au 22.08)

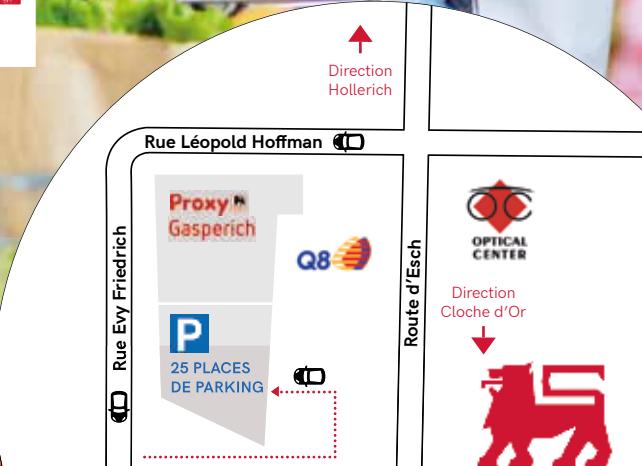
Amour : Tous les ingrédients seront présents, pour faire de cette période votre idéal, Vénus vous apportera beaucoup de joies. **Travail :** Jupiter en soutien, vous êtes prête à vous mobiliser corps et âme pour repousser vos limites. **Vitalité :** Vous êtes motivée mais pas invulnérable.

VIERGE (23.08 au 22.09)

Amour : Malgré des activités intenses, n'oubliez pas votre partenaire, des appels au secours vous montreront votre abandon. **Travail :** Mercure en recul vous donne persévérance et courage pour négocier un virage professionnel. **Vitalité :** Évitez avant tout de gaspiller votre belle énergie.



DÉCOUVREZ VOTRE NOUVEAU SUPERMARCHÉ DE 910M² À GASPERICH !



POUR LES 20 ANS DE FEMMES,
LES 10 PREMIÈRES LECTRICES À SE PRÉSENTER AU MAGASIN AVEC
LE MAGAZINE OU UNE PHOTO DE LA PUBLICITÉ, GAGNERONT UN BON D'ACHAT DE 25€.

SUIVEZ
NOUS !



Proxy **Gasperich**

11 RUE EVY FRIEDRICH L-1552 LUXEMBOURG

OUVERT DU LUNDI AU SAMEDI 7H30-20H00 & LE DIMANCHE 8H00-13H00
Facile d'accès, derrière la station Q8 en face d'Optical Center, parking couvert à disposition

EXPOSITION D'ARTISTES BELGES

CLOSE UP

on Belgian
contemporary art

Chez Degroof Petercam
en collaboration
avec le Musée d'Ixelles

Journées Portes Ouvertes
sur inscription

**2/10/16/24
OCT. 2021**



www.events-degroofpetercam.lu



**Banque Degrooof Petercam
Luxembourg S.A.**
Cloche d'Or
12, rue Eugène Ruppert
L-2453 Luxembourg

