

FEMMES

Juillet / août 2022
n° 235

MODE

L'été
sera mode

DOSSIER GREEN

VOUS FAITES QUOI
POUR LES VACANCES ?

BEAUTÉ

LE SOLEIL OUI,
AVEC PARCIMONIE

BUSINESS

SE FORMER : LE NOUVEAU
MANTRA DES SALARIÉS

BIEN-ÊTRE

LE POUVOIR
DES HUILES ESSENTIELLES

00235
9772738
933027
Prix de vente: 4€



Vakanz Genießen

Entdeckt während 6 Weekender
eenzegaarteg, touristesch Plazen am Land
a kommt dobäi an de Genoss
vu saisonalen a regionale Spezialitéiten.



Bestellt
ären Ticket
elo änner:



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'économie
Direction générale du tourisme

Letzgebuerger,
dat ass Vakanz!

Amphitheater
"Breechkaul"

Weider Informatiounen
zu dëser Entdeckungs-
a Geschmaachsrees op
vakanz-geneissen.lu

VISIT
LUXEMBOURG

LE MONDE EST-IL DEVENU FOU ?

Aujourd’hui, le « plus jamais ça » retentit comme une rhétorique vide de sens. La communauté internationale, qui a créé les Nations unies après la Seconde Guerre mondiale pour prévenir la guerre et maintenir la paix et la sécurité internationale, n’a pas réussi à relever ce défi.

Le conflit en Ukraine en est un triste exemple.

« N’oubliez jamais qu’il suffira d’une crise politique, économique ou religieuse pour que les droits des femmes soient remis en question. Ces droits ne sont jamais acquis. Vous devrez rester vigilantes votre vie durant », écrivait Simone Veil. Elle ne croyait pas si bien dire.

Aux États-Unis, la Cour suprême a annulé, vendredi 24 juin, l’arrêt Roe vs Wade qui reconnaissait depuis 1973 le droit à l’avortement au niveau fédéral. Les États sont désormais libres de passer leurs propres lois et 13 ont déjà prévu de bannir l’avortement.

Alors même que les États-Unis sont confrontés à une hausse de la criminalité dans les grandes villes et à plusieurs tueries de masse... Dans l’État de New York, la Cour suprême a statué en faveur du droit de porter une arme de manière dissimulée hors de chez soi.

« C’est une folie à nulle autre seconde que de vouloir se mêler de corriger le monde » disait Molière.

Excellent lecture

MARIA PIETRANGELI, RÉDACTRICE EN CHEF



COUVERTURE
© Alex Antwerp
Photographie : Cameron Hammond

20200
EXEMPLAIRES CERTIFIÉ CIM



INTERVIEW MODE
P.12
© Estelle Rancurel



BILLET DE LA RÉDAC'
P.06

BILLET DE LA RÉDAC' / 06

01. MODE

NEWS MODE / 08

INTERVIEW MODE / 12

Anémone Anthon,
cofondatrice d'Albertine

MODE / 16

L'été sera mode

02. SOCIÉTÉ

BUSINESS / 34

Se former pour se perfectionner
ou rebondir : le nouveau
mantra des salariés

DOSSIER GREEN / 38

Vous faites quoi
pour les vacances ?

DOSSIER / 42

TCE : l'arme secrète
des pollueurs
contre le climat

DOSSIER IT / 46

Écosystème start-up
cherche scale-up

FINANCE / 50

À l'heure où les masques
tombent, on peut
voyager couvert

NEWS SOCIÉTÉ / 54

03. BEAUTÉ

BEAUTÉ / 56

Le soleil oui,
avec parcimonie

L'AVIS DE LA RÉDAC / 60

BEAUTY CASE / 62

BIEN-ÊTRE / 64

Le pouvoir
des huiles essentielles

NEWS HEALTHY / 68

04. ART DE VIVRE

WE ARE FAMILY / 70

Conseils pour limiter
le temps passé devant les écrans

L'INTERVIEW DU MOIS / 74

Deniz Avcu

INTÉRIEUR / 76

Cap sur l'électroménager
connecté !

MOODBOARD / 80

Douceur poétique

SAVE THE DATE / 82

RESTAURANTS / 90

RECETTE / 94

NEWS FOOD / 96

HOROSCOPE / 98



DOSSIER GREEN
P.38



BIEN-ÊTRE
P.64

ouvrage

DIRECTRICE ET RÉDACTRICE EN CHEF
Maria Pietrangeli

ASSISTANTE
Cécile Genay

RÉGIE PUBLICITAIRE
WAT Éditions Sàrl

DIRECTRICE COMMERCIALE
Julie Kieffer

CONSEILLERS EN COMMUNICATION
Aymeric Grosjean / Kevin Martin

STUDIO DE CRÉATION
WAT Éditions Sàrl

DESIGN GRAPHIQUE
Dorothée Dillenschneider

STAGIAIRE
Margot Pini

RÉDACTEURS

Marc Auxenfants / Fabrice Barbian
Marine Barthélémy / Lisa Beys
Fabien Grasser / Charlotte Kaiser
Thierry Nelissen / Maria Pietrangeli
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.

Billet de la rédac'

TEXTE : CHARLOTTE KAISER

Ô MON BEL ÉTÉ

Connaissez-vous quelqu'un qui n'aime pas l'été ? Je vous pose cette question seulement par politesse, puisque je connais déjà la réponse. C'est vrai, soyons réalistes... Ces deux mois que sont juillet et août sont la meilleure période de l'année, n'en déplaise aux soi-disant amoureux des feuilles mortes qui virevoltent en automne. Parce qu'honnêtement, ce festival de couleurs, de l'orange au vert, c'est magnifique. Mais est-ce que cela vaut un petit spritz au bord de la piscine après une journée de farniente ? Pas du tout, nous sommes d'accord ! Impossible pour moi de voir des qualités aux autres saisons, aucune n'arrive à la cheville de l'été. Je sens que j'en fais un peu trop, mais je n'arrive pas à me contrôler. J'attends vraiment les beaux jours avec toujours la même impatience que lorsque j'étais enfant. C'est clairement le dessert de mon année.

Un moment suspendu qui concentre tout ce que la vie fait de mieux. L'été, c'est les plages dorées. L'été, c'est le bruit des vagues, ces heures à révasser sur un transat (sans penser à Fabienne de la comptabilité), ces retrouvailles avec les copains du camping, des festivals en pagaille (le covid, c'est fini, non ?)... Les journées sont aussi plus longues. Les apéros s'éternisent et se transforment en barbecue où il est parfois difficile de distinguer ce que nous avons dans l'assiette lorsque le soleil finit par se coucher. Nous en profitons aussi pour tester des activités et découvrir d'autres pays. Pendant cette période,

nous oublions tout et en plus nous avons bonne mine ! Vous voyez, cette saison a que des qualités. J'ai toujours été conditionnée à aimer la saison estivale.

Vous le voyez venir ? Je suis née un beau jour d'août... Alors, effectivement, quand j'organisais mes anniversaires plus jeune, tous mes copains étaient en vacances. Une petite contrariété vite balayée. Je m'arrangeais toujours pour le faire avant les grands départs, je profitais donc de mes cadeaux un peu en avance. Le jour j, je mangeais des glaces à l'œil et je faisais à nouveau la fête. Pas folle, la guêpe !

Et si vous avez le calendrier des signes du zodiaque en tête, vous aurez deviné que je suis Lion. Enfin, petite, je disais à tout le monde que j'étais zèbre. Ne me demandez pas pourquoi, je ne suis pas sûre de pouvoir vous répondre. Parce que pour le coup, je suis un vrai lion de la savane. J'ai un petit côté dictateur qui fait parfois bouillonner mon entourage.

Lorsque j'étais enfant, je poursuivais avec une louche en plastique mes cousins et cousines pour qu'ils rangent la salle de jeu. Rien n'a vraiment changé. J'ai gardé cette passion pour le ménage et cette fâcheuse tendance à tout vouloir diriger et contrôler. La preuve en est, je viens de vous faire un billet de la rédac pour vous convaincre que l'été est la meilleure saison ! Je vous conseille d'aller dans mon sens, sans quoi, vous me verrez bientôt débarquer chez vous, louche à la main... ●



ENTENDU À LA RÉDAC'

“

Moi, petit, je voulais
être Pocahontas

”

“

Tu fais vraiment des activités
de daronne maintenant

”

NOS GUIDES PRATIQUES PROPOSENT

- ✓ UN CONTENU STRUCTURÉ ET ILLUSTRÉ
- ✓ UNE DÉMARCHE PROGRESSIVE
- ✓ DES CONSEILS AVISÉS
- ✓ DES SOLUTIONS AUX DIFFICULTÉS ANTICIPÉES



SCANNEZ-MOI

The image displays six brochures from the Chamber of Commerce Luxembourg, each featuring a different practical guide:

- L'APPRENTISSAGE**: A guide for apprenticeship, showing a person working at a desk with a globe and charts.
- CYBERSÉCURITÉ**: A guide to cybersecurity, showing various digital icons like padlocks and user profiles.
- TÉLETRAVAIL**: A guide to remote work, showing a person working at a desk in a home office.
- INTERNATIONALISATION**: A guide to internationalization, showing a world map with flags and a person using a laptop.
- E-COMMERCE**: A guide to e-commerce, showing two people standing in front of a large screen displaying a storefront.
- FACTURATION ÉLECTRONIQUE**: A guide to electronic invoicing, showing two people standing in front of a laptop displaying an invoice.

Each brochure includes the Chamber of Commerce Luxembourg logo and the word "FRANÇAIS".

Téléchargez ou commandez gratuitement votre version imprimée sur www.cc.lu, rubrique « Publications ».

T.: (+352) 42 39 39 - 380 • pub@cc.lu • 7, rue Alcide de Gasperi • L-2981 Luxembourg

News MODE

TEXTE : CHARLOTTE KAISER

LEVI'S S'ENGAGE POUR LE DROIT À L'AVORTEMENT

La nouvelle a fait trembler toute l'Amérique. Début mai, le site d'information américain Politico a dévoilé un document indiquant que la plus haute juridiction du pays, la Cour suprême, s'apprêtait à renverser le fameux arrêt Roe contre Wade, qui garantit le droit à l'avortement depuis plus d'un demi-siècle aux États-Unis. Au milieu de ce chaos et en réaction à ce revirement de la Cour suprême américaine sur la question de l'avortement dans certains États, Levi's s'engage à protéger le droit à l'avortement de ses employés. Le célèbre fabricant de jeans entend ainsi rembourser les frais de déplacement de toutes ses salariées qui seraient amenées à changer d'État pour recevoir des soins de santé, dont des avortements. Un engagement tout à fait louable que d'autres marques ont fait. Parmi elles, Amazon, Uber, Apple ou encore la plateforme de voyage Yelp.



©Saucony Originals

BACK IN THE 90'S

À l'approche de l'été, Saucony Originals lance une réadaptation de sa paire iconique des années 90. La marque américaine ressort ainsi la Shadow 5000 de ses archives, un classique moderne des Nineties. Revisitée pour cette saison 2022, le modèle se pare d'une silhouette à l'esthétisme athlétique. La chaussure de course performante, lancée originellement en 1989, fait donc son grand retour dans la collection des Saucony Originals. Réalisé dans des matériaux de qualité premium, le modèle oscille entre artisanat et innovation. Mais la marque ne s'est pas arrêtée là puisqu'elle a revisité un second modèle : la Shadow 6000 Premium. La paire de baskets s'offre cet été un relooking saisonnier dans le tout nouveau pack Full Suede. Pour l'occasion, la griffe dévoile trois nouveaux coloris audacieux, aux accents estivaux.

Tout seul, on va vite. Ensemble on va plus loin.

La Fondation Follereau Luxembourg est une ONG-D luxembourgeoise engagée pour l'amélioration de la qualité de vie des communautés africaines les plus vulnérables. Grâce à son expérience de 55 ans, la fondation est devenue un acteur fiable et solide au Luxembourg et sur le terrain. Ses activités se concentrent sur différents domaines d'intervention :



Pour soutenir nos activités



COLLABORATION

FLEURIE

La marque parisienne fondée en 1995 par Sophie Méchaly, Paul and Joe, signe une collaboration fleurie avec l'enseigne japonaise Uniqlo. La collection fait la part belle aux imprimés phares de la griffe française, chats et fleurs. Ces différents motifs se déclinent sur diverses pièces et se portent sans hésiter en all-over. Ils insufflent à vos dressings un vent de fraîcheur et apportent à vos looks une touche estivale à tomber. On retrouve dans cette collection des robes longues et vaporeuses ainsi que des jupes midi à volants. La créatrice de Paul and Joe a également décliné l'imprimé sur l'accessoire de l'été par excellence : le foulard. On le porte dans les cheveux, autour du cou ou autour de son sac. Avec cet accessoire, les deux marques tapent dans le mile puisqu'il est très en vogue cette saison. Il souligne le côté chic et élégant d'une tenue.

38

C'est le montant, en euros, de la robe avec laquelle Eva Longoria a foulé pour la première fois le tapis rouge du Festival de Cannes. C'était en 2005.

Instagram en folie

C'est enfin réel... Le créateur français Simon Porte Jacquemus plonge dans l'univers du sportswear en dévoilant une collaboration avec le géant américain Nike. La collection, qui déchaîne (sans surprise) les passions sur Instagram, regroupe 15 pièces qui mêlent les influences provençales du designer français au savoir-faire technique de l'équipementier américain. On retrouve ainsi une revisite de l'icône Huamara, basket Nike préférée de Simon Porte Jacquemus, une jupe plissée façon tennis, ainsi qu'un bob unisexe. « Il était important que la collection soit accessible, pour tous les corps, et qu'elle soit un mélange naturel du style Jacquemus et des performances de Nike », a déclaré Simon Porte Jacquemus dans un communiqué de presse annonçant la sortie de la collection. Celle-ci est disponible depuis le 28 juin sur le site de la marque.



À L'INSTINCT BY MESSIKA

La Maison Messika se lance dans les podcasts avec sa série audio « À l'Instinct ». La marque de bijoux de luxe donne la parole à des personnalités importantes de la Maison et révèle les liens qui les unissent. Ce nouveau podcast imaginé par Valérie Messika, fondatrice et directrice artistique de la Maison qui porte le même nom, est une rencontre intime avec plusieurs invités : le célèbre diamantaire et père de la créatrice,

André Messika, Nicolas Loufrani le PDG de Smiley Compagnie, le Chef de renom Pierre Hermé, ou encore Antoine Trémoulinas le Directeur de la Production de la Maison. La série est accessible sur les différentes plateformes d'écoute. À l'image d'un diamant, « À l'Instinct » est un podcast aux multiples facettes qui dévoile les êtres et révèle leur authenticité. Embarquement pour un voyage sonore en cinq escales !



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

Inspirez-vous sur eggo.lu



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

Anémone Anthon, cofondatrice d'

ALBERTINE

Il se cache derrière la marque Albertine un passé entrepreneurial familial initié en 1913 et une volonté farouche de transformer le maillot de bain en véritable pièce de mode. Une envie portée par deux sœurs, Caroline et Anémone Anthon. Influencées par leurs souvenirs ensoleillés d'enfance, elles ont réussi à créer une griffe qui fait fureur sur les plages du monde entier.

TEXTE : CHARLOTTE KAISER
PHOTOGRAPHIE : ESTELLE RANCUREL



Comment l'aventure Albertine a-t-elle commencé ?

L'histoire d'Albertine débute il y a plus de 10 ans, j'ai dû mal à donner une date précise. En réalité, la famille de notre papa était dans la confection de lingerie dans la Drôme, depuis trois générations. À l'époque, on appelait cela la corseterie et la bonneterie. Notre grand-père paternel, Albert, que j'ai connu, était à la tête de cette usine de confection. Mon père y a travaillé et a repris le flambeau. Ce passé familial a périclité, fin des années 80, début des années 90. De nombreuses usines ont délocalisé leur production au Maghreb, voire en Chine. Mon père a alors déposé le bilan. Finalement, l'histoire de ma famille rejoint l'histoire de la désindustrialisation de la France. Ma sœur, Caroline, et moi-même avons connu cette époque à travers les histoires et les anecdotes familiales, nous n'avons pas du tout travaillé dans l'usine de confection. Mais les souvenirs de cette époque prenaient une place importante dans nos têtes. On magnifie souvent les moments que l'on n'a pas vraiment vécus.

Compte tenu de votre histoire familiale, vous étiez prédestinée à la création de votre propre marque de lingerie et de maillots de bain...

Il ne faut pas se fier aux apparences puisque ce n'est pas aussi évident qu'il y paraît. Notre père ne nous a absolument pas poussées à choisir la voie de l'entrepreneuriat, puisque c'était assez douloureux pour lui. Il s'est d'ailleurs totalement reconvertis après la fermeture de la manufacture. Ma grande sœur et moi-même avons donc pris des chemins totalement différents en termes d'études. Ma sœur a suivi une formation en marketing et finances. Pour ma part, je me suis dirigée vers l'audiovisuel et la communication. Nous avons fait notre petit bonhomme de chemin dans nos secteurs respectifs. On s'entendait très bien et une idée a commencé à germer dans nos têtes. On avait envie d'entreprendre ensemble et de déterritoriser cette histoire familiale pour en faire quelque chose.



“
Créer une marque qui sent bon la saison estivale est apparue comme une évidence

”

Quel a été le déclencheur ?

Il n'y a pas eu vraiment de déclencheur, mais disons que les planètes se sont alignées à la perfection. Il y a une quinzaine d'années, Caroline et moi-même avions envie de changer de travail et de créer. À l'époque, le secteur de la lingerie et du maillot de bain répondait à une logique bien précise. Il y avait d'un côté les grands faiseurs, les marques mainstream, et de l'autre côté les griffes très pointues et donc très onéreuses. Dès le début, nous voulions proposer une alternative et moderniser l'univers du maillot de bain. Nous sommes très attachées à l'été, aux vacances. Créer une

marque qui sent bon la saison estivale est apparue comme une évidence. La genèse d'Albertine reliait ainsi l'envie d'entreprendre et l'émotionnel lié à notre passé familial. Nous avons des souvenirs en pagaille de vacances, de cette maison au bord de l'eau. Ce sont des moments que nous avons tous plus ou moins en commun. Nous souhaitions amener quelque chose de nouveau dans la création, un côté mode au maillot de bain pour aller au-delà de la praticité. Nous voulions que ce produit devienne plus qu'un produit essentiel que l'on doit absolument avoir pour aller nager. Notre but était de le transformer en véritable pièce de mode. Nos maillots de bain peuvent se porter certes pour aller se baigner, mais ils peuvent également être associés à un jean et une chemise ouverte pour aller prendre un apéro en ville.

Comment le lancement d'Albertine s'est-il déroulé ?

Nous nous sommes un peu lancées la fleur au fusil. Nous n'avions plus rien de l'entreprise de notre grand-père et de notre père.

Mais nous avions une certaine naïveté et une douce insouciance pour nous. C'est aussi une histoire de rencontres. Dès le début, nous avons connu une personne qui nous a donné le contact d'un agent au Portugal. Grâce à lui, nous avons trouvé très rapidement un fabricant alors que nous ne connaissions personne. C'est vraiment de la chance parce que le nerf de la guerre c'est le fabricant. Il est bon aussi de remettre la création d'Albertine dans son contexte. Il y a 15 ans, ce n'était pas aussi évident que maintenant de créer une marque. C'était extrêmement compliqué.

Est-ce compliqué de travailler avec sa sœur ?

Non, pas du tout, je le vois plutôt comme un atout. Je suis hyper admirative de mes amis entrepreneurs et de mes amies entrepreneuses qui le font seuls. Moi, jamais, je ne me serais lancée dans l'entrepreneuriat en solitaire. Être à deux, cela a du bon. Lorsque l'un des deux est plus faible ou a un coup de mou, l'autre peut le soutenir. Cela permet aussi d'avoir un avis différent du sien. Je trouve donc cela très rassurant de le faire en famille. J'ai un sens de la famille fort que je partage avec Caroline. Nous avons des valeurs communes et nous sommes capables d'échanger lorsque nous ne sommes pas d'accord. Pour être tout à fait honnête, nous nous agaçons parfois comme des sœurs peuvent le faire puisque nous nous connaissons par cœur. Mais cela reste une chance énorme d'avoir cette confiance au quotidien.

Quel est votre processus créatif ?

De par nos expériences professionnelles et nos études, ma sœur et moi-même avons des tâches différencierées. Caroline va plus s'occuper de la production et de l'aspect finances. Je vais gérer la communication et l'image de la marque. Nous nous retrouvons ensuite à la genèse de la création. Au début d'Albertine, nous n'étions que toutes les deux. Ce n'est plus le cas actuellement, c'est assez collégial. Le premier souffle



vient toujours de Caroline et moi-même, mais nous discutons par la suite avec notre équipe produit composée d'une styliste et d'une cheffe de produit. Nous demandons, de temps en temps, l'avis d'un responsable magasin ou d'un responsable merchandising pour obtenir un spectre plus large.

Quelles ont été vos inspirations pour votre collection d'été de cette année ?

Il n'y a pas de fil conducteur à proprement parler. Nous travaillons beaucoup plus à l'instinct, selon nos envies. Généralement, nous faisons une première réunion où nous évoquons nos désirs en termes de tissu, de couleur... Nous définissons alors un plan de collection en fonction de ce qui a marché et moins bien fonctionné la saison précédente. De là ressort une idée. Pour SS22 par exemple, lorsque j'ai vu l'imprimé fleuri vintage des pièces de la saison qui rappelle le caravanning, j'ai immédiatement imaginé l'univers du shooting autour du thème du camping.

Nous restons influencées par les tendances, mais nous souhaitons garder cette part d'instinct et d'émotion. Nous travaillons globalement toujours avec les mêmes fabricants, la qualité des matières choisies nous importe énormément.

Quels sont les projets de la marque ?

Nous sommes dans une très bonne dynamique (+30 %). Le travail paye ! Nos boutiques de Biarritz et Hossegor fonctionnent très bien. Il y a quelques semaines, nous avons lancé notre parfum, qui se nomme 14 heures en été. Il y a également une huile pour le corps et les cheveux, avec la même odeur, que l'on a développée avec un nez dans les règles de l'art, à Grasse. Nous avons aussi une collaboration à venir avec une marque de vernis green que nous adorons, porté par Gaëlle Lebrat-Personnaz, Manucurist. Dans un avenir plus lointain, nous souhaitons aussi ouvrir notre propre boutique à Paris. ●



CHAMPAGNE LOUIS ROEDERER BRUT ROSÉ MILLÉSIMÉ
POUR UNE OCCASION SPÉCIALE OU POUR CRÉER UNE OCCASION

Freelance Vins Fins

Importateur exclusif Konsdreferstrooss, 8a L-6230 Bech Tél. : 43 68 42 freelanc@pt.lu www.freelance-vins.lu



THE KOOPLES



L'ÉTÉ SERA MODÈ

Pour un look de plage à la pointe de la tendance, on glisse dans nos valises des longues robes tie and dye (ou pas) et des pièces ultra légères en toile ou en lin. Et même si cette dernière est prête à exploser, on n'oublie pas d'y déposer ce sempiternel short en jeans et des combishorts qui sentent bon les pique niques à rallonge et le monoï.

TEXTES & SÉLECTION : CHARLOTTE KAISER



JULIA JUNE



XANDRES



UNIQLO

Du soleil et des maillots de bain !

Sur une plage baignée de soleil en Sicile ou au fin fond de la Corrèze, on opte pour un look qui sent bon les pool party, l'air marin et la crème solaire. Pour jouer les naïades, on délaissé les pièces unies un poil vues et revues. On ose porter des imprimés inspirés par la nature et des maillots de bain rétro. À nos pieds ? On troque les bonnes tongs en plastique contre des jolies sandales.

Et pour accessoiriser la tenue, on met dans sa valise des cabas en paille et des bobs en pagaille.



KAFTAN

19,99 €



MAILLOT DE BAIN À FLEURS

34,99 €



BIKINI FLEUR : TOP 19,99 € • BAS 12,99 €

BIKINI TON NATURE : TOP 14,99 € • BAS 9,99 € / KAFTAN : 39,99 €



SANDALES

19,99 €


C&A


BOB BEIGE

14,99 €



HAUT DE BIKINI

14,99 €



BAS DE BIKINI

9,99 €



CABAS

14,99 €

Collection disponible dans une sélection de magasins en Belgique et au Luxembourg,
ainsi que sur [c-a.com](http://www.c-a.com), jusqu'à épuisement des stocks et sous réserve de modifications

www.c-a.com



ROSEANNA



SCOTCH AND SODA



ALEX ANTWERP



LEVI'S



TWINSET



Maryse Hoffmann
BIJOUTERIE HORLOGERIE
by S. Streff

LUXEMBOURG



Bijouterie Maryse Hoffmann by Sandy Streff
Stresa S.a.r.l.
11a, av. de la Porte-Neuve | L-2227 Luxembourg
www.bijoux-streff.lu | Tél.: 47 18 73



LA REDOUTE



VILA

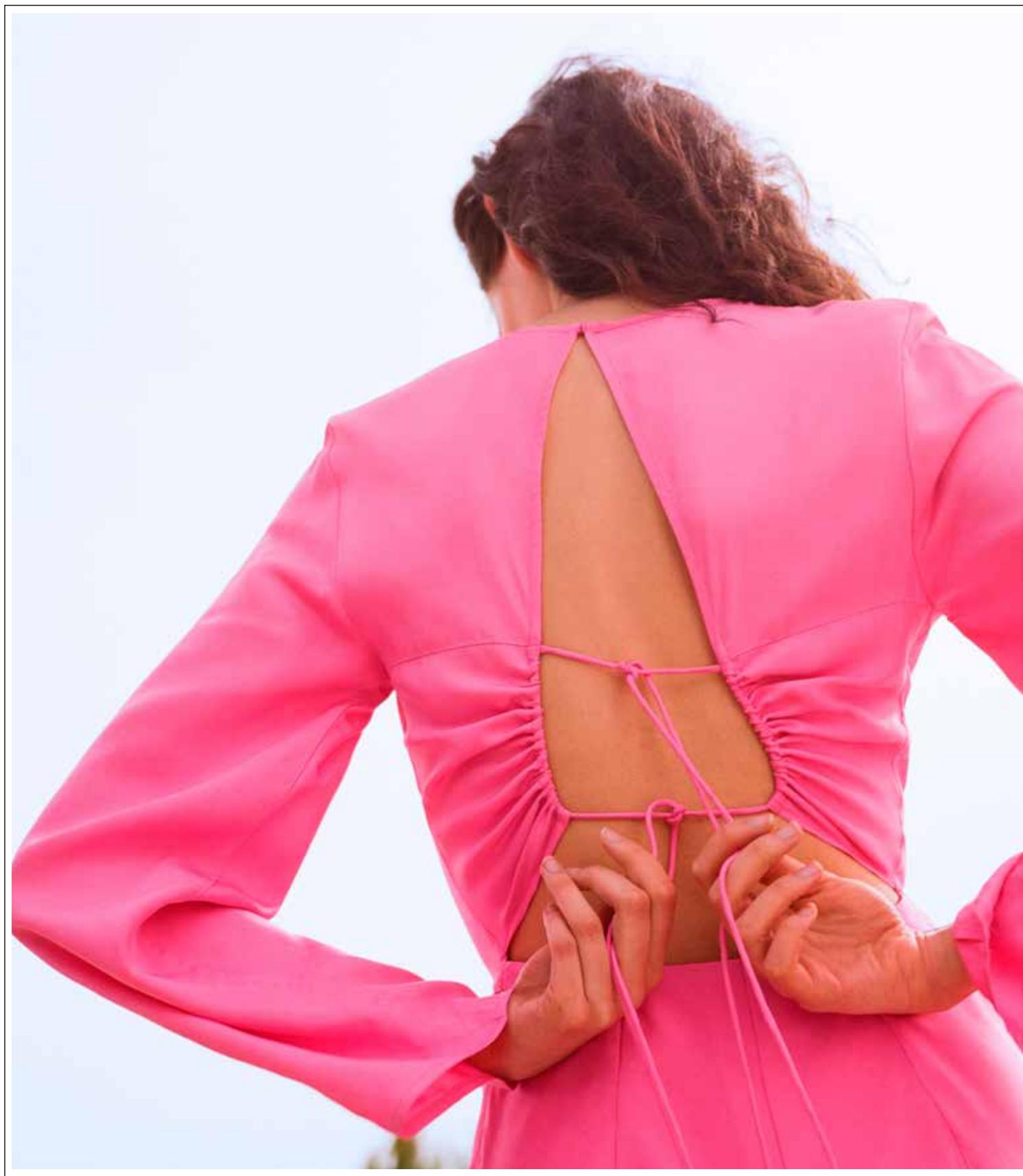


FILIPPA K



À KNOKKE-HEIST, LE SOLEIL BRILLE ET LES PORTES DES MAGASINS VOUS SONT TOUJOURS GRANDES OUVERTES.

À Knokke-Heist, le shopping n'a pas son pareil. Et il ne s'arrête pas, puisque les magasins sont également ouverts le dimanche et les jours fériés. Il y en a pour tous les goûts, de la simplicité rafraîchissante au raffinement haut de gamme. Imaginez le tout agrémenté d'un bon bol d'air marin et d'excellents restaurants. Que demander de plus ?



ARKET



ice
watch

MATCH YOUR WATCH



www.ice-watch.com

SE FORMER POUR SE PERFECTIONNER OU REBONDIR : LE NOUVEAU MANTRA DES SALARIÉS

Responsable du portail lifelong-learning.lu, Anne Oswald a vu l'offre de formation se développer considérablement ces dernières années. En dix ans, leur nombre a plus que doublé sur son site, passant à près de 12.000, et les organismes qui les dispensent se multiplient eux aussi. Dans un monde où on est de plus en plus amené à changer d'emploi au cours de sa vie professionnelle, la nécessité de se former en permanence n'échappe plus à grand monde. Conserver son métier... ou pouvoir en changer : cette double nécessité nourrit un business aujourd'hui incontournable.

TEXTES : THIERRY NELISSEN | PHOTOGRAPHIE : MATHILDE MAGNE

Anne Oswald



Pouvez-vous nous décrire le portail lifelong-learning.lu, et les raisons qui ont conduit à sa création ?

Lifelong-learning.lu constitue le site de référence en matière de formation tout au long de la vie au Luxembourg. Il donne accès aujourd’hui à plus de 12.000 formations couvrant à peu près tous les secteurs d’activité de l’économie luxembourgeoise. Les formations sont publiées par les organismes membres. Le site centralise, en plus de cela, toutes les informations utiles liées à la formation au Luxembourg : aides à la formation, voies alternatives d'accès au diplôme, validation des acquis, événements, actualités, contexte législatif... L'objectif premier du portail est de faciliter l'accès à la formation, en proposant en quelques clics l'intégralité des renseignements nécessaires pour entamer une démarche dans ce sens. C'est une plateforme dédiée au développement des compétences.

“

Le défi : faire se rencontrer sur une même plateforme l'offre et la demande de formation au Luxembourg

”

C'est un site officiel ?

Le site est géré et animé par l'INFPC (l'Institut national pour le développement de la formation professionnelle continue), établissement public sous la tutelle du ministère de l'Éducation nationale, de l'Enfance et de la Jeunesse.

Le défi était de faire se rencontrer sur une même plateforme l'offre et la demande de formation. Nous avons travaillé au développement d'un outil à l'usage de tous, facile à utiliser. En 2005, on avait une

cinquanteaine d'organismes de formation référencés sur la plateforme, et un peu plus de 2000 formations. Aujourd'hui, nous en avons 12.000, et 300 organismes de formation sont membres.

L'objectif initial n'a pas changé : faciliter l'accès à la formation, et souligner l'importance de se former tout au long de la vie.

Comment êtes-vous tombée dans le bain de la formation ?

Ça fait maintenant 21 ans que je suis à l'INFPC. À la base, j'ai une formation en sciences politiques, avec une ouverture sur beaucoup de possibilités... À l'époque, le domaine des ressources humaines et de la formation m'intéressait énormément. Travailler pour un institut national ouvrait la possibilité de toucher à plein de choses et à plein de secteurs différents, ce qui m'a amenée à postuler ici... et je n'ai pas été déçue.

En 2000, la loi sur le cofinancement de la formation en entreprise était entrée en vigueur, et il fallait accompagner, sensibiliser les entreprises, leur expliquer le fondement de cette législation, à savoir professionnaliser les pratiques au sein des entreprises, et apporter petit à petit cette notion de plan de formation, ou d'anticipation des besoins en la matière par rapport aux objectifs de développement de l'entreprise. Bien sûr, au Luxembourg, on n'avait pas attendu cette législation pour faire de la formation. Les chambres professionnelles, par exemple, en proposaient depuis des décennies. L'idée de la plateforme est née à ce moment-là.

À qui vous adressez-vous en priorité ?

Nous avons une vocation universelle, puisque nous nous adressons aussi bien aux particuliers qu'aux entreprises, aux professionnels de la formation et à ceux de l'emploi et de la formation. Le particulier, c'est toute personne désireuse de développer ses compétences, se former, se perfectionner... avec toujours en toile de

fond le thème de l'employabilité, qui est très important. Le portail est un outil qui va faciliter ses recherches. L'entreprise a tout intérêt à investir dans la formation de ses salariés puisque l'investissement dans le capital humain est indispensable pour optimiser ses performances et assurer sa compétitivité, dans un contexte qui est en constante évolution. Le portail constitue pour l'entreprise un outil pour la formation et les ressources humaines.

Des formations échappent-elles à votre radar ?

Il faut savoir qu'on s'adresse aux organismes de formation qui sont agréés. Mais cela peut être aussi bien des organismes privés que des organismes associatifs, des organismes publics, des organismes de formation des chambres professionnelles... Et les formateurs individuels peuvent aussi être des organismes de formation privés, selon le droit d'établissement. C'est très large !

À quoi répond l'éventail d'offres disponible sur le portail ? Aux besoins réels du marché ?

Les organismes de formation s'adaptent naturellement aux besoins du marché, donc notre offre est en adéquation avec cette demande. On le constate dans les statistiques : dans le Top 5 des domaines les plus consultés par les internautes et ceux qui sont le plus proposés, il y a une similitude. Il y a le domaine des langues, l'informatique, le développement personnel et professionnel, le domaine banque assurance et tout ce qui est encadrement-management.

Si on regarde les domaines les plus proposés par les organismes de formation, on retrouve dans l'ordre l'informatique, les langues, le développement personnel-professionnel, tout ce qui est logiciels-bureautique, et banque assurance... Un peu plus bas, on retrouve encadrement-management. Il y a vraiment beaucoup de similitudes...

La crise du Covid-19 a-t-elle changé la donne ?

Les organismes de formation s'adaptent à la conjoncture, c'est incontestable. En 2019, nous avions 1% de formations en e-learning. Fin 2020, après le début d'une crise sanitaire sans précédent, la transformation digitale de l'offre s'est considérablement accélérée : on est passé à 15% d'offre en « digital learning », des formations pouvant être en e-learning (à suivre quand on veut, à son rythme) ou en classes virtuelles. En 2021, nous avions 17% d'offres en « digital learning ».

Quels sont vos arguments envers les salariés ?

Pour les particuliers, se former permet de maintenir son employabilité, d'évoluer dans son métier, de changer potentiellement d'emploi, d'avancer dans sa carrière, mais aussi d'obtenir une satisfaction personnelle. Nous avons aussi une infoline, une ligne téléphonique sur laquelle on peut nous poser toute question relative à la formation. Aujourd'hui, on parle beaucoup d'upskilling, de reskilling... Nous sommes vraiment dans une logique d'acquisition de plus de compétences dans des métiers qui, tous, évoluent. Je prends toujours l'exemple de celle qui s'occupe du marketing dans une entreprise et qui va aller suivre une formation en marketing digital. Elle n'a pas vraiment le choix. On est clairement dans ce concept de « upskilling ».

Matériellement, quel est l'intérêt pour une entreprise ou un salarié de se lancer dans des formations ?

Il existe des aides pour les entreprises, mais aussi pour les particuliers. Pour les entreprises, deux dispositifs sont en place. D'abord, le cofinancement de la formation en entreprise. Toutes les formations du secteur privé légalement établies au Luxembourg peuvent solliciter l'aide financière de l'État, qui s'élève à 15%

imposables du montant total de l'investissement en formation. Cela recouvre non seulement les factures des organismes de formation, mais aussi les frais de salaire des personnes en formation. Le second dispositif est un subside pour l'apprentissage de la langue luxembourgeoise, géré par le ministère du Travail.

Pour les particuliers, les aides sont de trois types : congés payés spéciaux, aménagement du temps de travail et aides spécifiques.

devenir fleuriste. On lui a expliqué les possibilités. C'est un apprentissage pour adulte. Et ça fonctionne !

Y a-t-il des formations particulièrement à la mode ?

On parle beaucoup aujourd'hui de « soft skills », toutes ces compétences comportementales ou humaines qui sont transversales à beaucoup de métiers, et sont aussi très prisées par les employeurs. On les retrouve dans le domaine du développement personnel et professionnel : efficacité personnelle, résolution de problèmes, intelligence émotionnelle, gestion du temps, gestion du stress... Chacun de nous peut en avoir besoin à un moment donné.

Peut-on se former à l'étranger aussi ?

On peut se former à l'étranger, bien sûr. Vous trouverez d'ailleurs sur lifelong-learning.lu des formations établies en France, en Belgique... La condition sine qua non est que l'organisme de formation soit agréé dans son pays.

Y a-t-il une grille d'auto-analyse qui oriente vers les modules nécessaires ? Des conseillers ?

Nous ne sommes pas conseillers en tant que tels. Notre mission est d'informer. Et nous encourageons la démarche consistant à rechercher de l'information, se renseigner, parler avec les organismes de formation... Nous avons des liens assez forts avec l'Adem et la Maison de l'orientation qui jouent plus ce rôle. Une personne désirant établir un bilan de compétences peut le faire par le biais de certains organismes de formation renseignés sur notre plateforme.

Quelle sera la prochaine formation que vous suivrez ?

Une formation en luxembourgeois. Je le parle, mais je dois encore me perfectionner. ●

“
Nous essayons de donner
à l'individu toutes les
pistes possibles. C'est lui
qui a les clés en main

”

Conseillez-vous, quand on est dans un métier spécifique, d'entreprendre des formations totalement différentes pour accéder, éventuellement, à une autre branche d'activité ?

Nous essayons de donner à l'individu toutes les pistes possibles. C'est lui qui a les clés en main, et cette notion nous tient véritablement à cœur. S'il a sous les yeux l'éventail des possibilités, cela lui permet de réfléchir de manière plus globale à son projet de vie. L'individu peut contacter l'organisme de formation pour en savoir plus, et nous l'incitons à le faire.

Connaissez-vous des cas précis de gens ayant totalement changé de voie professionnelle à la suite d'une formation ?

J'ai déjà eu une personne qui travaillait dans la comptabilité et qui a voulu



bisfeld

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

+ **10 000**
formations
pour renforcer vos talents

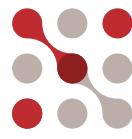
LIFELONG-LEARNING.LU



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.



INFPCL



**INSTITUT NATIONAL
DES LANGUES**



**LANGUES • CERTIFICATIONS
• FORMATIONS**

Journées
d'orientation
pour nos cours
d'automne

12 & 13 juillet
15, 16 & 19 septembre

Prise de rendez-vous via
myinl.inll.lu



plus de 1000 cours

10 certifications
nationalité

3 sites
Glacis • Belval • Mersch

www.inll.lu



@INLOfficialpage



@INL_lu

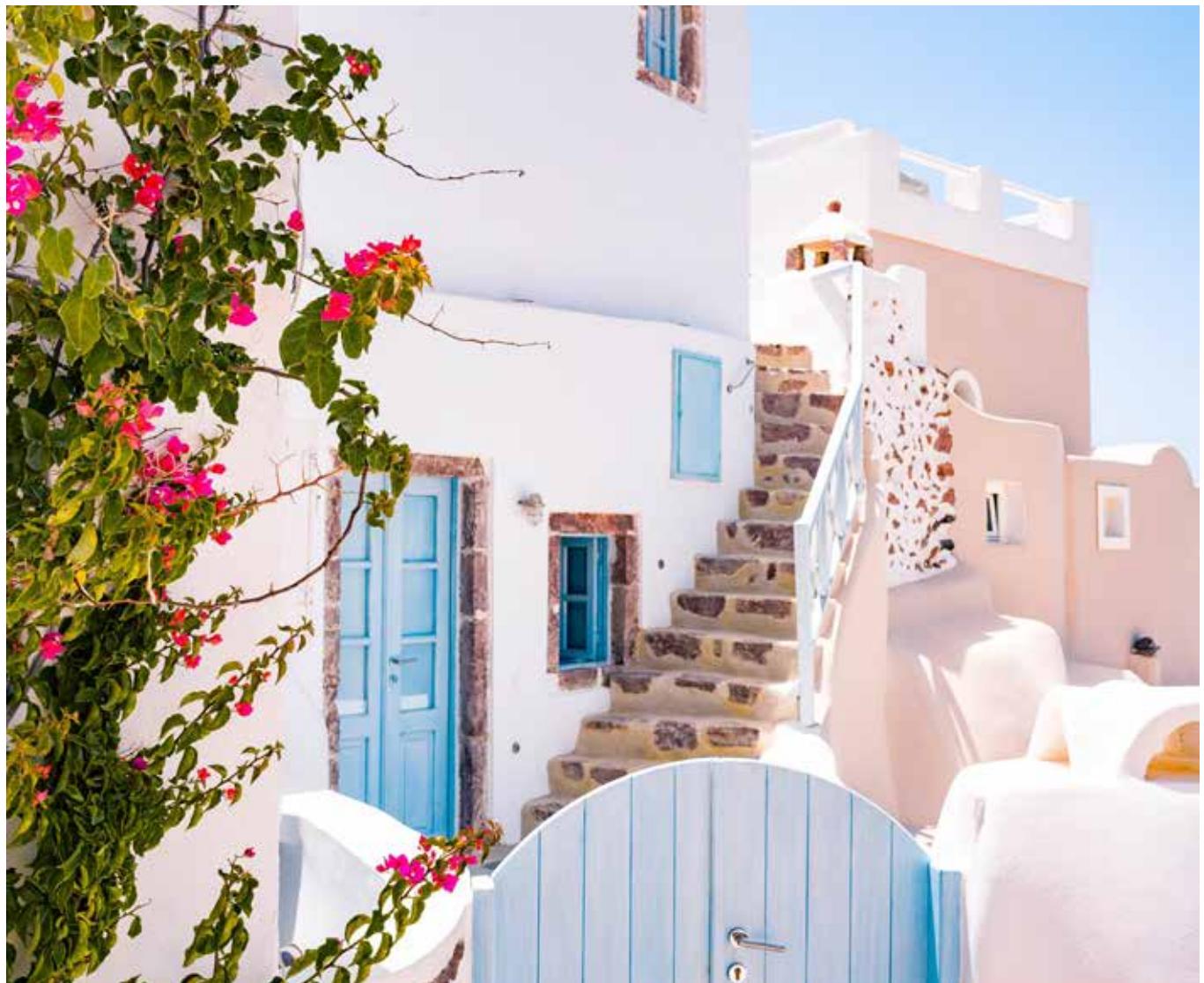


inll.lu

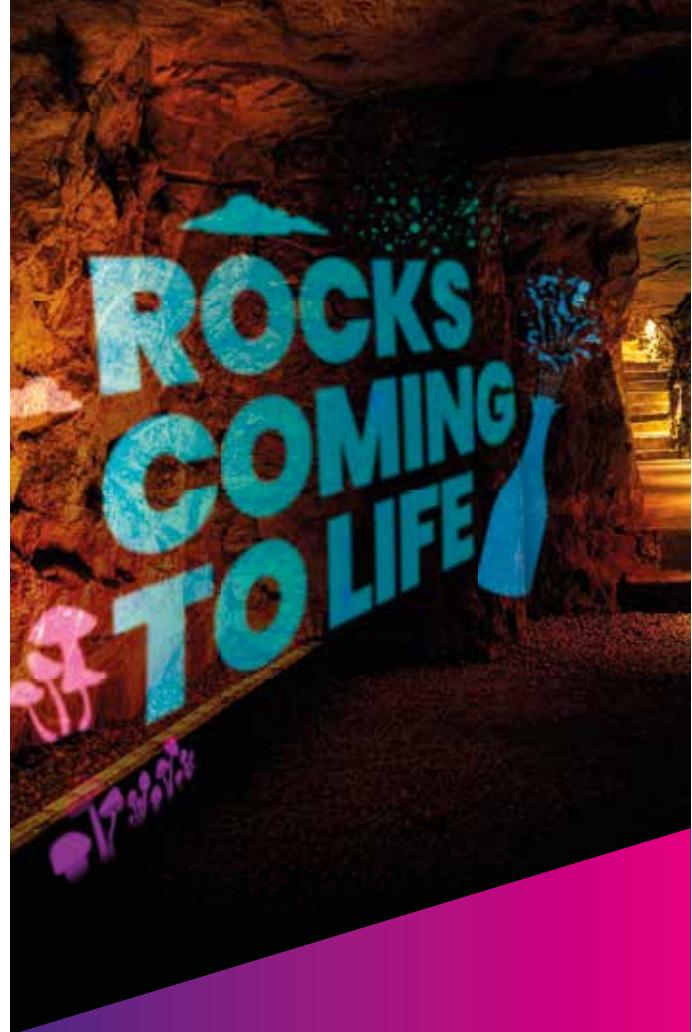
VOUS FAITES QUOI POUR LES VACANCES ?

La crise sanitaire et l'urgence climatique ont modifié les habitudes en matière de tourisme. Préserver l'environnement, renouer avec la nature ou bien encore prendre son temps sont autant de préoccupations et priorités qui gagnent du terrain. Du tourisme régénératif au staycation, de nouvelles tendances émergent ou se confirment en matière de voyage et de découverte.

TEXTE : FABRICE BARBIAN



LUXEMBOURG CITY UNDERGROUND



**EXPLORE
THE PÉTRUSSE CASEMATES
LIKE NEVER BEFORE**

Tickets

luxembourg-city.com

Luxembourg City Tourist Office - Place Guillaume II



luxembourg
city tourist office

LE TOURISME RÉGÉNÉRATIF

Le tourisme régénératif ne se réduit pas à un nouveau mode de voyager, c'est plutôt une façon nouvelle de découvrir le monde et de participer à son « bien-être ». Le concept, pour faire simple, consiste, au-delà du respect des lieux visités, à agir pour les restaurer ou les régénérer. Comment ? En participant aux récoltes, en organisant des sorties visant à ramasser les déchets, en optant pour des solutions d'hébergement écoresponsables, en initiant des projets avec la communauté locale pour lui permettre de continuer à vivre sur place... C'est s'attacher à générer et à partager des bénéfices sociaux et environnementaux positifs tant pour les personnes que pour les lieux visités. On peut aussi parler de « philantourisme ».

LE SLOW TOURISME

À l'image de la slow food, l'idée est de pleinement profiter de ses vacances. Plus question d'enchaîner les visites sur un rythme d'enfer pour absolument voir tous les sites que compte la destination. À la quantité, le slow tourisme préfère la qualité et cela tout en veillant à savourer l'instant présent, en pleine « conscience ».

LE GLAMPING

Le glamping, c'est la contraction de glamour et de camping. Le concept, c'est donc de passer des vacances au plus proche de la nature, mais attention, dans d'excellentes conditions. Terminé la tente sous laquelle on cuite, les douches collectives et les matelas pneumatiques qui couinent (ou collent). Les adeptes du glamping veulent des tentes (ou des lodges) superbes, des sanitaires personnels, des vrais lits, des aménagements premium pour un confort plein d'étoiles. Et il suffit donc de franchir la « porte » pour profiter de la nature environnante. Bien entendu, les sites qui accueillent de telles installations méritent le détour et tout est fait (ou devrait l'être) pour les préserver.

LA VANLIFE

Partir en vadrouille en van est une tendance qui a le vent en poupe, alimentée par la crise sanitaire qui a invité chacun à éviter les grands « rassemblements » et à alimenter les besoins de prendre l'air, de liberté. Il est vrai que l'Europe offre en la matière des milliers de parcours et destinations plus superbes les uns que les autres. L'ambition est de se réveiller chaque matin dans des endroits magnifiques, de profiter de la nature, de vivre à son rythme et cela tout en limitant au maximum son impact sur l'environnement. Il y a assurément du slow tourisme dans la VanLife qui invite au « minimalisme » (mais les engins consomment, c'est indéniable même si l'électrique gagne du terrain). Les adeptes ont leurs sites et autres applis comme Park4night pour ne citer qu'elle.

“
Le tourisme régénératif, c'est s'attacher à générer et à partager des bénéfices sociaux et environnementaux positifs tant pour les personnes que pour les lieux visités
”

LE BLEISURE

C'est l'art de concilier les voyages d'affaires (ou le business) et les loisirs, autrement dit le « *leisure* », joindre l'utile à l'agréable, pour le dire autrement. S'organiser pour arriver un ou deux jours avant une réunion ou décaler son retour à l'issue de cette dernière n'est pas nouveau. Mais avec les nouvelles technologies qui permettent de travailler à distance, c'est une tendance qui s'affirme. L'étape suivante, c'est de devenir « *digital nomad* », autrement dit de passer sa vie à vadrouiller tout en télétravaillant. Différents pays comme Malte, par exemple, ont créé des visas spécifiques permettant à ces « *nouveaux* » nomades de passer de longs mois sur place. L'idée, c'est vraiment de changer de rythme, de profiter de la vie autrement, de gagner un respect de « *soi* » qui invite à davantage prendre soin des autres, de la nature, de la vie quoi.

LE STAYCATION

Contraction des mots anglais « *stay* » (rester) et « *vacation* » (vacances), le « *staycation* » consiste à s'évader sans partir très loin ni très longtemps. C'est découvrir ou redécouvrir des sites à proximité, pousser la porte d'une auberge où l'on n'est jamais allé, passer une nuit chez l'habitant dans la commune d'à côté, redécouvrir sa ville... C'est l'art de voyager léger, de veiller à respecter l'environnement en n'alimentant pas



les gaz à effet de serre, d'apprendre à savourer ce dont on dispose à ses pieds plutôt que de parcourir des milliers de kilomètres en quête « *d'autre chose* ». En plus, le staycation a le mérite d'être accessible à tous, financièrement parlant.

LES MICRO-AVENTURES

On parle aussi de micro-tourisme. L'ambition c'est de vivre une « *aventure* » sans pour autant en faire quelque chose d'exceptionnel. C'est sortir des sentiers battus, renouer et explorer la nature environnante ou s'immerger dans un nouvel univers et tout cela à proximité de chez soi, le temps d'un week-end ou de quelques jours. C'est comme s'offrir une parenthèse dans une vie qui ronronne afin de s'évader en empruntant les chemins de traverse. Passer une nuit à pêcher la carpe dans un étang au fin fond des bois, mais à 5 minutes de chez soi en voiture, c'est déjà une micro-aventure. C'est tout simple,

tout bête, mais il y a une vraie « *rupture* » avec le quotidien. Et cela fait beaucoup de bien. Une bonne idée pour se ressourcer.

LA FRIENDCATION

La friendcation c'est tout simplement le fait d'aller passer quelques jours chez des amis. Du squat, en fait ? On peut le dire ainsi si ce n'est tout de même que cela se fait avec leur accord, bien entendu. Ce n'est pas nouveau, mais c'est une tendance qui prend ses aises car elle est économique, flexible (si vous désirez rester un ou deux jours de plus, ça devrait pouvoir se faire) et elle permet de renouer des liens qui ont pu se distendre pour cause de crise sanitaire. C'est aussi une bonne manière d'élargir son cercle de connaissances, les amis de mes amis étant mes... amis. Certes, ce n'est forcément écolo, mais rien n'empêche d'agir à bon escient pour qu'il en soit ainsi. L'écologie n'est pas un label, mais un état d'esprit. •

Chaque effort compte. C'est bien de se sentir soutenue.

Découvrez l'histoire de Charlotte : klimabonus.lu



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG



8002 11 90

 Klimabonus

Mes efforts peuvent faire la différence.
Pour moi. Pour le climat.
Pour les générations futures.

TCE : L'ARME SECRÈTE DES POLLUEURS CONTRE LE CLIMAT

Le Traité de la charte de l'énergie (TCE) permet à une entreprise d'attaquer un État quand elle juge que ses profits sont amputés par des mesures en faveur de la transition énergétique. Au Luxembourg, ce mécanisme permet à des sociétés boîtes aux lettres d'engranger des centaines de millions d'euros d'argent public au détriment du climat. Pour ses détracteurs, ce traité international est incompatible avec l'objectif de l'Accord de Paris de limitation du réchauffement climatique.

TEXTE : FABIEN GRASSER



Le TCE-Rex ne s'est pas échappé d'un blockbuster hollywoodien. Le 31 mai dernier, ce dinosaure de 7 mètres de haut se dressait pourtant place d'Armes, à Luxembourg, dans le cadre d'une tournée européenne initiée par une coalition contre le Traité de la charte de l'énergie (TCE). Fabriqué à partir d'artefacts de combustibles fossiles, il symbolise aux yeux des ONG les dérives d'un texte qu'elles estiment « préhistorique, dangereux et trop mal connu du grand public ». « Le Luxembourg est en faveur d'une modernisation du traité, mais pour atteindre les objectifs de l'Accord de Paris, les pays de l'Union européenne doivent en sortir », affirme Cédric Reichel de l'ONG Action solidarité tiers-monde (ASTM), organisatrice de l'événement à Luxembourg.

Le TCE est un traité international conclu en 1994 pour faciliter les relations énergétiques avec les anciens pays du bloc soviétique. Ratifié par une cinquantaine d'États, il est désormais dénoncé par des centaines d'ONG, d'élus de tous bords et de scientifiques, y compris ceux du GIEC dont le rapport publié en avril qualifie le TCE d'obstacle à la lutte contre le réchauffement climatique. Au centre du désaccord figure la protection accordée aux multinationales des énergies fossiles.

Le traité leur permet de poursuivre des États quand leurs profits sont grignotés par l'adoption de nouvelles lois en faveur de la transition énergétique. Ces procédures sont initiées devant des tribunaux arbitraux privés à travers le controversé mécanisme ISDS (Investor-State dispute settlement), inclus dans la plupart des traités internationaux d'investissements et de libre-échange. Avec 150 plaintes actuellement répertoriées par le secrétariat général du TCE, il s'agit de l'accord suscitant le plus de poursuites de ce type.

Les énergéticiens allemands RWE et Uniper réclament ainsi 2,1 milliards d'euros d'indemnités aux Pays-Bas qui veulent fermer les centrales au charbon d'ici à 2030. Il s'agit de compenser des pertes souvent hypothétiques dont le montant est déterminé par ces tribunaux à la tête desquels siègent des avocats. Souvent issus de grands cabinets internationaux, ces « avocats-juges » comptent parfois parmi leurs clients des multinationales des énergies fossiles. Outre la suspicion de conflit d'intérêt que cela entraîne, les décisions sont prises dans une totale opacité. Elles s'imposent par ailleurs aux juridictions nationales et ne sont pas susceptibles d'appel. À ce jour, le TCE a coûté près de 90 milliards d'euros à des États. La facture pourrait grimper à plus de 1.000 milliards d'ici à 2050, selon les évaluations d'ONG spécialisées. À cela s'ajoutent des centaines de millions d'euros de frais d'avocats et de rémunération des « juges ». Le coût moyen des frais engagés dans une telle procédure se chiffre en moyenne à 6 millions d'euros, une somme que seuls de grands groupes peuvent mettre sur la table.

Ces montants considérables attribués aux multinationales grèvent les budgets publics et manquent à la mise en œuvre des politiques de transition énergétique. Pour échapper au risque de poursuites, certains États réduisent leurs ambitions

climatiques. La France, par exemple, a renoncé en 2020 à interdire de nouveaux forages d'hydrocarbures face aux menaces du groupe canadien Vermillon. Le danger pèse aussi sur les pays qui, à l'image de la Bulgarie, veulent actuellement encadrer les prix du gaz et de l'essence pour atténuer les effets de l'inflation. L'Italie est à ce jour le seul pays à être sortie du TCE. C'était en 2016, alors qu'elle était attaquée sur son moratoire des forages offshore. Problème : une clause de « caducité » incluse dans le TCE permet aux entreprises d'exiger des compensations pendant 20 ans suivant la sortie du traité. Rome devra donc patienter jusqu'à 2036 pour être définitivement à l'abri.

de serre dans les trois ans à venir pour éviter une catastrophe irréversible.

« Il y a au Luxembourg une volonté de protéger un business qui évolue dans un cadre auquel personne ne comprend rien et qu'on veut cacher », accuse Cédric Reichel qui a interpellé le ministre sur les entreprises luxembourgeoises impliquées dans des poursuites contre des États.

« Il évite le sujet, car ces sociétés sont pour la plupart de simples boîtes aux lettres », renchérit le militant.

« Le Grand-Duché se classe troisième des pays d'origine des plaintes derrière les Pays-Bas et l'Allemagne », précise-t-il.

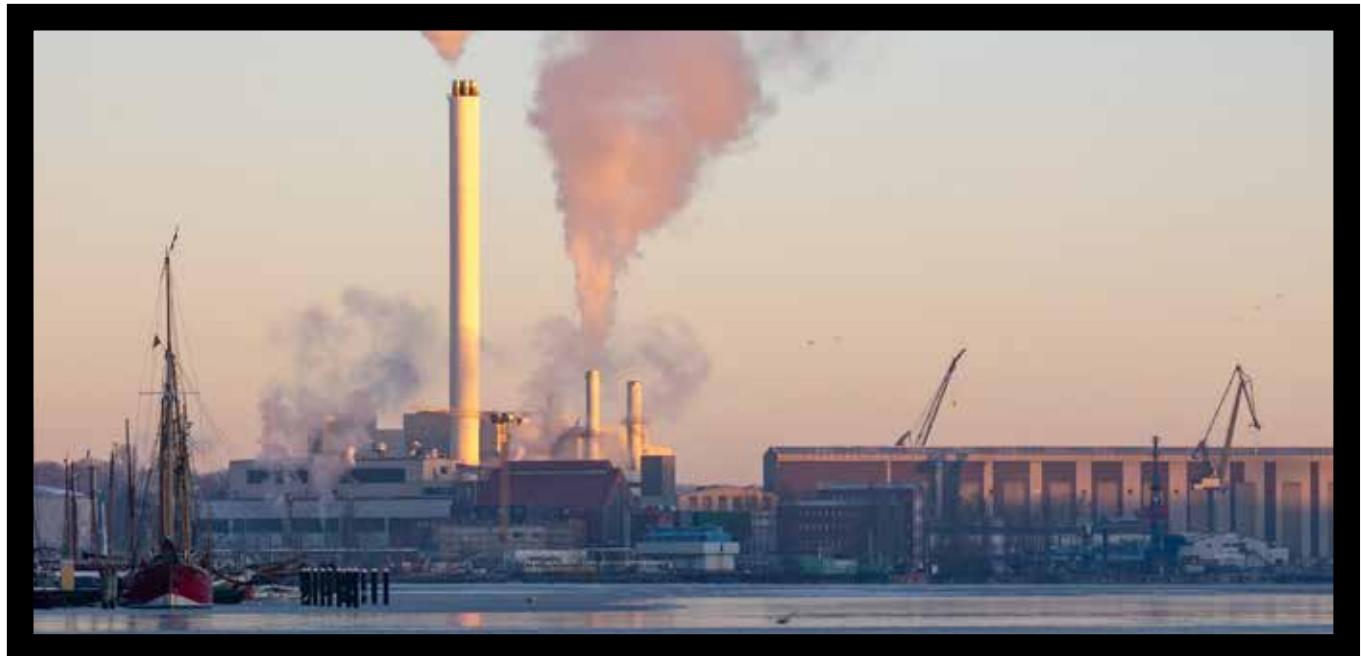
Début mai, l'Espagne a été ainsi condamnée à verser 33 millions d'euros à Renergy, une SARL luxembourgeoise détenue par un membre de la richissime et discrète famille mexicaine Gomez Sainz. Cette Société de participation financière (Soparfi) n'emploie aucun salarié et est domiciliée auprès d'un professionnel de la domiciliation comme il en existe tant dans le pays. Également dépourvu de salarié, MEIF Luxembourg Renewables s'est, pour sa part, placé en liquidation volontaire après avoir obtenu, avec d'autres plaignants, 91 millions d'euros d'indemnités de l'Espagne.

Le Luxembourg permet à des entreprises et des individus douteux d'ouvrir des sociétés boîtes aux lettres pour porter plainte contre des États

“

Cette clause est au centre de négociations de « modernisation » du TCE qui devaient s'achever fin juin, sans remettre fondamentalement en cause la portée du traité. Le ministre luxembourgeois de l'Énergie, l'écologiste Claude Turmes, plaide pour ramener la clause de « caducité » à dix ans pour les nouveaux investissements. « C'est mieux que vingt ans, sachant que de toute façon nous aurons encore besoin de pétrole et de gaz pendant les dix années à venir », a-t-il avancé sans grande conviction face aux militants d'ASTM qui l'avaient invité à prendre position lors de leur action de sensibilisation, le 31 mai (*lire ci-dessous*). Mais ce délai est incompatible avec l'urgence climatique. Les experts du GIEC assurent qu'il faut inverser la tendance des émissions de gaz à effet

Les recherches effectuées par *Femmes Magazine* révèlent que 40 sociétés luxembourgeoises ont initié 23 plaintes contre des États au titre du TCE. Sur ces 40 entreprises, 28 n'emploient aucun salarié et 11 en déclarent tout au plus deux ou trois. Elles ne disposent généralement pas de bureaux. Elles n'exercent donc pas d'activité économique réelle au Luxembourg et sont parfois imbriquées dans des empilements de sociétés de type double ou triple « Luxco », un montage complexe fréquemment utilisé à des fins d'évasion fiscale. Seule exception, Cube Infrastructure Managers, un fonds d'investissements, déclare une cinquantaine d'employés. Les bénéficiaires effectifs de l'ensemble de ces entités sont



inconnus dans deux tiers des cas. Selon nos calculs, ces coquilles vides ont empoché au moins 450 millions d'euros grâce au TCE. Mais ce chiffre est sans doute sous-évalué, tant il est difficile d'apprécier les décisions des tribunaux arbitraux, mais aussi parce que certaines transactions demeurent secrètes à la demande des parties.

“

Les recherches effectuées par Femmes Magazine révèlent que 40 sociétés luxembourgeoises ont initié 23 plaintes contre des États au titre du TCE

”

Il est notable de constater qu'aucune de ces sociétés ne déclare une activité dans le secteur de l'énergie. Il s'agit exclusivement de Soparfin ou d'entreprises liées au

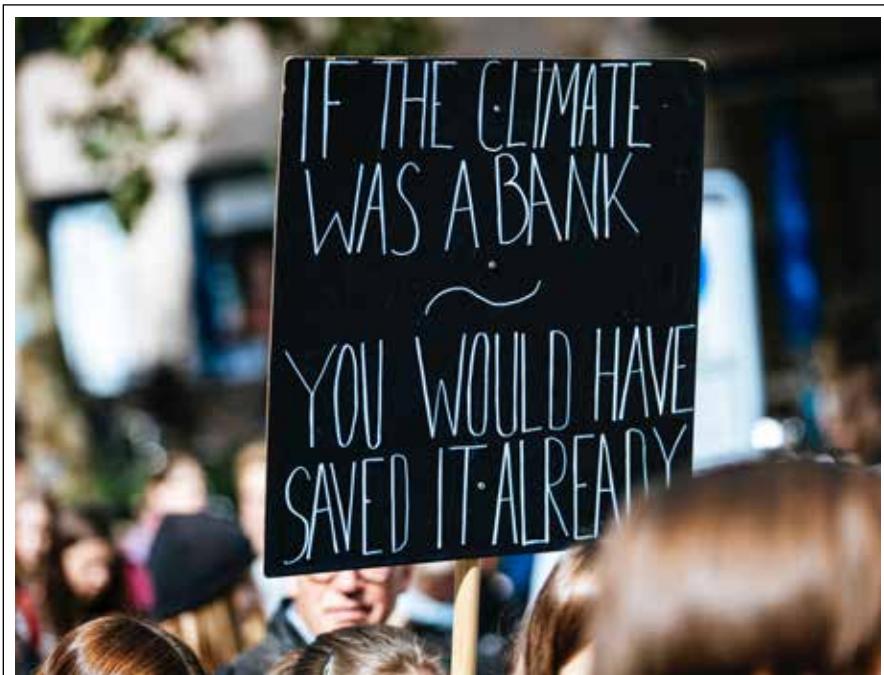
secteur financier. « Des pays comme le Luxembourg et les Pays-Bas permettent à des entreprises et des individus douteux d'ouvrir des sociétés boîtes aux lettres et de les utiliser pour toutes sortes de manœuvres frauduleuses », déplore Cornelia Maarfield, en charge des questions de commerce et d'investissement chez Climate action network, une organisation internationale basée à Londres. « L'évasion fiscale en est l'exemple le plus marquant, mais ces boîtes aux lettres sont également utilisées pour déposer des plaintes dans le cadre du mécanisme ISDS et elles sont parfois créées dans ce seul but », explique-t-elle à *Femmes Magazine*.

« Ce phénomène est connu sous le nom de "treaty shopping". Il signifie que les investisseurs choisissent un pays d'accueil parce qu'il présente les dispositions les plus favorables aux investisseurs dans ces accords d'investissement. » Paul de Klerck est coordinateur Justice économique auprès des Amis de la Terre Europe, à Bruxelles. Il juge « très hypocrite que des États comme

le Luxembourg ne prennent aucune mesure lorsque des entreprises basées dans leur pays continuent de lancer de nouvelles procédures ISDS contre d'autres États membres de l'UE, alors que la Cour de justice de l'UE les a déclarées illégales » dans un arrêt rendu en 2021. Seize des 23 plaintes initierées depuis le Luxembourg visent l'Espagne, le pays le plus attaqué dans le cadre du TCE avec 51 procédures. Madrid a déjà versé 1,2 milliard d'euros d'indemnités et 101 millions d'euros de frais de justice à des investisseurs qui en réclament 3 milliards supplémentaires. La raison de cet acharnement est paradoxale.

Arrivé au pouvoir en 2004, le gouvernement socialiste de José Luis Zapatero avait introduit un généreux régime de subventions aux énergies renouvelables. Durement affecté par la crise financière de 2008, le pays avait ensuite considérablement réduit ces subsides. Privés de cet argent public leur assurant de confortables rendements, les investisseurs étrangers ont attaqué l'État espagnol dans le cadre du TCE.

« Dans le cas de l'Espagne, le TCE profite très majoritairement aux investisseurs financiers et spéculatifs », relève Paul de Klerck qui détaille son propos : « 89 % des bénéficiaires des indemnisations espagnoles ne sont pas des entreprises du secteur des énergies renouvelables. Nombre d'entre eux y ont investi en raison de rendements supérieurs à ceux du marché, tout en injectant parallèlement de l'argent dans des projets de combustibles fossiles ailleurs. La moitié des entreprises qui poursuivent l'Espagne ont des investissements dans les secteurs du charbon, du pétrole, du gaz et du nucléaire. » Pour ces investisseurs, saper la lutte contre le changement climatique représente une manne inestimable. Au Luxembourg, l'image si volontiers brandie d'un pays écologiquement exemplaire s'en trouve sérieusement écornée. •



UN TRAITÉ RENÉGOCIÉ SANS CONTRÔLE DÉMOCRATIQUE

Il se doit d'être exemplaire et c'est tout naturellement à vélo que le ministre de l'Énergie vient au rendez-vous fixé par ASTM au pied de TCE-Rex, le dinosaure campé au centre de Luxembourg le 31 mai (*lire ci-dessus*). Également invités, les 18 membres de la Commission énergie de la Chambre des députés boudent largement l'événement. Seule la députée Déi Lénk Myriam Cecchetti et le président écolo de la commission, François Benoy, ont franchi les quelques centaines de mètres séparant le parlement de la place d'Armes.

La venue de Claude Turmes est d'autant plus attendue qu'il ne s'est pas exprimé sur le TCE depuis un an. Mais les positions apparaissent vite irréconciliables. « Le TCE n'est pas compatible avec l'Accord de Paris », reconnaît d'emblée le ministre face aux militants et journalistes. Mais

il n'est, selon lui, pas envisageable d'en sortir rapidement comme le demande ASTM : « Nous renégocions le traité pour le rendre compatible avec l'Accord de Paris ». Il veut croire qu'un compromis d'abord négocié entre les pays de l'UE incitera les autres contractants à aller dans ce sens. L'affirmation ne convainc pas les connaisseurs du dossier qui suivent tant bien que mal ces négociations tenues secrètes. « Il y a un manque total de transparence et à ce stade aucun texte concret n'est publié », rapporte Paul de Klerck des Amis de la Terre Europe, contacté ultérieurement par *Femmes Magazine*. « Les députés européens et nationaux sont laissés dans l'ignorance sur une question aussi importante que le changement climatique », poursuit-il. Les négociations vont selon lui aboutir à « une proposition à prendre ou à laisser, ce n'est pas démocratique ». De son côté,

Cornelia Maarfield, de Climate action network, pointe l'absence de contrôle démocratique sur les tribunaux arbitraux : « Ils peuvent interpréter le traité et accorder des compensations comme ils l'entendent, sans qu'aucun tribunal au monde ne puisse les corriger. »

Avant d'enfourcher à nouveau son vélo et de quitter la place d'Armes, Claude Turmes lance avec une pointe d'agacement : « ça fait trente ans que j'alerte sur le changement climatique. » Une manière de rappeler ses longues années de militantisme écologique puis d'élu au Parlement européen, où son expertise sur les sujets de l'énergie était unanimement reconnue, y compris par ses adversaires. Sa position comme ministre, aujourd'hui, en dit d'autant plus long sur la capacité du business à imposer ses règles du jeu au politique.



Écosystème start-up cherche scale-up

Plus mature depuis la crise, la start-up Nation luxembourgeoise doit désormais se fixer des objectifs plus ambitieux pour accélérer son rayonnement à l'international.

TEXTE : MARCAUXENFANTS

C'est en 2014, que l'univers start-up luxembourgeois commence véritablement à se constituer avec le lancement de « Digital Luxembourg ». Conçue comme un mouvement autour de la transformation digitale du pays, l'initiative gouvernementale réunit tous les acteurs du secteur et se veut inclusive, multidisciplinaire et fluide. À partir de 2015, l'écosystème explose et connaît une croissance rapide, freinée ensuite par la pandémie.

UN ÉCOSYSTÈME EN PLEIN BOOM

Selon Luxinnovation et la plateforme ministérielle « Startup Luxembourg », le pays compterait aujourd'hui entre 350 et 507 jeunes pousses. La plupart opèrent principalement dans les secteurs financier, industriel, de la construction, automobile, spatial, IT, cybersécurité et de la santé. Pour les accompagner dans leurs lancements et développements, une quinzaine d'incubateurs, d'accélérateurs et d'espaces de coworking coexistent. Outre des bureaux et des espaces de travail, ils offrent aussi un accès à leur réseau professionnel, à de l'expertise et du coaching, ou encore de l'assistance au financement.

Certains sont spécialisés dans un ou plusieurs secteurs d'activités. Les principaux sont : le Technoport (Belval), 1535° Creative Hub

(Differdange), la House of Biohealth (Esch/Alzette), Neobuild (Bettembourg), Silversquare Liberté (Luxembourg-Ville), the Office City (Luxembourg-Ville), Le Village by CA (Crédit agricole, Luxembourg-Ville), Luxembourg House of Financial Technology (The LHoFT, Luxembourg-Ville), The Climate Finance Accelerator (ICFA, Luxembourg-Ville), Hub@Luxembourg (Luxembourg-Ville), Tomorrow Street (Vodafone, Luxembourg-Ville), l'Université du Luxembourg (Esch/Alzette) ou encore Paul Wurth Incub (Luxembourg-Ville). D'autres acteurs privés – banques, Big Four, cabinets d'avocats... ont eux aussi des programmes d'accompagnement dédiés.

Selon Luxinnovation et la plateforme ministérielle « Startup Luxembourg », le pays compterait aujourd'hui entre 350 et 507 jeunes pousses

Côté organismes étatiques, l'agence nationale de l'innovation (Luxinnovation) propose une aide à la création d'un business plan, à l'élaboration d'une stratégie de commercialisation via son programme d'accélération

Fit 4 Start, ainsi qu'une aide à l'obtention de subventions étatiques ou d'entreprises ou à l'accès à des investisseurs privés.

De même, la House of Startups, une initiative nationale regroupant les incubateurs the Office City, Le Village by CA, The LHoFT, The ICFA et Hub@Luxembourg, soutient les start-up avec des opportunités de développement d'affaires, notamment à travers des événements (journées des investisseurs, participation à des missions économiques, des foires et à des conférences...). Dédiées plus généralement à l'entrepreneuriat, la House of Entrepreneurship et nyuko (Chambre de Commerce) proposent une offre de services aux porteurs de projets : conseils personnalisés en fonction des besoins tout au long du parcours entrepreneurial ; workshops gratuits ; accès au financement et aides étatiques ; réseautage et rencontres avec des experts. Et ce, peu importe la branche et le modèle d'affaires, technologiques ou non.

Autre initiative étatique, « Startup Luxembourg » : lancée en 2019 par le ministère de l'Économie et Luxinnovation, la plateforme réunit les acteurs de l'écosystème et publie des informations sur tout ce qui se fait dans le domaine au Grand-Duché.

L'écosystème a aussi ses événements. Parmi les principaux, l'Arch Summit dédié à l'innovation technologique de nouvelle

génération et à la création de nouvelles opportunités commerciales. Organisé par Tomorrow Street, l'événement aura lieu les 26 et 27 octobre 2022. La conférence technologique ICT Spring organisée par la Chambre de Commerce du Luxembourg et Farvest, présente les dernières tendances technologiques ainsi que les opportunités de croissance pour les start-up et les PME. Elle se tiendra les 30 juin et 1^{er} juillet 2022. Fit 4 Start, un programme d'accélération de 4 mois co-initié par Luxinnovation, le Ministère de l'Économie et le Technoport, permet aux start-up des Technologies de l'Information et de la Communication (TIC) Luxembourgeoises d'accéder à un financement à un stade précoce de leur développement, et de bénéficier de coaching personnalisé.

CRISE ET MATURITÉ

L'écosystème luxembourgeois compte également des investisseurs. Le Luxembourg Business Angels Network (LBAN) et la Luxembourg Private Equity and Venture Capital Association (LPEA) figurent parmi les principaux réseaux regroupant des investisseurs prêts à soutenir financièrement des start-up. Parmi les organismes publics-privés, le Digital Tech Fund – créé par le gouvernement luxembourgeois avec un groupe d'investisseurs privés (150,66 millions d'euros de capital social) – et le Luxembourg Future Fund – regroupant le Fonds européen d'Investissement et Société Nationale de Crédit et d'Investissement, 150 millions d'euros de fonds) – ont été mis sur pied pour apporter du capital et accompagner le développement de start-up dans des secteurs-clés de la diversification économique nationale (TIC, espace, cybersécurité...). Depuis 2011, le nombre de start-up lancées ou venues s'installer au Luxembourg n'a cessé d'augmenter, avec un arrêt brutal en 2020 dû à la pandémie. De 5 en 2011, leur nombre est passé à 110 en 2019, pour redescendre à 48 en 2020.



En contexte de crise sanitaire et géopolitique actuel, où en est l'écosystème start-up luxembourgeois aujourd'hui ?

Selon Charles-Louis Machuron, CEO du média Silicon Luxembourg, il est devenu plus mature depuis la crise : « Maintenant, c'est plus clair et plus établi ; il y a une vraie communauté, on se connaît, on sait qui fait quoi, qui sont les acteurs institutionnels et privés, les rôles sont mieux définis, et il y a des lieux de rencontres dédiés, » explique-t-il.

« Les startpers ont non seulement beaucoup plus de choix et d'opportunités ; mais ils savent aussi comment s'orienter pour trouver des réponses, un soutien et un accompagnement personnalisé, pour leur projet d'entreprise ».

Par rapport aux écosystèmes voisins, le Luxembourg reste toutefois un « village start-up » : « Grâce à des accès courts, directs et rapides aux décideurs politiques et économiques, tout le monde connaît tout le monde, » poursuit M. Machuron. Autre spécificité luxembourgeoise, l'écosystème est

cosmopolite et international. « C'est là un avantage concurrentiel indéniable pour les entreprises étrangères qui veulent s'implanter au Luxembourg et celles qui souhaitent rayonner depuis le Grand-Duché vers le reste du monde, » continue-t-il. Mais pour ce dernier, l'écosystème doit toutefois continuer à se développer : « Beaucoup d'initiatives start-up restent des projets locaux qui, hormis quelques rares occasions, n'émergent pas à l'international, » note-t-il.

Afin de devenir une véritable start-up Nation, le Luxembourg devrait se fixer des objectifs, estime M. Machuron, comme atteindre les 1.000 start-up d'ici 2024. Ainsi, un tel but pourrait générer un cercle vertueux : faire venir plus de jeunes pousses attirerait plus d'investisseurs prêts à injecter plus de capitaux dans l'aventure, et permettrait de voir émerger des sociétés de carrière internationale, tout en plaçant le Luxembourg parmi les grands pays où il fait bon développer sa start-up. •

CBRE

Tci commence une vie nouvelle

Les premiers contacts, lors d'un achat immobilier, sont souvent le fait des femmes. C'est en tout cas le constat de Kathia Robert Director Residential de CBRE. La mise en vente des premiers appartements du nouveau quartier Brooklyn par le promoteur Eaglestone ne déroge pas à cette règle. Découvrons ensemble ce lieu de vie en devenir.



Aux portes du centre-gare, à deux pas des Rotondes et d'un vaste projet de revalorisation urbaine, Bonnevoie voit émerger en son sein un quartier moderne, humain et adapté aux nécessités d'une vie moderne. Ce nouveau lieu d'habitation emprunte son nom à un quartier célèbre de New York, Brooklyn. Il emprunte aussi à l'imaginaire de ce même quartier américain dans le sens où il offre le charme d'une petite ville dans un ensemble urbain plus vaste. Ici, ce n'est pas un pont qui fera trait-d'union avec le reste de la ville mais plutôt la future ligne de tramway qui reliera la Cloche d'Or au Kirchberg en passant par Hollerich, la Gare Centrale et le Centre-ville. L'un des arrêts se trouvera en face de l'accès principal du quartier Brooklyn.

Dans ce quartier flambant neuf s'associent la tranquillité d'un espace résidentiel et la proximité de toutes commodités. Un lieu où, en moins d'un quart d'heure, il est possible d'accéder à tout : lieu de travail, commerce, culture, activité de loisirs et sportives, services de proximité

ainsi que, bien entendu, écoles et crèches. Une enclave où le calme fait écho aux avantages d'un centre-ville. Un lieu à vivre, assurément.

UNE OFFRE ÉTOFFÉE

Cet ensemble de six résidences comprendra à terme plus d'une centaine d'appartements allant du studio au « trois chambres ». Certains d'entre eux bénéficieront de jardins et d'autres d'un espace extérieur privatif. La commercialisation du premier lot de deux résidences a d'ores et déjà commencé. La commercialisation des autres lots suivra durant l'année 2022 et 2023, dont certains seront à usage mixte (commerces, bureaux et résidences). L'ensemble comprendra également un immeuble de bureaux, The Bridge. En cette période conjoncturelle inflationniste, il est à noter que le prix des biens restera garanti sans indexation.

Pour qui souhaite faire l'acquisition d'un appartement aujourd'hui, pour une livraison dans plusieurs mois, aucune mauvaise surprise n'est donc à craindre. Un atout supplémentaire pour un site qui devrait connaître un fort engouement de par ses nombreux atouts.

Forte de son expérience, l'équipe CBRE Residential offre une approche personnalisée à tous ses clients et les accompagne dans leurs projets de vie ou d'investissement.



UN GROUPE D'ENVERGURE MONDIALE

Groupe mondial, CBRE œuvre dans le conseil en immobilier résidentiel et d'entreprise et offre un large éventail de services allant de la location à l'acquisition en passant par le consulting, l'investissement, la gestion immobilière, l'expertise ou encore la conception et la gestion de projet. CBRE Luxembourg fait partie de CBRE Group, plus grande entreprise d'investissement et de services immobiliers commerciaux au monde.

Pour plus d'informations sur le projet Brooklyn by Eaglestone :

CBRE - Building C • 12, impasse Drosbach, L-1882 Luxembourg • Tél. : 26 26 12 • luxembourg.residential@cbre.com

WWW.CBRE.LU • WWW.BROOKLYN.LU



À L'HEURE OÙ LES MASQUES TOMBENT, ON PEUT VOYAGER COUVERT

Après deux ans de crise sanitaire et de restrictions en tout genre, un vent de liberté souffle dans les aéroports, qui peinent à absorber l'afflux de voyageurs. Si le Covid n'a pas disparu, si des zones de la planète restent inaccessibles, la plupart des destinations traditionnelles au départ de Luxembourg sont bien ouvertes aux voyageuses et voyageurs, et les masques tombent. Au diable la déprime, revoilà l'évasion, par air, par terre ou par mer. Mais, en cette époque troublée, la nécessité d'assurer ses arrières se fait de plus en plus sensible. Comment partir en toute sérénité, et compter avec les aléas médicaux, les annulations, les pertes ou les vols, les actes de malveillance ? Quelques bons réflexes s'imposent.

TEXTE : THIERRY NELISSEN

L'assurance maladie est le premier pilier d'une bonne protection. Encore faut-il penser à emporter sa carte européenne d'assurance maladie, qui figure au dos de la carte de sécurité sociale. Il vaut mieux anticiper le départ : si la carte n'est plus valable, s'il faut en commander une nouvelle, un délai de trois semaines est indiqué par la CNS. Cette carte donne droit à la prise en charge des soins de santé urgents et immédiatement nécessaires au cours d'un séjour temporaire dans les pays de l'Union européenne (UE), les pays de l'Espace économique européen (EEE) et en Suisse. Ces soins sont dispensés selon les dispositions légales de l'État membre du séjour et remboursés selon les tarifs qui y sont appliqués. Par exemple, si les soins médicaux sont dispensés gratuitement dans l'État du séjour, l'assuré aura également droit aux soins médicaux gratuits en présentant sa carte ou le document équivalent. La présentation de la carte européenne lui garantit la prise en charge ou le remboursement des frais médicaux sur place.

Des accords existent avec d'autres pays, et nécessitent parfois l'usage d'un document spécifique. Toutes les informations nécessaires et les documents relatifs sont disponibles sur le site de la CNS. Au-delà de l'assurance maladie, l'intervention

complémentaire d'une mutuelle procure elle aussi ses avantages. Et ceux-ci ne se limitent pas non plus aux prestations au Grand-Duché. Mais là aussi, mieux vaut anticiper et vérifier à quoi la couverture donne droit, si on est affilié à ce type d'assurance. La CMCM, par exemple, a mis en place divers dispositifs qui couvrent ses affiliés en villégiature. Cela va de l'assurance annulation de voyage jusqu'aux frais d'hospitalisation, en passant par les frais de transport médicalisé ou le rapatriement. Le retour anticipé en cas de décès d'un proche est également couvert.

S'y prendre à temps reste le bon réflexe. Les banques ne sont pas en reste par rapport aux aléas des déplacements à l'étranger. Certaines cartes de crédit, particulièrement les versions « gold » ou assimilées, offrent une foule d'avantages liés à leur utilisation lors de l'achat de voyages. Il s'agit en fait d'un assemblage de couvertures négociées avec des organismes d'assurance et d'assistance, qui sont les véritables prestataires. Un coup de fil à son banquier, ou un passage sur son site web, permettent généralement d'avoir une idée des couvertures existantes. Cela va des frais d'annulation ou d'assistance à des extensions de responsabilités civiles à l'étranger.

Si on est positif au Covid-19 avant le départ, on peut activer l'assurance annulation

Des compagnies d'assurance, elles aussi, proposent à l'année une complémentaire santé... dont les bénéfices accompagnent le client à l'étranger. Dans certains cas, comme des croisières, il est nécessaire de prévoir une attestation de couverture.

Le hic, c'est qu'il faut avoir réglé son voyage, ou en tout cas l'essentiel des paiements liés au déplacement, avec la carte de crédit. Un peu d'anticipation ne nuit donc pas, si on veut éviter de se retrouver bloqué dans l'agence de voyages avec un solde insuffisant, et devoir recourir à d'autres moyens de paiement non liés à une assurance. Toujours s'assurer qu'on a une ouverture de crédit suffisante avant de passer au terminal de paiement, et éviter aussi les virements. Et attention aux limites de couverture de certains produits : on croit parfois partir couvert, alors qu'un détail nous place en zone d'exclusion.

Beaucoup de Luxembourgeois sont également membres de Luxembourg Air Rescue (LAR), qui assure au pays les secours héliportés. Outre ses six hélicoptères, la compagnie dispose de quatre « jets ambulances », qui opèrent pour les grandes compagnies d'assistance. Elle met ces avions à la disposition de ses affiliés si un rapatriement aérien est nécessaire... et possible. Il ne s'agit pas, à proprement parler, d'une assurance, mais d'un service efficace, encadré par une équipe médicale, offert en permanence aux membres de LAR. De la morsure de serpent au Costa Rica à l'accident de ski, les appareils médicalisés sont mobilisables dans les deux heures même si, en pratique, on compte parfois plusieurs jours pour que le patient soit stabilisé. L'association assure même des rapatriements par la route, en véhicules médicalisés.

“

Imaginez un problème cardiaque à New York sans couverture médicale ! Les frais seront énormes !

”

Dans la gamme des couvertures dont on bénéficie déjà, mais auxquelles on ne pense pas nécessairement, il y a ces garanties liées à l'assurance habitation et même l'assurance auto, dont certains effets peuvent jouer lors d'un séjour à l'étranger. Caroline Heraly, Product Manager au Foyer, rappelle par exemple que la garantie « vol par agression », liée à l'assurance habitation, est valable dans le monde entier. Et qu'il en va de même des vols d'objets nomades comme les téléphones, les appareils photo ou les ordinateurs, pour peu que la garantie spécifique ait été souscrite.



Même un cambriolage sur un lieu de villégiature peut entrer en ligne de compte. L'assurance auto, quant à elle, étend ses effets à la RC d'un véhicule de location si la couverture était inférieure aux montants garantis ici. La couverture du conducteur est aussi transposable. Les assurances spécifiques aux voyages rassemblent, en gros, l'assistance, avec une couverture médicale et hospitalière modulable, la couverture bagages, et l'annulation. Cette dernière est en pleine expansion, en sortie de pandémie.

Le Covid entre normalement dans les maladies qui permettent de déclencher l'indemnisation liée à cette couverture, et d'en faire bénéficier aussi le reste de la famille. Si on est positif à la veille du départ, par exemple, on peut annuler le voyage selon les modalités prévues, quitte à le reprogrammer. Mais attention : certaines compagnies se sont montrées réticentes au pic de la crise sanitaire : il vaut donc mieux contrôler que cette garantie est bien acquise. « Les gens ont une vision restrictive de l'assurance annulation, note Caroline Heraly. Ils pensent accident ou décès... Elle peut pourtant être activée dans d'autres

circonstances, comme une perte d'emploi... ou même une arrivée contrariée à l'aéroport due à un accident de la circulation. » Le Foyer propose même d'établir des solutions sur mesure pour ceux qui sortent des sentiers battus et du cadre « standard ». Quand on passe par un intermédiaire pour organiser son séjour à l'étranger, l'agent de voyage est normalement bien placé pour faire une analyse rapide des besoins.

Berny Ley, le directeur général des Voyages Flammang, voyage beaucoup. Pour lui, pas d'hésitation, il faut une couverture à l'année. « Une assurance annulation, ça peut encore se discuter : on sait que s'il y a un problème, on ne perd que le prix du voyage. Mais une assurance médicale me paraît indispensable si on ne se contente pas de voyager en Europe, et encore... Imaginez un problème cardiaque à New York ! Les frais seront énormes ! » Il note que la souscription d'assurances dans ses agences a doublé depuis la pandémie. À défaut de prévisibilité absolue, le voyageur a besoin de garanties. « L'année dernière, nous avons collaboré avec un grand de l'assurance pour recréer un produit adapté à la situation Covid, explique Berny Ley. Il n'est pas question d'imposer

l'un ou l'autre produit d'assurance à un client, mais nous pouvons lui expliquer toutes les possibilités et les implications s'il ne souscrit pas. » Un volet à ne pas sous-estimer non plus, c'est celui des responsabilités légales des transporteurs, qui ne peuvent pas nécessairement s'exonérer de leurs responsabilités en cas d'incident lors du voyage. Les compagnies aériennes, par exemple, sont soumises par la législation européenne à des indemnisations significatives en cas de retard ou d'annulation d'un vol.

Elles ont dû mettre en place des procédures simples pour permettre au voyageur de réclamer son dû. Il est donc préférable d'éviter les intermédiaires qui, à coups de publicité, se font fort d'obtenir moyennant une commission ce qui vous revient de plein droit. Comme il convient d'être patient, mais opiniâtre par rapport à certaines compagnies low cost, moins enclines à jouer le jeu.

En résumé, si on veut partir en vacances serein, il est prudent d'anticiper un minimum de choses. Il faut s'assurer qu'on est en ordre en matière de sécurité sociale, avoir sous la main les conditions de sa mutuelle pour des interventions à l'étranger, s'assurer qu'on peut payer avec sa carte de crédit les prestations pour lesquelles on veut être couvert, ne pas oublier de souscrire une assurance annulation solide si on n'en dispose pas par ailleurs, bien vérifier les dispositions par rapport au rebond éventuel de la pandémie. Un coup d'œil sur le site du ministère des Affaires étrangères pour voir le statut du pays où on compte voyager n'est pas un luxe. Les zones de guerre sont traditionnellement des zones de non-assurance. Ensuite, ne pas oublier chapeau, crème solaire, forfait roaming, roman de plage... et en avant pour l'aventure, en toute tranquillité ! ●

3 QUESTIONS À RENÉ CLOSTER

Fondateur et Président de Luxembourg Air Rescue A.s.b.l.

TEXTE : THIERRY NELISSEN

En étant affilié à LAR, ai-je la certitude de pouvoir être rapatrié de n'importe quel pays du monde ?

En général, nos membres peuvent être rapatriés de partout dans le monde pour autant que leur propre sécurité et celle du personnel médical et technique puissent être garanties. Seuls sont exclus les rapatriements depuis des pays ou des régions qui sont en état de guerre civile ou militaire, dans lesquels la sécurité est compromise, par exemple en raison d'émeutes, de troubles ou d'attentats, dont les conditions environnementales représentent un danger en raison d'événements climatiques ou de radioactivité, ou encore un cas de force majeure rendant l'exécution des prestations de rapatriement impossible.

Quel est mon intérêt à m'affilier à LAR alors que des assurances assistance offrent aussi ce service ?

L'adhésion à LAR offre des avantages qu'aucune autre assurance d'assistance ne pourra offrir, puisque l'organisation de sauvetage aérien dispose de sa propre flotte de jets ambulances entièrement équipés. Contrairement à d'autres prestataires qui exploitent souvent des centres d'appel anonyme à l'étranger et organisent ensuite les vols par le biais de prestataires tiers, LAR dispose en outre de sa propre centrale d'alerte à l'aéroport du Findel, qui est joignable 24h/24 et 365 jours par an pour les membres. Le personnel médical spécialement formé assure un suivi personnalisé dès le premier appel, et ce jusqu'à l'arrivée à bon port. De plus, les collaborateurs multilingues sont en contact permanent avec les proches et leur fournissent toutes les informations nécessaires. L'ensemble de l'organisation et de l'exécution du rapatriement est donc exclusivement assuré par LAR. En cas d'urgence médicale à l'étranger, les membres de LAR bénéficient ainsi de la meilleure assistance possible.

Votre service à l'étranger se limite-t-il au rapatriement médicalisé par avion ?

Si l'un de nos membres se trouve dans une situation d'urgence médicale à l'étranger, il est intégralement pris en charge par nos équipes d'experts de notre centrale d'alerte. Notre personnel médical spécialisé prend contact avec le médecin traitant sur place, clarifie tous les détails médicaux et s'assure que l'état du patient permet son rapatriement par avion. Une fois que tous les paramètres médicaux ont été clarifiés, le jet ambulance de LAR peut décoller en l'espace de quelques heures. Lorsque le patient nécessite des soins intensifs, un transfert de lit-à-lit („bed-to-bed transfer”) est effectué ; c'est-à-dire que l'équipe médicale de LAR prend en charge le patient dans son lit d'hôpital sur son lieu de séjour à l'étranger. Ensuite, elle le prépare pour le transport, et veille sur ses paramètres vitaux tout au long du transfert jusqu'à l'arrivée à l'hôpital dans son pays de résidence. Les jets ambulances de LAR sont des unités de soins intensifs volantes et permettent une observation constante du patient. Pour ses membres, LAR prend intégralement en charge tous les frais de rapatriement depuis l'étranger.

News SOCIÉTÉ

TEXTE : MARIA PIETRANGELI

UNE FORMATION PROFESSIONNELLE POUR CHANGER DE VIE

La Commission européenne lance l'espace européen des données de santé (EHDS), une pierre angulaire dans la construction d'une Union européenne de la santé forte. La pandémie de Covid-19 a clairement fait apparaître l'importance des services numériques dans le domaine de la santé.

Grâce à son positionnement unique, Mamans Digitales convertit des mamans en tant que Community Manager. Elles peuvent ainsi travailler dans un secteur porteur, celui des nouveaux métiers du web, pour une profession qui bénéficie d'un attrait démultiplié suite à la crise sanitaire.

Nathalie Grimaud-Morvillez, diplômée de l'IPAG, et spécialiste du marketing digital, a connu des injustices quatre fois au cours de sa carrière professionnelle. Quatre fois enceinte : trois fois licenciée et un départ à l'*« amiable »*. Des licencements parfois abusifs, des remplacements ou des mises au placard... Des milliers de femmes sont, chaque année, confrontées à ce genre de pratiques, dans l'indifférence générale.

En 2022, c'est plus que jamais inacceptable. C'est pourquoi Nathalie a décidé de changer de vie et celle des autres. Elle a créé Mamans Digitales: un programme de formation professionnelle pour apprendre à devenir Community Manager. Consciente des contraintes organisationnelles que peuvent rencontrer les jeunes mamans, leur proposer

une reconversion offrant autonomie, indépendance et liberté lui a paru être une évidence. Ce concept de formation permet aujourd'hui à plus de 1 000 mamans francophones (formées ou en cours de formation) de s'épanouir professionnellement tout en étant présentes pour leur famille.

Ce programme d'apprentissage de 12 semaines s'articule sous forme de vidéos, questions/réponses et exercices pratiques depuis une application mobile. Cela afin de monter en compétences de manière flexible avec l'accompagnement de la formatrice et d'une tutrice via une classe virtuelle sur un groupe Facebook.

Cette méthodologie permet d'accroître les possibilités d'emploi pour les mamans en leur offrant la chance de trouver un réel équilibre de vie.

Elles choisissent avec qui collaborer et s'entraident au quotidien via un groupe de partage accessible à la communauté des mamans digitales.

www.mamans-digitales.fr

13 936

*Le nombre de demandeurs d'emploi résidents disponibles inscrits à l'ADEM s'élève à 13 946 au 31 mai 2022. Par rapport au mois de mai 2021, cela constitue une baisse de 3 394 personnes ou de 19.6 %. Le taux de chômage, corrigé des variations saisonnières, calculé par le STATEC, est de 4.6 %.
(Source : Statec)*



AIDES DE L'ÉTAT: la Commission autorise un régime luxembourgeois de 500 millions d'euros pour soutenir les entreprises dans le contexte de l'invasion de l'Ukraine par la Russie

La Commission européenne a autorisé un régime de garanties luxembourgeois d'un montant de 500 millions d'euros visant à soutenir les entreprises de différents secteurs, dans le contexte de l'invasion de l'Ukraine par la Russie. Le régime a été autorisé sur la base de l'encadrement temporaire de crise en matière d'aides d'État adopté par la Commission le 23 mars 2022, (fondé sur l'article 107, paragraphe 3, point b), du traité sur le fonctionnement de l'Union européenne (« TFUE ») et reconnaissant que l'économie de l'UE est confrontée à une perturbation grave. Le Luxembourg a notifié à la Commission, sur la base de l'encadrement temporaire de crise, un régime de prêts garantis d'un montant de 500 millions d'euros afin de fournir aux entreprises un soutien de trésorerie dans le contexte de l'invasion de l'Ukraine par la Russie.

Vu le degré élevé d'incertitude économique causée par la situation géopolitique actuelle, le régime vise à garantir que les entreprises qui en ont besoin disposent de liquidités suffisantes, grâce à l'octroi d'une garantie de l'État sur les nouveaux prêts aux entreprises en permettant aux banques de continuer à accorder des prêts à l'économie réelle. Cette mesure sera ouverte aux entreprises de toutes les tailles et de tous les secteurs présents au Luxembourg, à l'exception du secteur financier. Dans le cadre du régime, les bénéficiaires pourront prétendre à de nouveaux prêts d'une durée maximale de six ans qui seront couverts par une garantie de l'État n'excédant pas 90 % du montant du prêt.

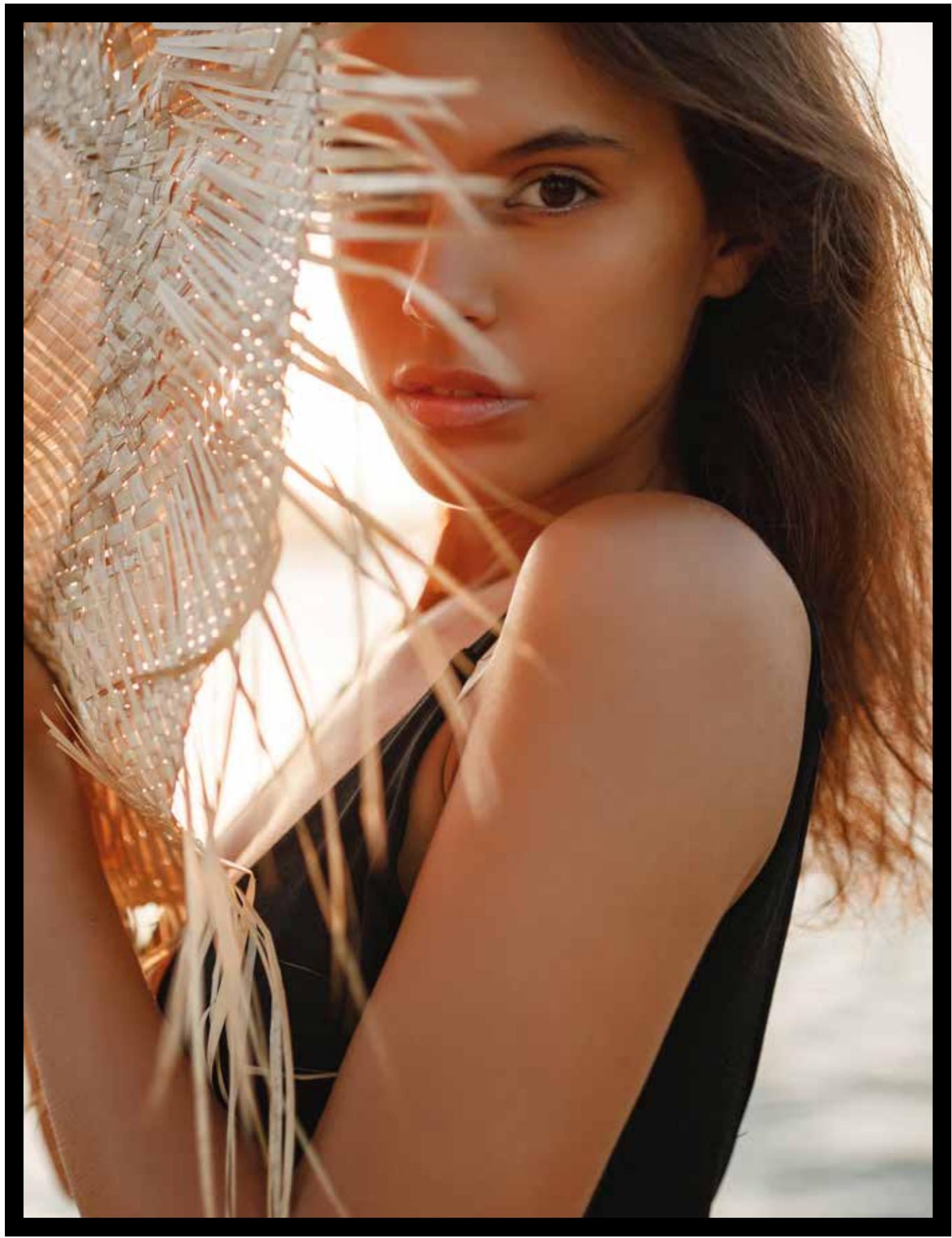
Le montant maximal du prêt par bénéficiaire pouvant être couvert par la garantie de l'État équivaut soit à 15 % du chiffre d'affaires annuel total moyen du bénéficiaire sur une période prédéfinie ; soit à 50 % des dépenses énergétiques engagées par l'entreprise sur une période de 12 mois. La Commission a estimé que le régime luxembourgeois était conforme aux conditions énoncées dans l'encadrement temporaire de crise. En particulier, l'échéance des prêts ne peut dépasser six ans ; les taux d'intérêt annuels des prêts respectent les niveaux minimaux fixés dans l'encadrement temporaire de crise ; et les garanties seront accordées au plus tard le 31 décembre 2022. Sur cette base, la Commission a autorisé la mesure d'aide en vertu des règles de l'UE en matière d'aides d'État.

L'AGENCE HÉLÈNE GROBER FÊTE SES 30 ANS

30 ans, ce serait les noces de perles, s'il s'agissait d'un anniversaire de mariage... c'est en fait l'anniversaire de 30 années d'entrepreneuriat.

Alors qu'elle disposait de la sécurité de l'emploi dans une institution financière de la place, Hélène Grober a décidé de franchir le pas de l'entrepreneuriat il y a de cela 30 ans en créant son agence immobilière. Depuis de l'eau a coulé sous les ponts, mais elle a réussi à emmener une grande partie de sa famille dans cette aventure. Aujourd'hui, l'agence fête un anniversaire notable et dispose de deux entités : l'une à Luxembourg-Ville, route d'Esch et l'autre à Hobscheid. Elle effectue des ventes de biens immobiliers, mais elle fait également de la promotion immobilière et dispose d'une forte expérience dans le domaine de la construction. Son secret ? Sa passion pour ce métier. À quoi doit-elle sa réussite? « L'important dans l'immobilier, c'est la confiance. La confiance entre le client et son agent. Un client doit se sentir en sécurité et avoir une agence disponible qui soit à son écoute ». Il y a fort à parier que cette entrepreneure dynamique a encore de belles années professionnelles devant elle et qu'elle est loin de raccrocher son tablier.





LE SOLEIL OUI, AVEC PARCIMONIE

La quête d'un teint hâlé nous pousse parfois à faire des choix saugrenus. Lézarder sur un transat au soleil, après s'être appliqué une bonne couche de monoï, est loin d'être une activité anodine. Une surexposition au soleil, sans une protection solaire efficace, peut provoquer des dégâts irréversibles sur votre peau.

TEXTE : CHARLOTTE KAISER

Il semblerait que le soleil nous fasse quelque peu oublier notre lucidité et notre bon sens... Que celle qui n'a jamais appliqué un peu de graisse à traire ou passé un peu trop de temps étalée sur une serviette me jette la première pierre ! Obtenir à tout prix une belle couleur caramel (rapidement s'il vous plaît) nous fait oublier les dangers liés à une surexposition au soleil. 1 adulte sur 4, selon une étude Omnibus YouGov réalisée du 6 au 7 juin 2017, ne s'applique pas de protection solaire. Il est pourtant essentiel de bien se protéger et de limiter son temps de bronzette, que l'on soit tout petit ou très grand. Une mauvaise exposition peut engendrer des effets néfastes. Et avant de sauter dans l'avion, destination plage, prenez le temps de faire un bon gommage afin d'éliminer les cellules mortes et préparer au mieux votre peau au soleil. Ce soin est aussi très efficace pour prolonger votre joli hâle. Car contrairement aux idées reçues, il ne fait pas disparaître le bronzage. Il est recommandé de le réaliser une à deux fois par semaine. Après avoir gommé, on n'oublie pas de bien hydrater notre peau pour maintenir la jolie couleur de l'été.

Le bronzage est en réalité un mécanisme de défense naturel de la peau face au soleil. « C'est un véritable cri d'alarme », note le docteur Marie Jourdan, dermatologue et membre du comité d'experts de Doctissimo. Car il ne faut

pas l'oublier, les rayons de l'étoile centrale du système solaire sont une véritable agression pour notre épiderme. Lorsque la peau est exposée aux rayons ultraviolets, elle produit naturellement de la mélanine, ce qui nous donne cette couleur caramel. Ce sont en effet les mélanocytes, situés à la base de l'épiderme, qui fabriquent ce pigment brun capable d'absorber une partie des rayons UV et d'offrir ainsi une certaine protection à nos cellules. « La mélanine, qui agit comme un bouclier, va ainsi s'accumuler dans des petits sacs. Ces derniers vont ensuite se positionner au-dessus des noyaux de nos cellules. La mélanine fonctionne donc comme un parasol », précise la dermatologue.

représentent environ 95 % des rayons UV qui atteignent la surface de notre planète. Ils sont responsables du bronzage immédiat. Et puisqu'ils pénètrent

profondément dans le derme et de manière rapide, ils sont aussi à l'origine des taches pigmentaires, du vieillissement de la peau et des rides. Dans le pire des cas, ils peuvent entraîner certains cancers cutanés (mélanome ou carcinome).

Quant aux UVB, ils pénètrent moins profondément et provoquent les fameux coups de soleil, des brûlures, des cloques et aussi des cancers de la peau. « L'effet néfaste des UVB permet d'indiquer au corps qu'il y a un danger, indique la dermatologue. Les deux types d'UV sont dangereux, même si les UVA vont plus

profondément dans le derme et peuvent être davantage pourvoyeurs de cancer de la peau », poursuit-elle. Les UVC sont intégralement filtrés par la couche d'ozone et n'atteignent pas la surface de la Terre.

« Nous ne sommes évidemment pas tous égaux face aux UV. Les personnes qui ont la peau noire ou mate ont des usines de fabrication de mélanine plus dynamiques que celles du reste de la population. Ils vont donc produire ce pigment naturel plus rapidement. Un peu d'UV va tout de suite mettre en route la machine. De plus, le capital solaire, la façon qu'à la peau de s'abîmer au soleil, est beaucoup plus fragile chez quelqu'un qui est clair de peau que chez quelqu'un qui est noir », explique le docteur Marie Jourdan.

“
La meilleure protection solaire est celle que vous aimez mettre toutes les deux heures
”

DIFFÉRENTS TYPES D'UV

Il existe en réalité trois catégories différentes de rayons ultraviolets (UV) : les UVA, les UVB et les UVC. Les UVA

UNE CRÈME SOLAIRE ÉCO-FRIENDLY

Et si la tentation reste trop grande, on adopte de bons réflexes avant de s'exposer au soleil et on s'applique de la crème solaire, qui n'empêche en aucun cas de bronzer. Le choix du produit doit être adapté à votre type de peau. « Les crèmes solaires ont plusieurs indicateurs : les indices UV et la galénique (la texture).

“

Selon Sufrider Foundation, chaque année, 25 000 tonnes de produits solaires se répandraient dans l'océan

”

Plus on a la peau claire et sensible, plus on va prendre un indice UV important. Quand on a la peau mate, on va rapidement avoir un voile gris

lorsqu'on applique de la crème solaire. Il faut donc en choisir une qui soit totalement translucide. Lorsqu'on a la peau grasse, on va choisir des produits plus matifiants », détaille la dermatologue. On choisit aussi ses produits en fonction de leur impact sur l'environnement. Selon Sufrider Foundation, chaque année, 25 000 tonnes de produits solaires se répandraient dans l'océan. Et les protections solaires ont un impact considérable sur les fonds marins et détruisent en partie les coraux. Ce sont certains composants chimiques qui absorbent les rayons UV, comme l'oxybenzone et l'octinoxate, qui sont à l'origine de cette pollution massive. Selon le WWF, 25 % des récifs coralliens ont, à cette heure-ci, subi des dégâts irréversibles. « Il faut vraiment trouver la crème solaire qui nous est la plus confortable. Ce n'est pas tout de l'avoir achetée, il faut la mettre. La meilleure protection solaire est celle que vous aimez mettre toutes les deux heures », résume le docteur Marie Jourdan. Il faut aussi à tout prix éviter de s'exposer pendant des heures dès le premier jour,

surtout aux heures les plus chaudes où le soleil est le plus vertical (entre 11h et 14h). « L'exposition au soleil, surtout si on a la peau claire, doit vraiment se faire de façon progressive. Il faut laisser le temps aux cellules de mettre en place leur fabrication de mélanine », souffle le docteur Marie Jourdan. Le secret d'un bon bronzage se passe aussi dans notre assiette. Pour prolonger son teint hâlé et cet effet bonne mine, on mise sur une alimentation colorée. On fait donc le plein de bêta-carotène et de vitamine C en mangeant des carottes, de la pastèque, des pêches, des poissons gras... •

“

Obtenir à tout prix une belle couleur caramel (rapidement s'il vous plaît) nous fait oublier les dangers liés à une surexposition au soleil

”

DEPUIS QUAND AIME-T-ON BRONZER ?



Dans son ouvrage, *L'invention du bronzage* (Éditions Champs/Flammarion), l'historien Pascal Ory conte l'histoire du bronzage et détaille son évolution au fil du temps. Pendant de nombreux siècles, il fallait rester blanc parce que ça faisait riche. La révolution du bronzage intervient au début du XX^e siècle. Dans les années 20-30, les médecins incitent la population à s'exposer au soleil, car ce dernier soignerait certaines maladies. Oubliez donc les parasols et autres ombrelles, on s'expose au soleil sans se poser de questions. L'été est caramel. La tendance se confirme avec les congés payés de 1936 et le bronzage devient alors un véritable fait de société.

6 produits solaires À EMPORTER AVEC VOUS CET ÉTÉ

Lorsqu'il est l'heure de lézarder au soleil, on n'oublie pas de se munir des meilleurs soins solaires pour halter sans brûler son épiderme, ni la planète. On mise aussi sur des compléments alimentaires pour préparer sa peau au soleil et prévenir le vieillissement cutané.



LABORATOIRES DE BIARRITZ



NUXE



LES MIRACULEUX



MUSTELA

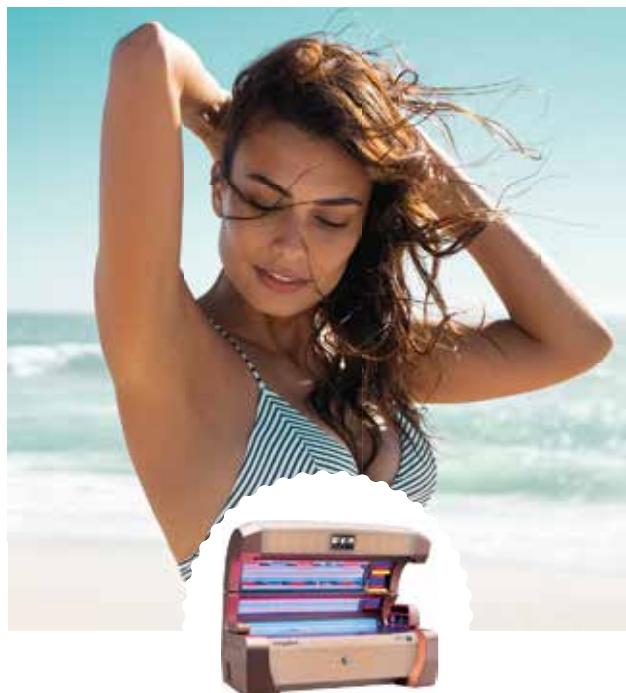


LANCASTER



CAUDALIE

Arborez un bronzage de rêve pour les vacances, avec notre solarium à la pointe de la technologie !



Depuis 20 ans, **Ambiance Sun** est spécialisé dans le bronzage. Possédant déjà six bancs solaires, l'institut s'est équipé tout récemment d'un **nouveau solarium doté de lampe LED avec booster**. Une technologie révolutionnaire qui permet aux lampes d'être moins agressives pour un résultat plus durable et respectueux de votre épiderme. Professionnelle et attentionnée, l'équipe d'**Ambiance Sun** saura vous conseiller selon votre type de peau. Un parking se trouve à proximité de l'institut où vous pourrez vous garer en toute facilité.

Prenez rendez-vous en ligne
www.ambiance-sun.lu
et retrouvez-nous sur



3 ROUTE DE LONGWY, L-4830 RODANGE
T. : 26 50 20 34

Ouverture d'avril à septembre, du lundi au vendredi de 9h à 20h, le samedi de 9h à 19h et le dimanche 9h à 13h.

*On a testé
pour vous*

GUERLAIN

**AQUA ALLEGORIA
NEROLIA VETIVER**



Parfum estival par excellence symbolisant la Dolce Vita, l'Aqua Allegoria Nerolia Vetiver de Guerlain mêle des notes florales et fruitées. Un seul spray de cette douce fragrance vous transporte dans la baie de Naples avec cette puissante senteur de Néroli. La plante est rafraîchie par le basilic et s'accorde à merveille avec ces touches gourmandes de figue. Le tout est rehaussé par le vétiver et ses notes boisées, pour un parfum que l'on porte quotidiennement, sans se lasser. Véritable symbole de l'engagement de Guerlain pour la planète, les parfums Aqua Allegoria sont composés jusqu'à 95 % d'ingrédients d'origine naturelle.



MARIA PIETRANGELI

Les plus

Avoir le privilège de tester une Aqua Allegoria est déjà un pur bonheur. J'adore la plupart des Aqua Allegoria. Avec Nérolia-vétiver, c'est un vent frais, de la bonne humeur, une dose d'optimisme et le début des vacances... Un parfum envoûtant, une fragrance végétale non genrée. J'aime l'idée que les parfums sont composés jusqu'à 95 % d'origine naturelle, et que le flacon est réutilisable à l'aide de recharges.

Les moins

RAS



CÉCILE GENAY

Les plus

Dès la première pulvérisation, je suis surprise par son parfum. Le mélange de néroli, vétiver, musc blanc, basilic, donne une sensation de fraîcheur immédiate. Il nous transporte au printemps et nous fait voyager en Italie avec toutes les couleurs et la beauté des paysages.

Sa fraîcheur sans aucun doute, son flacon dévissable et remplissable ainsi que la possibilité de mélanger deux Aqua Allegoria pour créer ma propre signature olfactive.

Les moins

Petite déception cependant sur la tenue, son parfum disparaît au bout de quelques heures.



CHARLOTTE KAISER

Les plus

Je suis une fan inconditionnelle des produits développés par Guerlain, je veux un vrai culte au parfum Insolence. Alors sans grande surprise, je trouve que l'odeur laissée par cette Aqua Allegoria est délicieuse. Elle rappelle le sud de l'Italie et ses oliviers à perte de vue. Cette nouvelle senteur est une ode au voyage et à la légèreté de l'été.

Les moins

On peut lui reprocher sa tenue faible dans le temps.



JULIE KIEFFER

Les plus

Fan du néroli et du vétiver, c'est un combo gagnant pour moi. Un parfum addictif que l'on a envie de porter tout l'été. C'est le parfum de vacances par excellence. J'apprécie particulièrement l'effort de la marque pour proposer des formules composées d'ingrédients d'origine naturelle et des emballages éco-conçus.

Les moins

Quelques gouttes suffisent au risque d'être trop entêtant.

FINION



Meuble en exposition chez



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

MUST-HAVE

01

LE POUVOIR DES ESSENCES

Une eau végétale parfumée, délicieusement fruitée et boisée et nourrie à plus de 92% d'ingrédients naturels, balaye les habituels impératifs de tête, de cœur

et de fond. L'Eau extraordinaire c'est l'attraction des contraires. Dialogue entre l'addiction fraîche et stimulante des agrumes et la sensualité chaleureuse et réconfortante des bois. Ces deux versants se provoquent pour faire naître plaisir, vitalité et émotion. **Eau extraordinaire. Clarins.**



02

DÉMAQUILLANT NOUVELLE GÉNÉRATION

Un diphasé doux, composé de 98% d'ingrédients d'origine naturelle, est infusé d'extrait de nymphéa, d'huile de Meadowfoam, d'eau de bleuet, d'huile de jojoba, formulé pour éliminer dans le plus grand respect les maquillages pigmentés. Les deux phases, aqueuse et huileuse, agissent en double action pour capter toutes les impuretés. L'huile de jojoba aide à réconforter les zones sensibles des yeux et des lèvres. Les traces de maquillage sont éliminées, le PH de la peau est préservé et elle est plus hydratée. **Démaquillant yeux et lèvres. Dior.**



Yuzu et vitamine C sont les deux ingrédients stars de ce soin. Puissant oxydant, la vitamine C régule les excès de mélanine liés à l'exposition solaire et au stress oxydatif. Elle fait disparaître le teint terne et irrégulier. L'extract de yuzu soutient la production naturelle d'acide hyaluronique. Un duo de choc pour un coup d'éclat, la peau est boostée, éclatante, et parfaitement hydratée.

Shot d'Éclat. Yuzu-C. Waso Shiseido.

COUP D'ÉCLAT



03

QUATRE

RÉVÉLATION OLFACTIVE

Le magnolia : cette fleur somptueuse aux pétales veloutés qui s'ouvrent pour donner vie à de nouvelles nuances olfactives, Acqua di Parma nous la dévoile aujourd'hui plus que jamais. Une Eau de Parfum puissante et radieuse, au sillage surprenant, expression authentique d'un ADN 100% italien. La découverte enthousiasmante d'une fleur qui, enveloppée d'un prisme de lumière, surprend par son charme magnétique et son infinie beauté. **Magnolia Infinita. Aqua di Parma.**



05

PARFAIT POUR LA PEAU ET LA PLANÈTE

Une protection solaire hyper protectrice invisible et « clean », agréable à appliquer tous les jours. Une formule hautement biodégradable, sans oxybenzone et sans octinoxate et testée non toxique pour l'écosystème marin. Sans parabène, phén oxyéthanol, PEG, silicones, huiles minérales, dioxyde de titane, alcool, ingrédients d'origine animale. Emballage en plastique recyclé et 100% recyclable. **Fluide très haute protection SPF50+. Vinosun Preprotect. Caudalie.**



New

Préférez le naturel. Préférez SPA® Fruit.

100% d'ingrédients d'origine naturelle.

Sans conservateurs.

Sans saveurs artificielles.



PLEASE
RECYLE
ME

Mieux boire.



Mieux vivre.



Le pouvoir des huiles essentielles

Très en vogue ces dernières années, les huiles essentielles se sont faites une place de choix dans les trousse à pharmacie des adeptes d'une médecine plus naturelle. Elles sont utilisées pour leurs multiples propriétés et offrent une solution alternative pour soulager les maux du quotidien. On parle alors d'aromathérapie. Mais nul ne s'invente aromathérapeute. Cette médecine douce renferme de nombreuses spécificités qu'il faut connaître afin d'éviter tout risque pour la santé.

TEXTE : CHARLOTTE KAISER

Les remèdes de grand-mère n'ont pas pris une ride ! Il faut dire que les médecines alternatives ont toujours la cote. La preuve en est avec l'aromathérapie, pratiquée depuis des millénaires, qui compte aujourd'hui toujours plus d'inconditionnels. L'aromathérapie a été inventée au début du XX^e siècle par le chercheur français René-Maurice Gattefossé. Elle désigne l'utilisation des huiles essentielles, dotées de propriétés physiques multiples, au service de la santé. Cette médecine douce offre ainsi une solution naturelle pour soulager les maux quotidiens (nez qui coule, insomnies, troubles de la digestion...) et favorise le bien-être. Les huiles essentielles s'obtiennent après extraction des composés volatiles depuis les organes producteurs de certaines plantes (feuilles, fleurs, rhizomes, tiges...) par différentes techniques, dont la distillation reste la plus courante. Elles peuvent être utilisées par voie orale, par voie cutanée (en massage), par voie respiratoire (olfaction, diffusion, inhalation) ou par voie rectale.

UNE UTILISATION ENCADRÉE

Ces dernières doivent être dosées et utilisées correctement pour ne pas entraîner un effet contre-productif.

Tout comme leurs vertus, il est essentiel de bien connaître leurs éventuelles toxicités. « Quand bien même l'aromathérapie est une médecine naturelle, elle reste très spécifique. Certaines fioles odorantes peuvent être neurotoxiques et dans le pire des cas, provoquer des accouchements spontanés.

totallement différentes en fonction de l'organe producteur (les feuilles, les fruits, les graines, les racines, l'écorce ou les fleurs) de la plante distillée choisie.

L'AROMATHÉRAPIE VS L'AROMACHOLOGIE

« L'huile essentielle va avoir à la fois une carte d'identité chimique qui va traiter des symptômes physiques et un aspect olfactif qui va atteindre la partie émotionnelle de notre cerveau. Nous avons donc une double prise en charge », poursuit le docteur Stéphanie Etienne, aussi gérante du cabinet Naturo&Scents. Lorsqu'on opte pour la voie respiratoire (olfaction, diffusion, inhalation), on parle alors d'aromachologie.

“
L'aromachologie ne soigne pas, elle s'intéresse davantage à l'effet des parfums et des odeurs des petites fioles sur les émotions et le bien-être
”

Il faut toujours demander conseil à un thérapeute formé à l'utilisation des huiles essentielles », indique Stéphanie Etienne, docteur en chimie et physicochimie, naturopathe et aromachologue. Il existe plus de 800 000 espèces végétales sur l'ensemble de notre planète. 10 % d'entre elles sont dites aromatiques et sont capables de produire des huiles essentielles. Les propriétés et les toxicités de ces petits flacons vont être

Souvent confondue avec l'aromathérapie, elle est pourtant bien différente de cette dernière. L'aromachologie s'intéresse davantage à l'effet des odeurs des petites fioles sur nos émotions et notre bien-être. Le but de cette thérapie subtile est d'utiliser les senteurs pour diminuer le stress ou l'anxiété. Car l'odorat est en relation étroite avec la partie émotionnelle de notre cerveau. L'olfaction d'une odeur peut ainsi nous ramener à des moments joyeux de nos vies et nous procurer un petit shoot de bonheur.

LE CHOIX DE LA QUALITÉ

Qu'importe l'utilisation qu'on en fait, la qualité de la fiole odorante choisie est primordiale pour une bonne efficacité. « Il faut à tout prix choisir ces produits chez des petits producteurs, plutôt que d'opter pour des huiles provenant de grosses productions de masse, où les lots sont bien souvent mélangés et ne présentent pas les qualités olfactives requises. Et bien entendu, il faut s'assurer de leur origine biologique ou sauvage : après extraction, les huiles essentielles sont de véritables concentrés chimiques, et donc si pesticides et autres chimie de synthèse il y a, ils se retrouveront également dans le flacon... Il faut faire aussi très attention aux appellations et ne pas se tromper. Le mieux est de se référer aux noms latins qui ne varient pas et sont beaucoup plus précis », conseille Stéphanie Etienne. La gérante de Naturo&Scents, un cabinet situé à Dudelange, conseille donc de privilégier les petits producteurs.

« Une notion importante est celle du chémotype, notion introduite par Pierre Franchomme, suite aux nombreux accidents et mauvaises utilisations.

“

Certaines huiles essentielles peuvent être neurotoxiques et dans le pire des cas, provoquer des accouchements spontanés

”

Le chémotype désigne la molécule prépondérante de l'huile essentielle. En fonction de celui-ci, nous aurons des spécificités chimiques et donc des actions et des toxicités différentes. Par exemple, Il y a plusieurs variétés de thym, de romarin, d'eucalyptus », précise le docteur en chimie et physicochimie.



DES ESSENTIELS À AVOIR

Certaines huiles essentielles, dites classiques, peuvent être utilisées régulièrement pour soulager les désagréments du quotidien. On fait le point sur celles que vous devez absolument avoir chez vous. Premièrement, l'huile essentielle de laurier noble que l'on peut éventuellement associer au ravintsara. Elle a un effet anti-infectieux, antiviral, antibactérien, anti-inflammatoire. Il y a aussi celle de citron qui peut faciliter la digestion, lutter contre la fatigue, calmer les nausées. Ou celle d'eucalyptus radié qui participe au décongestionnement nasal et permet de dégager les voies respiratoires. L'huile essentielle de lavande fait aussi partie des petits flacons indispensables. Elle a un effet calmant et un pouvoir anesthésiant indéniable. Elle est aussi cicatrisante, elle peut donc être appliquée après une brûlure légère. L'huile essentielle d'Immortelle peut être utilisée pour les bleus et celle de gaulthérie pour les maux de tête.

LES HUILES ESSENTIELLES, VÉRITABLE ALLIÉ BEAUTÉ

Les petits flacons sont aussi très prisés dans le secteur de la beauté et sont utilisés dans de nombreux cosmétiques, car ils contiennent de nombreux actifs qui permettent d'apaiser de nombreux inconforts au quotidien.

Les huiles essentielles sont utilisées pour raffermir, cicatriser la peau, mais aussi pour la régénérer. Celle d'arbre à thé est d'ailleurs reconnue comme étant efficace pour traiter les lésions de l'acné inflammatoire.

Quant à l'huile essentielle de Géranium rosat, au parfum aromatique subtil, elle est plébiscitée pour son pouvoir anti-âge. De nombreuses maisons de cosmétiques utilisent donc cet elixir de jeunesse dans des soins visages. Les huiles essentielles viennent également au secours de nos cheveux pour les revitaliser et les illuminer. ●

Des diffuseurs **DE BIEN-ÊTRE**

Pour créer votre propre atmosphère bien-être dans votre intérieur, nous vous proposons une sélection de diffuseurs supportant l'huile essentielle de votre choix.
Après une journée de travail, parfumez en un instant votre lieu de vie tout en profitant des bienfaits de ces petites fioles.



VOLANT



PURESSENTIEL



IROKO



BEURER



MOYA



LIVOO

ALTHA

Première école
de Naturopathie du Luxembourg
depuis 2007

Fondée en 2007, ALTHA est une école de naturopathie reconnue par le ministère de l'Éducation nationale, comme école de formation. L'établissement propose six filières de formation et des cours à la carte dispensés par des professionnels désireux de mettre leur savoir et leur expérience au profit de toute personne désireuse de valoriser ces pratiques millénaires et salutaires. La filière d'enseignement de naturopathie d'ALTHA est reconnue par un agrément européen accordé par REFORMED® aisbl.

76 RTE DE LUXEMBOURG,
L-4972 DIPPACH
TÉL. : 26 37 44 88

WWW.ALTHA.LU

News HEALTHY

MES RECETTES APÉROS POUR UN ÉTÉ 100 % HEALTHY

TEXTE : LISA BEYS



COMMENT COMPOSER L'APÉRO HEALTHY IDÉAL ?

Clara VUCHER nous donne le ratio idéal, dans *Apérikif, 60 recettes à partager* : pour qu'il soit consistant, l'apéritif doit être composé d'1/4 de céréales complètes (pains, galettes à base de farines variées), 1/4 de protéines (légumineuses, œufs, fromage), et 50 % de fruits et légumes frais (bios, préparés avec leur peau, riches en nutriments) ; sans oublier de bonnes matières grasses (huiles végétales, graines et oléagineux) et des saveurs parfumées : herbes fraîches, surgelées ou séchées, épices, condiments.

GASPACHO VÉGÉ TOMATE & BASILIC

Laver 800 g de tomates, les entailler en croix sur le dessus et les plonger 30 secondes dans l'eau frémissante. Égoutter et rafraîchir immédiatement dans un saladier d'eau glacée. Peler, épépiner et placer la chair dans la cuve d'un blender ou robot mixeur. Ajouter une pincée de sel, du poivre du moulin, un filet d'huile d'olive et mixer finement. Réfrigérez une heure. Pour un pesto ultra simple : effeuiller le basilic et le mixer avec ½ gousse d'ail, 30 g de pignons de pin, 2 c. à soupe de parmesan râpé. Servir le gazpacho dans des assiettes creuses en ajoutant quelques feuilles de basilic et des pignons, et servir avec le pesto à côté.



WRAP HEALTHY ET RAPIDE

Lavez 80 g de roquette et hachez grossièrement les feuilles. Coupez ½ oignon en très fines tranches et émincez quelques feuilles d'aneth. Mélangez du fromage frais, la salade hachée, l'aneth et les tranches d'oignon. Tartinez des tranches de fajitas avec la préparation à base de fromage et déposez une tranche de saumon fumé au-dessus puis enrôlez le tout. Ajoutez du jus de citron pour apporter un peu de puissance au wrap.



DU CÔTÉ DES BOISSONS, JE CHOISIS QUOI ?

On bannit l'alcool, ultra calorique. On lui préfère le kéfir de fruits ou le kombucha, boissons fermentées très en vogue actuellement et remplies de probiotiques. Pour une limonade maison, on rince un bouquet de menthe, on pèle 100 g de gingembre puis on le taille en allumettes. Dans un récipient, on verse le jus de 5 ou 6 citrons verts sur le gingembre et les feuilles de menthe, on laisse macérer une heure, puis on verse 1 litre d'eau pétillante. On sert très frais dans une carafe transparente. Au besoin, on ajoute un trait de sirop d'agave ou de miel.

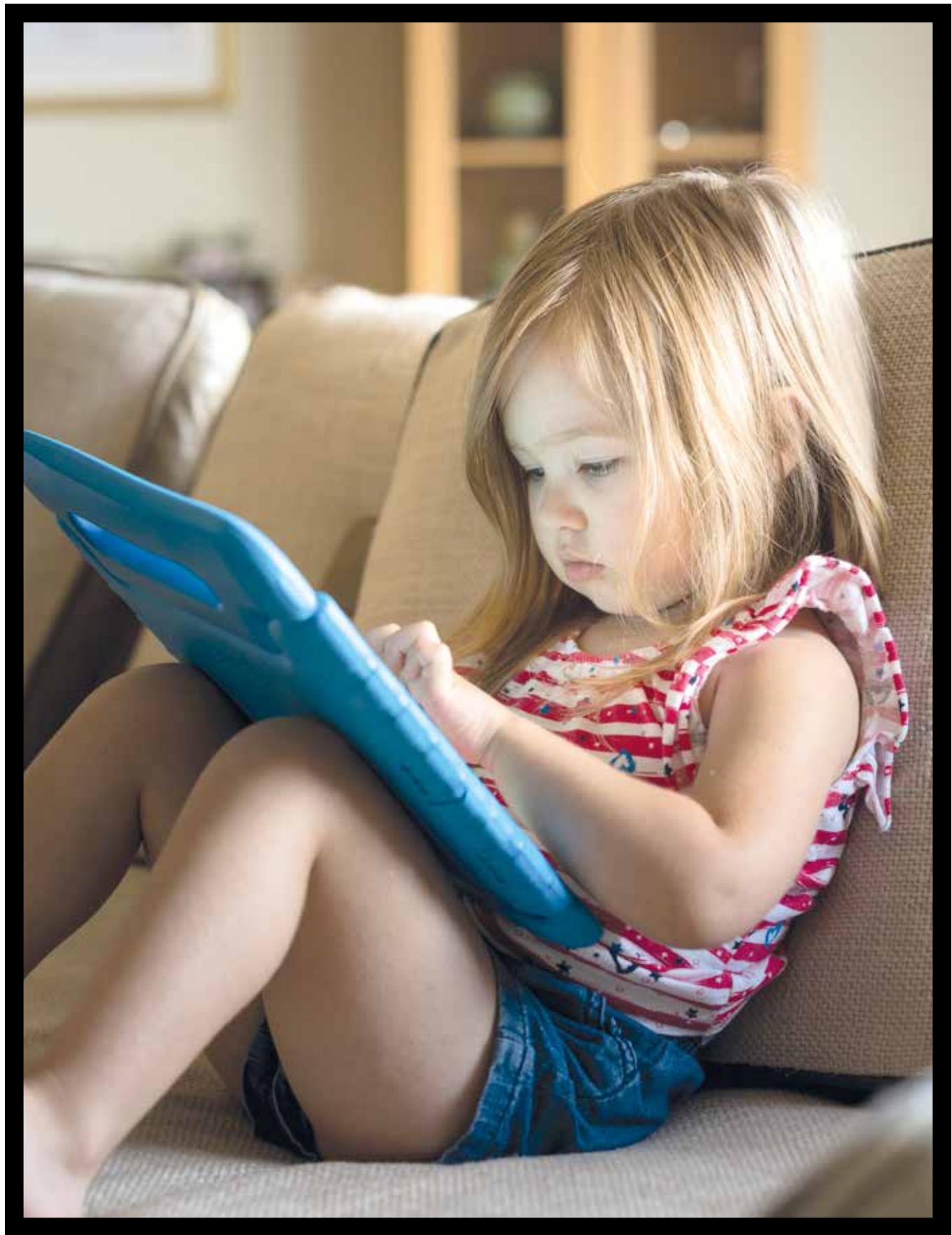
SALADE EXOTIQUE 100% FRAÎCHEUR

Chauffer 15 ml l'huile d'olive dans une poêle antiadhésive, ajouter 140 g de crevettes et les sauter à feu moyen pendant 3-4 min. Saler et poivrer. Réserver. Dans un grand bol, verser 20 ml de vinaigre de riz, 2,5 ml d'huile de canola et 2,5 ml d'huile de sésame, sel et poivre.

Bien émulsionner à l'aide d'une fourchette. Émincer un oignon. Couper 300 g de mangues et 170 g d'avocats en dés. Ajouter les crevettes, 15 g d'oignons verts finement tranchés et enrober le tout de vinaigrette. Ajouter de l'aneth finement ciselé, réserver au frais un moment puis servir. Une recette testée et approuvée pour toute la famille !

47%

L'apéritif est une activité sociale largement plébiscitée. Selon un sondage réalisé chez nos voisins français, seuls 2% des interviewés déclarent ne jamais prendre l'apéritif, et 47% le font au moins une fois par semaine (IFOP, 2017).



Conseils pour limiter

LE TEMPS PASSÉ DEVANT LES ÉCRANS

Smartphones, tablettes et autres ordinateurs se consomment avec modération. Les enfants et les ados passent de plus en plus de temps devant leurs écrans, ce qui n'est pas sans impacter leur santé physique et mentale. En cas d'abus, les parents doivent intervenir pour en limiter l'usage. Voici quelques conseils pour les aider à y parvenir en sachant que la priorité est souvent de changer leurs propres habitudes.

TEXTE : FABRICE BARBIAN

Obésité, motricité amoindrie, fatigue oculaire, maux de tête, perturbations en ce qui concerne le bon développement du cerveau, habiletés sociales plus faibles, difficultés dans la gestion des émotions, mauvais sommeil... Ce sont quelques-uns des maux et problèmes qui touchent les enfants qui passent beaucoup de temps devant des écrans de toutes sortes : tablette, smartphone, ordinateur, jeux vidéo ou télévision. Précisons-le bien.

Ces outils ne sont nullement néfastes en eux-mêmes - ils ont même des atouts à faire valoir en matière d'apprentissage -, ce qui est nuisible c'est la « surconsommation » qui s'avère d'autant plus vive que les écrans sont addictifs.

PAS D'ÉCRAN AVANT 2/3 ANS

D'où la nécessité, pour les parents concernés, de prendre des dispositions pour limiter et restreindre l'accès à ces différents appareils, compte tenu de l'âge des enfants puisque c'est un facteur très important. Avant 2 ou 3 ans, les spécialistes de la petite enfance indiquent que les enfants ne devraient pas être exposés à la télévision ou à tout autre écran. Jusqu'à 6 ans, les enfants ne devraient pas être exposés à des

écrans - peu importe l'appareil -, au-delà d'une heure quotidienne. En ce qui concerne l'accès à internet, l'idéal serait d'attendre que l'enfant atteigne une dizaine d'années et deux ou trois ans de plus avant d'accéder aux réseaux sociaux. Et tout cela avec modération ! Et c'est là que cela se complique un peu, car il ne suffit généralement pas de le dire gentiment pour qu'un enfant réduise le temps passé devant ses écrans, s'il en abuse. Mais il n'en reste pas moins nécessaire d'agir.

“
46,9 % des parents reconnaissent que les écrans leur sont utiles afin d'occuper leurs enfants
”

DIALOGUER

La première des choses à faire est d'en discuter avec lui, bien entendu, afin de lui expliquer pourquoi il est important

pour lui et sa santé de limiter les jeux, les réseaux sociaux et les vidéos. Pour avoir de solides arguments, la première des démarches consiste à faire le point sur sa « consommation » quotidienne d'écrans avant de déterminer la stratégie ou les solutions à déployer. S'il est d'accord pour faire des efforts, parfait, mais dans le cas contraire, disons qu'il va falloir se montrer compréhensif et patient.

DONNER L'EXEMPLE

Arrêter de lire ses e-mails pendant les repas, cesser la distribution des likes sur Facebook pendant les devoirs ou éviter de s'éclipser pour se plonger dans sa série à la moindre occasion... C'est certainement la première des choses à faire en tant que parent. Multiplier les recommandations et les interdictions alors que soi-même, on est incapable de se passer de son mobile plus d'un quart d'heure n'est pas très productif. Commencer par désactiver ses notifications, cela peut s'avérer utile. Ou s'acheter une montre pour savoir l'heure.

IMPOSER DES RÈGLES

Cela signifie très clairement définir quand et pour combien de temps, il peut regarder la télévision, jouer sur son smartphone



ou regarder des vidéos. En veillant tout particulièrement à interdire les écrans pendant les repas, le matin avant d'aller à l'école, mais également le soir avant d'aller se coucher - 2 heures avant dans l'idéal - pour ne pas perturber le sommeil. C'est un peu radical, mais interdire le smartphone - voire tous les écrans - dans les chambres peut être la solution.

UTILISER LES OUTILS DISPONIBLES

Une autre façon de contrôler le temps d'écran de ses enfants est d'utiliser le contrôle parental dont sont équipés presque tous les appareils. Grâce à cet outil, il est facile de sélectionner ou de limiter les appareils électroniques et les contenus auxquels ils peuvent accéder, à partir de différents critères.

SE LIBÉRER DU TEMPS

S'attacher à ce que ses enfants ne deviennent pas accros aux écrans,

c'est bien. Tout comme il n'est pas inutile qu'ils apprennent à s'occuper autrement. Cela dit, il faut leur offrir des alternatives. Cela veut dire les inscrire au club de sport ou à la médiathèque et les y emmener. Se procurer des jeux de société et y jouer avec eux. Leur offrir des livres et raconter les histoires...

Des histoires justement, il faudrait peut-être aussi cesser de s'en raconter. Si autant d'enfants passent des heures devant les écrans, c'est aussi car ça arrange bon nombre de parents. L'étude française CovidEcransEnFamille (1^{er} rapport final de l'étude Covid-Ecrans en famille, daté de 2021) révèle que 46,9 % des parents reconnaissent que les écrans leur sont utiles afin d'occuper leurs enfants. 32,2 % leur trouvent aussi un rôle de baby-sitter quand ils sont occupés. Or nul doute que la meilleure manière de protéger ses enfants des écrans est de faire en sorte qu'ils ne ressentent jamais le besoin de s'y attarder, car occupés à autre chose. •

ÇA COMMENCE QUAND L'EXCÈS D'ÉCRAN ?

Le pédopsychiatre Stéphane Clerget, qui a consacré de nombreux livres à l'enfance, recommande une formule simple : une heure par année d'âge, par semaine. Autrement dit, dans l'idéal, un enfant de 7 ans ne devrait pas passer plus de 7 heures par semaine, devant un écran. Pour un ado de 14 ans, ce sera 14 heures...

Spontanément, on se dit alors que cela fait déjà beaucoup. Ce n'est pas faux, mais de très nombreuses études confirment que les enfants de 4 à 6 ans y consacrent beaucoup plus de temps que cela. Certaines avancent entre 3 et 4 heures par jour, en moyenne, pour cette tranche d'âge. Une étude Ipsos, réalisée pour l'Union nationale des associations familiales (Unaf), parue en février dernier, révèle même que 43 % des 0-2 ans utilisaient déjà Internet.



ÄR GESONDHEETS MUTUELLE
ZANTER 1956



TU VEUX DES VACANCES SANS STRESS

NOUS SOMMES LÀ.

moskito.lu

La CMCM participe aux frais à hauteur de 100.000 €/membre, en cas d'une hospitalisation durant vos vacances. Les frais liés au transport médicalisé par ambulance ou par hélicoptère ainsi qu'en cas d'un rapatriement sont couverts sans limites. De plus, le package de base inclut une assurance annulation couvrant vos frais jusqu'à 1.500 €/membre/voyage.

Scan me!

Envie de devenir membre? Plus d'infos sur www.cmcmlu



MIR SINN DO. FIR JIDDEREEN.

Deniz Avcu

S'INTÉGRER ET PROTÉGER SA CULTURE

Originaire de l'ouest de la Turquie, Deniz Avcu est installée depuis quatre ans avec sa famille au Luxembourg après être passée par le continent africain. Bénéficiaire de la protection internationale, cette prof de maths qui se passionne pour tout ce qui touche à la psychologie de l'enfant travaille comme aide-éducatrice à Esch-sur-Alzette. Mère de trois jeunes enfants, Deniz, qui prône le vivre ensemble, se raconte autour d'un café partagé à la mi-mai sur une terrasse de la capitale.

TEXTE : KARINE SITARZ

Deniz Avcu



Pouvez-vous vous présenter brièvement ?

J'ai grandi en Turquie, dans la région de Manisa, et j'ai fait des études de mathématiques. J'ai 38 ans et suis mère de trois enfants, un garçon de 9 ans né en Guinée et deux filles, une de 5 ans et demi, née en Côte d'Ivoire et une de 2 ans et demi née ici, au Luxembourg, où nous sommes arrivés en août 2018 et où, depuis 2020, j'ai le statut de réfugiée.

Qu'est-ce qui a poussé la jeune fille que vous étiez vers les mathématiques ?

J'ai toujours voulu aider les autres et pour moi être enseignante était une bonne façon de le faire. Si j'ai toujours aimé les mathématiques, c'est surtout l'enseignement qui m'a attirée, pouvoir par ce biais partager un peu de la vie et être un exemple pour les jeunes.

Qu'avez-vous fait après vos études ?

J'ai travaillé deux ans dans un centre culturel turc à Saint-Pétersbourg où j'enseignais l'art ebru (ndlr : art traditionnel turc de peinture sur l'eau dit papier marbré). En 2010, année de mon mariage, j'ai rejoint la Guinée où mon mari, lui aussi

professeur de mathématiques, était proviseur dans une école privée. J'y ai enseigné cinq ans puis nous avons rallié la Côte d'Ivoire où j'ai travaillé de 2015 à 2018. Mais les problèmes politiques (ndlr : la tentative de coup d'État en Turquie) ont eu des répercussions pour nous. Nous avons donc quitté la Côte d'Ivoire où nous n'étions plus en sécurité. L'Ambassade ayant refusé un passeport à ma fille et le renouvellement de celui de mon fils, nous avons dû quitter le pays par la route et avons mis cinq jours pour arriver au Sénégal. C'était dur, ma fille n'avait que 18 mois. Au Sénégal, où nous avons des amis, nous sommes restés deux mois et demi, le temps d'organiser nos papiers, avant de gagner la Mauritanie puis le Cap-Vert, l'Espagne, la Belgique pour arriver au Luxembourg.

Qu'est-ce qui a été le plus difficile les premiers temps au Luxembourg ?

Vivre dans des foyers. Mon fils demandait : « Où on part maintenant ? ». On répondait : « Nous allons dans un endroit comme un hôtel ». Arrivé au Centre de logopédie, qui faisait alors office de foyer, il nous a dit : « Pourquoi papa n'a pas trouvé un hôtel avec une piscine ? ». Il a vite vu qu'on ne vivait pas normalement. On partageait la cuisine et la salle de bains avec les autres familles. On a vécu trois ans en foyer, deux ans dans l'attente de nos papiers - nous n'avions alors pas le droit de travailler - et un an de plus durant lequel nous avons cherché un logement. En 2020, une rencontre organisée par des volontaires de la commune de Bridel nous a mis

en contact avec l'épouse du bourgmestre qui s'est dit prête à nous louer un logement, nous y avons emménagé en août 2021.

Comment avez-vous rencontré l'association Ryse ? Que vous a-t-elle apporté ?

C'est en 2020 qu'une amie m'a mise en contact avec cette association. Grâce à elle, j'ai eu un mentor qui m'a encouragée à trouver un emploi. J'ai suivi une formation pour me familiariser avec le marché du travail au Luxembourg auprès de l'association Zarabina qui travaille avec l'Adem. Aujourd'hui, je reste en contact avec Francesca de Ryse, nous avons gardé des liens amicaux et je prends conseil à chaque décision difficile. Il y a un an, elle m'a mise en relation avec un réseau de crèches et de foyers de jour et, début 2022, le réseau ayant ouvert de nouvelles structures, j'ai reçu un appel me demandant si je voulais toujours travailler avec le groupe. Une note d'espérance alors que ce matin de janvier j'étais sortie de l'appartement en oubliant les clés à l'intérieur ! Depuis que je suis ici, à chaque fois que je suis au plus bas, il y a une bonne nouvelle qui tombe !

Comment est votre vie aujourd'hui ?

Depuis février, je travaille comme aide-éducatrice dans un foyer de jour privé, pour enfants de 3 à 12 ans, à Esch-sur-Alzette. J'adore les enfants et ce travail me plaît. Quand mes enfants seront plus grands, je suivrai une formation d'éducatrice et en attendant je vais apprendre le

luxembourgeois. Mon mari et moi sommes contents d'être ici, nous voulons rester, nous adapter, nous intégrer et donner l'exemple à nos enfants. En même temps, nous voulons protéger nos valeurs, garder notre identité, notre culture - par exemple mes habits traditionnels sont précieux pour moi - et faire que nos enfants grandissent aussi avec ces valeurs.

“

Il faut vivre ensemble, accepter les gens comme ils sont, avec leur langue, leur culture, leur personnalité, et les respecter

”

Quels liens gardez-vous avec votre pays natal ?

Nos proches vivent en Turquie où nous ne pouvons aller pour l'instant, ça nous manque. Ma mère ne connaît pas ma petite fille et la dernière fois qu'elle a vu mon fils, il n'avait que 2 ans et demi. Les grands-parents manquent aussi dans la vie des enfants. Heureusement, ils pourront désormais nous rendre visite, car nous avons un travail. Nous restons proches de la Turquie à travers des amis et l'association Turkuaz. Mes enfants sont eux aussi contents d'avoir des activités avec des amis turcs. Mais, si à la maison, nous parlons le turc, je les encourage à apprendre les langues du pays. •

Questions à la volée

UNE FEMME INSPIRANTE :

Je suis impressionnée par la vie de Maria Montessori qui a cassé beaucoup de préjugés et a réussi là où on ne pensait pas qu'elle réussirait.

UN LIVRE COUP DE CŒUR :

Momo, roman de Michael Ende, qui parle du temps qui passe si vite, de la vie et de ses contradictions, on travaille pour vivre bien, mais on n'en profite pas.

UNE PASSION :

L'art ebru que je pratique depuis ma jeunesse et que j'ai aussi enseigné, c'est motivant et attrayant.

CAP SUR L'ÉLECTROMÉNAGER CONNECTÉ !

Réfrigérateur, lave-linge, four, poêle à granulés, aspirateur robot... Composez un intérieur intelligent et facilitez-vous la vie avec des équipements et appareils connectés, en phase avec vos habitudes de vie et vos besoins.

Pour de l'électroménager fonctionnel, ludique, performant, écoresponsable, intuitif, innovant... Suivez le guide !

TEXTE: MARINE BARTHÉLÉMY



SYMFONISK (IKEA & SONOS)

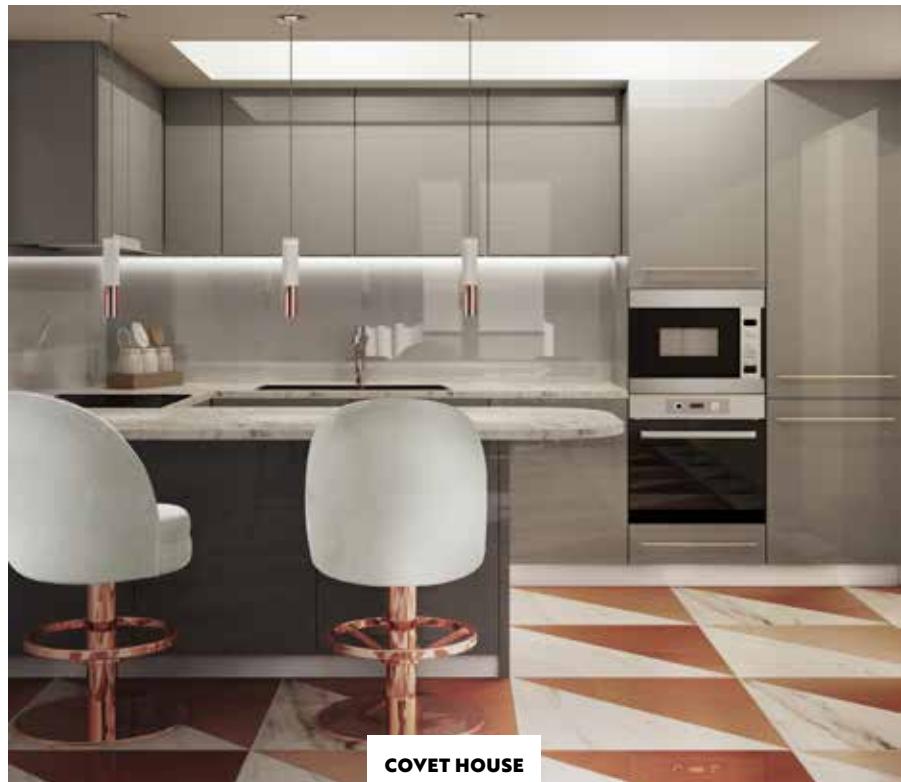
PILOTAGE À DISTANCE

Les électroménagers se réinventent au fil du temps pour offrir un véritable confort d'utilisation, au plus près de votre mode de vie et de vos préférences d'utilisation. Les appareils connectés sont pilotés à distance via le réseau Wifi pour gagner du temps et simplifier le quotidien. De plus, ils sont écologiques, préconisant les meilleures réglages selon vos besoins. Star de la cuisine, le réfrigérateur connecté devient un incroyable écrin high-tech pour toute la famille et garantit une conservation optimale de vos aliments. Les paramètres et fonctionnalités sont plus ou moins étendus selon le modèle choisi. Directement associé à une application installée sur votre tablette ou sur votre smartphone, l'appareil se contrôle à distance et permet notamment de consulter le contenu quand vous faites vos courses afin de gérer les stocks de nourriture (réfrigérateur Family Hub de Samsung), être averti des dates de péremption, coordonner votre agenda et recevoir des alertes en cas de problèmes (fonctionnalité présente pour le réfrigérateur combiné Vita Fresh de Bosch, ou Home Connect de Siemens). Certains modèles disposent d'un écran de façade (la caméra permet de visualiser l'intérieur, cela évite d'ouvrir inutilement le réfrigérateur et de limiter les déperditions de froid) ou d'un assistant vocal intégré

“

Les appareils connectés sont écologiques, préconisant les meilleurs réglages selon vos besoins

”



COVET HOUSE

**BARISTA T SMART (MELITTA)****HUE (PHILIPS)**

(réfrigérateur américain Door to Door de LG) qui permet de prendre en charge sa liste d'achat, de régler la température du réfrigérateur très simplement, pour que votre appareil soit prêt à accueillir vos courses, de trouver une recette selon les ingrédients présents, de diffuser des photos, des vidéos ou de la musique voire même de regarder la télévision ou une série Netflix. Ce n'est pas tout : robots pâtissier, multicuiseur, micro-ondes, lave-vaisselle, machine à café... De nombreux appareils deviennent connectés, proposent des options plus que performantes et permettent un suivi à distance depuis un smartphone ou une tablette.

GAIN DE TEMPS

Profitez des performances optimales des fours connectés ! Certains modèles sont désormais dotés d'un écran LCD et d'une double ouverture intelligente (Dual Cook Flex de Samsung), ce qui permet

à vos plats de cuire parfaitement et sans déperdition de chaleur. La consommation totale d'énergie serait même réduite de 18 % selon les résultats des protocoles de test. Certains équipements (Stamsense Connecte de Whirlpool, ou Perfect Sensor de De Dietrich) enregistrent vos modes de cuisson préférés, masquent les fonctionnalités que vous n'utilisez jamais et leur assistant de cuisson vous envoie des alertes et des conseils intuitifs. De la même façon, optez pour une table de cuisson connectée (repérée chez Siemens, Electrolux ou Samsung), avec une interconnexion table/hotte, permettant d'adapter les zones de cuisson en fonction des différents récipients ainsi que le réglage de la puissance d'aspiration grâce à des capteurs de particules intégrés.

MÉNAGER SES EFFORTS

Faire le ménage devient un jeu d'enfant avec les appareils connectés !

“

Optez pour une table de cuisson connectée permettant d'adapter les zones de cuisson en fonction des différents récipients

”

Les aspirateurs robots (Aqua Connect d'Eziclean, Mi Robot Vacuum de Xiaomi, Max V Ultra de Roborock...) nettoient toute la maison intelligemment et efficacement. Ils naviguent en cartographiant chaque pièce (paramétrée au préalable via une application spécifique) par détection laser ou grâce à leur caméra intégrée, en excluant les zones à éviter. Pratiques et intuitifs, ils détectent les marches d'escalier, les tapis, les coins de table, les obstacles et les objets afin d'éviter les collisions malencontreuses.

De nombreux modèles (Roomba d'iRobot, X-Plorer de Rowenta...) sont compatibles avec les assistants vocaux tels qu'Alexa d'Amazon ou le Google Assistant.

Les lave-linge connectés (repérés chez LG, Samsung ou Whirlpool) sont ultra pratique pour contrôler vos lavages à distance, programmer une machine à l'heure de votre choix, paramétrier vos préférences pour respecter au mieux tous les textiles. Autre innovation de pointe : le purificateur d'air connecté (Inspire, Airpurlabs), qui absorbe efficacement les polluants présents dans l'air intérieur (COV, formaldéhyde...) et qui propose un reporting des mesures en temps réel consultable sur votre smartphone. Un objet idéal pour les personnes allergiques, asthmatiques ou vivant avec des animaux de compagnie. ●



RÉFRIGÉRATEUR MULTI-PORTE (SAMSUNG)



SMARTGROW LIFE (BOSCH)



BLENDER (MILLO)

CONNECTIVITÉ OPTIMALE

Que diriez-vous d'installer un poêle à granulés ou à pellets connecté ? Ce système de chauffage (repéré chez Etna, Firematic, Giuliana, Extraflame...) est équipé d'une carte électronique permettant un pilotage et un allumage à distance en Wifi, un paramétrage des heures de chauffage, un réglage optimisé de la température ou encore de la puissance de la ventilation. Le gage d'un intérieur chauffé et confortable à votre retour ! Comptez entre 1 000 et 1 500 euros pour un appareil connecté. Il est également possible d'ajouter un thermostat connecté à un poêle standard, à condition que votre modèle dispose d'une entrée spécifique pour l'ajout d'un module connecté. Dans ce cas, comptez environ 200 euros pour l'acquisition d'un thermostat.

Packs Love



Fibre



Forfait mobile



TV (ou pas)

à partir de

38€⁹⁹
par mois

Doncœur poétique



PORCELAIN SUPERSTORE



VASE (FIVE AND DIME)



LUSTRE (LIME LACE)



TABLE (CAFFÈ LATTE)

Laissez-vous porter par un sentiment de bien-être en passant la porte de votre logis. Une atmosphère douce et chaleureuse se dégage à la vue de la subtile association de courbes, de couleurs rose pale, blanc pur et beige léger. Le mobilier aux lignes épurées prend de la rondeur, les arches se déclinent dans les étagères et habillent vos pièces.

TEXTES & SÉLECTION : DOROTHÉE DILLENSCHNEIDER



POUF (SWEETPEA & WILLOW)



LAMPE (KOKET)



COIFFEUSE (ROYAL STRANGER)



VASE (MAISONS DU MONDE)



CONSOLE (BRABBU DESIGN FORCES)



CIRCU

The SAVE DATE

TEXTES ET SÉLECTION : MATHIEU ROSAN

PASSENGER

Rares sont les trajectoires d'une telle cohérence : le musicien britannique Mike Rosenberg, alias Passenger, nom de son ancien groupe qu'il a conservé après sa dissolution en 2009, a quitté l'école à 16 ans, joué dans la rue en Angleterre et en Australie pendant des années, avant de connaître le succès avec le numéro 1 international *Let Her Go*, raflant le prestigieux prix Ivor Novello et gagnant au passage l'accès aux scènes du monde entier, qu'il foule aujourd'hui en alternant chansons indie folk tristes et joyeuses, sans jamais s'être départi de la simplicité d'un musicien des rues.

WWW.ATELIER.LU

08.07

CONCERT

FESTIVAL DE WILTZ (ORGANISÉ PAR DEN ATELIER)



09.07

CONCERT

PHILHARMONIE

END-OF-SEASON PARTY

Deux styles, deux ambiances mais deux soirées d'été devenues cultes ! La première présente, sur une scène en plein air au cœur du poumon vert de la ville de Luxembourg, l'Orchestre Philharmonique du Luxembourg et son directeur musical aux côtés de la soprano Kristine Opolais, du baryton Thomas Hampson et du Chœur de Chambre de Luxembourg pour un moment musical plein de liesse et de chaleur estivale, réunissant familles et groupes d'amis. La seconde, qui attire les amateurs de fête au-delà des frontières de la Grande Région, verra une nouvelle fois la Philharmonie se transformer en gigantesque dancefloor. Le temps d'une nuit, les têtes d'affiche de l'électro se succéderont aux platines pour faire danser le public.

WWW.PHLHARMONIE.LU

13.07

CONCERT

KINNEKS BOND

—
ÆM

Lancé en 2018 par la musicienne Ema Macara, ÆM est un projet de dream pop électronique aux influences indie. Une voix rêveuse, des paroles enfantines : les auditeur.rice.s redécouvriront le monde qui les entoure à travers son regard rafraîchissant. Son premier single envoutant, *City Ties*, évoque le rythme effréné de nos vies par le biais d'un personnage qui, dépassé par la réalité urbaine, cherche à s'évader de la « ville ». Une performance pop et planante exceptionnelle !

WWW.KINNEKS BOND.LU

15.07

CONCERT

ROCKHAL

—
ALICIA KEYS

Alicia Keys est indissociable du piano qui fit son succès en 2001, porté par les chansons *Fallin* et *A Woman's Worth* de l'album *Songs in a Minor*. La jeune diva de la soul a su imposer et interpréter ses propres compositions comme le reflètent les classicisme soul et inventivité pop de ses chansons, à la fois intimes et puissantes, dont l'album *The Diary of Alicia Keys* est un modèle. Après une tournée mondiale de deux ans entre cet album et son *Unplugged* paru en 2005, et des débuts cinématographiques remarqués (dans les films *Mise à prix* et *Le Journal d'une baby-sitter*, avec Scarlett Johansson), la mort de sa grand-mère paternelle et son deuil difficile l'amènent à prendre un long temps de réflexion sur les structures et thématiques de son 3^e album. Le court exil en Égypte qu'Alicia Keys s'est octroyé lui permet de revenir à son piano apaisée, et d'y évoquer avec intensité la possibilité pour chaque femme d'aller au bout de ses rêves. Une question de volonté qu'elle a - semble-t-il - partagée, et que l'album *As I Am* transmet avec une énergie pop et soul passionnée.

WWW.ROCKHAL.LU

20.07

CONCERT

KULTURFABRIK



—
DIVA HEAVEN

Diva Heaven c'est du punk version 2021 ! C'est furieux, sauvage et le quatrième accord ne manque à personne.

Références musicales aux différents mouvements des années 1990 et positionnement clair sur des thèmes qui leur tiennent à cœur. Le féminisme, les inégalités, l'homophobie, le racisme, la xénophobie et les problèmes écologiques sont au cœur des préoccupations du groupe - sans oublier pour autant l'amusement. Le trio maîtrise cet exercice d'équilibriste de manière impressionnante : traiter un sujet sérieux en riant. Tendre un miroir et y écrire son opinion avec un bâton de rouge à lèvres. C'est peut-être tout simplement la musique idéale pour cette époque : directe et sans détour. Furieuse, sauvage, bruyante et faisant pourtant la part belle aux paillettes et au glamour.

WWW.KULTURFABRIK.LU

Jusqu'au 04.09

EXPOSITION

CASINO LUXEMBOURG

THE EVERTED CAPITAL (KATABASIS)

Depuis 10 ans, Fabien Giraud et Raphaël Siboni travaillent sur une œuvre protéiforme composée de films, de performances et de sculptures : vaste fresque historique et spéculative explorant notre rapport au temps, à l'incertitude du futur et aux systèmes de valeurs qui en découlent. En 2022, pour la troisième fois depuis les débuts du projet *The Unmanned*, les artistes investiront les espaces du Casino Luxembourg afin d'en présenter la dernière phase. Ce projet d'exposition est double : conçu à la fois comme la présentation de l'intégralité des films et objets qui composent *The Everted Capital*, il est aussi un lieu de tournage - celui du premier plan d'un épilogue infini. Ainsi, pendant toute la durée de l'exposition, les espaces du Casino Luxembourg deviendront le lieu d'une fiction concrète où, réunis par un travelling, s'aligneront au présent les différentes strates de leur spéculation : terre démantelée, immortelles endormies, origine de la monnaie en fusion, nouveau-né devenu plus-que-la-vie.

WWW.CASINO-LUXEMBOURG.LU

04.07 au 25.09

ÉVÈNEMENT

BELVAL



LE SKIP

“

Qu'est-ce qui est jaune et en forme de vague ? "SKIP", un pavillon avec des tonnes d'activités prévues pour tes petites canailles... et pour toi aussi. Faire des constructions de mini architectes, fabriquer un inhalateur en céramique, jouer de la musique avec de la choucroute (oui tu as bien lu), balade émotionnelle à vélo ou robots upcyclés. Il y en aura pour tous les goûts et ce n'est pas tout, la programmation des workshops s'étend même après la rentrée ! Stay Tuned !

” - Elfy Pins

WWW.ESCH2022.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

ACOUSTIC PICNICS

02.08 - 28.08.2022

NATURPARK HAARD
DIDDELENG

D'„Acoustic Picnics“ bréngen déi schéinsten Eegenschaften von Diddeleng zesummen: De Naturpark Haard an déi eenzegaarteg Diddelenger Kulturlandschaft – en enkt an exklusiivt Zesummespill téscht Kënschtlereien a Publikum.

- | | |
|--------------------------|--|
| 02.08 - 06.08 | E roude Fuedem duerch
de roude Buedem |
| 02.08 | Be_Offline |
| 03.08 | Conférence CDMH |
| 04.08 - 06.08 | Julie Campiche |
| 10.08 - 14.08 | Desire Lines |
| 11.08 & 18.08
& 25.08 | Spillnomötten |
| 17.08. | Wikinger Schach
vum Jugendhaus |
| 20.08. | The Visit |
| 21.08. | Jemp Schuster &
Claire Parsons |
| 26.08 - 28.08 | Krunnemécken &
Roland Meyer |

opderschmelz
CENTRE CULTUREL REGIONAL DUDELANGE

DANS LE CADRE DE
E22 ESCH-SUR-ALZETTE
EUROPEAN CAPITAL OF CULTURE



#DUDELANGE2022



TESTS
ET ESSAIS
à partir du 11 juillet

DEN TRAM KÉNNNT OP BOUNEWEG 11 SEPTEMBER 2022



Haalt Är Aen an Oueren op!
Ouvrez grand les yeux et les oreilles!
Halten Sie Ihre Augen und Ohren offen!
Keep your eyes and ears open!



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Mobilité
et des Travaux publics



30.07**CONCERT****ROTONDES****C'EST KARMA**

Elue « Meilleur espoir féminin » aux Luxembourg Music Awards l'année dernière, C'est Karma est certainement l'une des artistes les plus prometteuses de la scène musicale luxembourgeoise. Portée par un univers singulier et alors qu'elle ne souhaite pas définir le genre musical auquel elle appartient, portrait d'une artiste qui risque fort de continuer à faire parler d'elle dans les mois et les années à venir.

WWW.ROTONDES.LU**04.08****CONCERT****ROTONDES****FRANCIS OF DELIRIUM**

De la Suisse au Canada, en passant par la Belgique pour arriver au Luxembourg, Jana Bahrich a bien bourlingué. De la Californie à Seattle, pour débarquer lui aussi au Grand-Duché, Chris Hewett a lui aussi sillonné le monde. Réunis par un heureux hasard, les voilà à tenir ensemble l'un des projets les plus convaincants de ces dernières années sur la scène musicale luxembourgeoise : Francis of Delirium.

WWW.ROTONDES.LU

© I.S.N./Fonds HISPA-NV, Office national du tourisme (collection du CNA)

CNA/Waasserturm + Pomhouse | 1b, rue du Centenaire | L-3475 Dudelange

**SO|SUM
SO|MER**
SOUVENIRS DE DUDELANGE

Join us for fresh food, drinks and tunes from 7 to 11 pm every Thursday from July 28 to September 1, 2022!

www.cna.lu

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

Lalux ASSURANCES

SPUERKEESS

MAIN SPONSORS

ROTONDÉS:

VILLE DE LUXEMBOURG

radio 107

congés annulés

29.07 - 24.08.2022

ROTONDÉS' SUMMER FESTIVAL

BATTLES / MONO / SQUID
 DONNY BENĒT / KING KHAN & THE SHRINES
 ODD COUPLE / GEESE / SPARKLING
 NIHILOXICA / SURPRISE CHEF / PVA
 AUA / GRACE CUMMINGS / ITALIA 90
 THE HOMESICK / KATE NV / TEKE::TEKE
 MORITZ FASBENDER / HYPERACTIVE LESLIE
 OUAI STĒPHANE / RAFTSIDE / C'EST KARMA
 FRANCIS OF DELIRIUM / NAPOLEON GOLD
 DOCK IN ABSOLUTE / MR TC / DAILY VACATION
 NO METAL IN THIS BATTLE / ODDS RATIO
 DJ PC / LINQ / SHEEBABA
 LOIVOS / UNCLE LEAF / CYCLORAMA
 COSMOKRAMER / FIRST MOTE
 + SCREENINGS + DJ SETS
 + VIDE-DISQUES - MERCH-O-RAMA

INFO & TICKETS: ROTONDÉS.LU

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

23.08
CONCERT
DEN ATELIER



PIXIES

Pixies est un groupe de rock alternatif formé en 1986 aux Usa. Le groupe s'est séparé en 1993 avant de se réunir en 2004. Il s'agit sans doute des pionniers en matière de rock alternatif, leur carrière n'est pas fulgurante sur leur terre, ils ont cependant une notoriété relativement forte sur le reste du continent européen, cette reconnaissance est également due à Curt Cobain qui répétait inlassablement que la musique de Nirvana était très largement inspirée de l'œuvre des Pixies.

WWW.ATELIER.LU

**Jusqu'au
18.09**
EXPOSITION
ARSENAL (METZ)



RÊVERIES OUBLIÉES

L'exposition replace l'ensemble des modes d'intervention des Monkeybird. Derrière ce nom se cache un duo d'artistes français qui use de fragments rêvés comme des vagues de souvenirs qui nous guident depuis notre monde intérieur vers un univers chimérique, lyrique et sacré. Les artistes-artisans cisèlent le papier pour créer l'outil de travail. Ces matrices deviennent des œuvres monumentales, sublimées par la peinture et les motifs. Par le biais d'un accrochage subtil, Monkeybird crée un ballet infini d'ombres et de lumières. Les œuvres soulignent la diversité de leurs sources d'inspiration : enluminures, vitraux, ornementation architecturale, estampes japonaises...

WWW.CITEMUSICALE-METZ.FR

**Jusqu'au
01.01.23**

EXPOSITION
CNA

STËMMME VUN DER SCHMELZ

Le CNA s'associe à l'artiste Michel Feinen et à la scénographe Anouk Schiltz pour réaliser un projet autour des témoins de l'ancienne usine sidérurgique de Dudelange. Le projet a pour objectif, d'un côté, de rassembler des témoignages, objets et documents dans le but d'un état des lieux (non-exhaustif), de l'autre, de créer un hommage aux anciens travailleurs en installant des traces audiovisuelles durables sur le site. De nombreux documents historiques ainsi que des entretiens avec des anciens ouvriers forment le point de départ pour une immersion multimédia dans le passé du site Waassertuerm + Pomhouse - lieu symbolique du sud du Luxembourg.

WWW.CNA.PUBLIC.LU

21. — 24.07.2022

FLOW

MUSIC FESTIVAL

Park um Belval

21.07.

THURSDAY

Eran Har Even Trio

feat. Claire Parsons

Alizarina Quartet

Jambal

DJ PC

22.07.

FRIDAY

Iceleak

Ryvage

All Reitz Reserved

SpudBencer

*Gustavo Morales
aka Ghost*

23.07.

SATURDAY

Versus You

Fred Barreto Group

Ptolemea

Pleasing

Mike Tock (DJ Set)

24.07.

SUNDAY

Maale Gars

Don Piano

ENGLBRT

Naomi Ayé

DJ Dee

FLOWFESTIVAL.LU



PÉITRY
RESTAUBERGE

RESTAURANT - AUBERGE - TRAITEUR

Dans un cadre cosy et très élégant, le restauberge Péitry vous invite à déguster une cuisine du terroir élaborée à partir de produits de qualité, frais et de saison. Profitez, pendant tout l'été, de notre belle terrasse ensoleillée et de notre auberge qui vous accueille dans ses studios meublés et maison de vacances entièrement équipés.



MENU PÉITRY

3 services

Uniquement le soir

MENU LUNCH

entrée + plat + dessert

Uniquement le midi en semaine



HORAIRES D'OUVERTURE

Du mardi au vendredi : midi et soir

Le samedi soir et le dimanche midi

Fermeture le lundi, le samedi midi et le dimanche soir

18, Route de Luxembourg, L-6910 Roodt-sur-Syre

(à seulement 20 min. de Luxembourg-ville)

T. 26 78 75 98

www.peitry.lu

À vous LES BONNES ADRESSES !

Vous cherchez un bon restaurant pour vous délecter d'un bon repas ? Découvrez nos adresses coup de cœur que l'on vous conseille de tester sans tarder... Du dernier endroit tendance au bistrot carnivore, en passant par une terrasse intimiste à l'abri des regards, voici nos tables idoines pour l'été.

LE BISTRO DU SOMMELIER VINS ET CUISINE EN OSMOSE



Après deux années rendues difficiles par la Covid et les inondations qui ont mis fin au restaurant Saporì, le groupe Espaces-Saveurs a décidé de transformer son enseigne Come Prima au Limpersberg, avec le renfort des collaborateurs de Saporì. Le nouvel espace, au cadre chaleureux, mise désormais sur une cuisine élaborée privilégiant le circuit court et sur une carte de vins de premier ordre. Le bistro du sommelier fête sa première année avec à sa direction Thierry Coly et Ludovic Hénaff. Pour les beaux jours, ils se feront un malin plaisir de vous accueillir sur la superbe terrasse. Et dès la mi-septembre, ils proposeront de privatiser les salons, situés à l'étage, pour des repas d'affaires ou des fêtes familiales dans un cadre raffiné.

Coordonnées & horaires :

18 Avenue de la Faïencerie, L-1510 Luxembourg
Du lundi au vendredi de 12h00-14h00 et de 19h00-22h30
et les samedis de 19h00-22h30 / Tél. : 24 17 24
www.espaces-saveurs.lu

DE GAART VIVE LE LOCAL !



Le restaurant De Gaart (le jardin en français), niché dans l'hôtel INNSiDE by Meliá, propose une cuisine locavore. L'établissement collabore ainsi avec de petites exploitations agricoles luxembourgeoises. Derrière les fourneaux, on retrouve le chef Patrice Noël qui prend un malin plaisir à sublimer les produits du terroir pour en faire des plats savoureux et visuellement magnifiques. Des mets délicieux à déguster dans une salle à l'ambiance conviviale ou sur la sublime terrasse du De Gaart. Cet été, le chef Patrice Noël lancera une collaboration avec Botanika, une exploitation qui produit et vend des fleurs de saison. Pour l'occasion, il créera un plat signature aux fleurs comestibles.

Coordonnées & horaires :

12 Rue Henri M. Schnadt, L-2530 Luxembourg
Du lundi au vendredi de 12h-14h et de 18h-21h30
(sauf les jours fériés) et les samedis de 18h-23h / Tél. : 28 84 53 1
www.landings.melia.com

NYX UN ÉTABLISSEMENT UNIQUE



Du petit-déjeuner à votre dernier verre, en passant par le déjeuner et le dîner, la toute nouvelle carte aux accents méditerranéens du NYX fait la part belle aux produits de saison et saura régaler toutes les papilles. Regroupant un restaurant, un bar à vins et cocktails ainsi qu'un comptoir take-away, NYX est un établissement unique situé dans le quartier cosmopolite de Belval. Au menu ? Tataki de saumon, poke bowl... Et si vous avez envie de vous détendre après le travail, l'établissement organise tous les jeudis soirs des Happy Hour avec Dj. NYX dispose également d'une jolie terrasse pour profiter des beaux jours et déguster un bon verre de vin, en famille ou entre amis.

Coordinnées & horaires :

13 boulevard du Jazz, L-4370 Belvaux Luxembourg
Le lundi de 12h00-14h30 et du mardi au vendredi de 12h00-14h30 et 18h00-22h00
Tél. : 20 80 01 61
www.nyx.lu

ORIENTX™ L'ANTRE DU KEBAB



Depuis 2009, OrientX™, installé au Kirchberg et à la Cloche d'Or, signe une version luxueuse et élégante du célèbre sandwich turc en mettant un point d'honneur à utiliser des ingrédients de qualité. Le sempiternel trio « salade-tomate-oignon » et sa sauce dégoulinante semble bien loin... Grâce à OrientX™, on croque dans un kebab délicieux mêlant traditions et modernité. Shish Tavouk, poulet ou encore bœuf... Le menu du restaurant lounge propose également des alternatives végétariennes, faites maison, telles que de la purée d'aubergines grillées et autres falafels. Cela vous surprend ? Le mieux est encore d'en faire l'expérience ! ...My Taste !

Coordinnées :

Kirchberg : 5 Rue Alphonse Weicker,
L-2721 Luxembourg / Tél. : 26 68 71 95
Cloche d'or : 25 Bd Friedrich Wilhelm Raiffeisen,
L-2411 Luxembourg / Tél. : 24 87 31 44
www.orientx.lu

LE PALACE AMBIANCE FESTIVE



Le Palace, autrefois le Marx Bar, fera à coup sûr remonter quelques souvenirs aux oiseaux de nuit du quartier d'Hollerich. On s'y rend désormais pour profiter des animations proposées par l'établissement : cours de salsa, de bachata et de kizomba, groupe de musique en live, Dj... Le Palace, c'est aussi une sublime salle pour se délecter d'un bon cocktail. Il y a aussi une magnifique terrasse cachée, jonchée de verdure et de transats, pour oublier les tracas du quotidien et s'évader le temps d'un instant en fumant un cigare. Des plats aux influences thaïlandaises viendront parfaire votre soirée. Le Palace accueille également des soirées d'entreprise et organise des événements familiaux grâce à sa salle modulable pouvant recevoir 300 personnes et à sa terrasse jardin avec bar pouvant accueillir 250 personnes.

Coordinnées & horaires :

42- 44 rue de Hollerich, L-1740 Luxembourg
Du lundi au jeudi de 11h00-01h00 et du vendredi au samedi de 11h00-06h00 et les dimanches de 16h00-23h00
Tél. : 27 91 55 49
www.lepalace.lu

LA RÔTISSERIE ARDENNAISE

UNE RÔTISSERIE PAS COMME LES AUTRES



Bienvenue à bord d'une expérience gastronomique proposée par Séverin Laface, créateur de Come à la Maison, décorateur et restaurateur passionné. Tombé amoureux de ce lieu emblématique dont les murs témoignent de plus de 80 années d'histoire, il s'épaule d'une équipe passionnée pour vous proposer une cuisine au four à braises et aux étonnantes alliances de saveurs, conçues à partir de produits frais et biologiques. La Rotisserie Ardennaise propose les plus belles pièces de viandes, issues de races nobles. Outre ces viandes d'exception, l'établissement propose des volailles labellisées poulets fermiers bios des Landes, des saucisses artisanales mais aussi d'excellents poissons, dans un cadre authentique et entièrement rénové...

Coordinnées & horaires :

1 Avenue du Dix Septembre, L-2551 Luxembourg
Du mercredi au samedi de 12h-14h et de 19h-22h,
le dimanche de 12h-14h30

www.rotisserie-ardennaise.com

LE SAFFRON

VOYAGE EN IRAN



Le food hall du centre commercial Cloche d'Or a accueilli, tout récemment, un nouveau stand gourmand nommé Saffron by Ricebox. Ce restaurant concept propose des spécialités culinaires venues tout droit d'Iran (à tomber !). Les plats, entièrement faits maison, sont servis dans des box ultra généreuses qui sont un véritable condensé de la cuisine traditionnelle iranienne. Vous pourrez ainsi déguster, sur le pouce ou tranquillement installé à table, un typique ghormeh sabzi. Ce met, longuement mijoté, est composé de bœuf, d'haricot pinto et de diverses herbes (coriandre, menthe, persil). Le tout est accompagné de riz cuisiné. Gros point positif, l'équipe derrière le comptoir est aux petits soins et saura vous expliquer tous les secrets des recettes proposées.

Coordinnées & horaires :

25 boulevard Friedrich Wilhelm Raiffeisen
Du lundi à vendredi de 11h00-20h00
et les samedis de 11h00-19h00 / Tél. : 691 154 070
www.saffron.lu

LA TABLE DU BELVÉDÈRE

DÉJEUNER EN TERRASSE



Avec l'arrivée des beaux jours, profitez d'une pause raffinée dans une terrasse spacieuse et ombragée au restaurant La Table du Belvédère, situé au cœur de la Place de l'Europe à Luxembourg, Kirchberg. Pour la période estivale, retrouvez une sélection de cocktails, de vins et de bières pour accompagner des planches apéritives gourmandes à partager et des sorbets rafraîchissants. Laissez-vous tenter par une expérience conviviale le temps d'un déjeuner détente ou business, du lundi au vendredi de 11h45 à 14h30.

Coordinnées & horaires :

4 Pl. de l'Europe, L-1499 Luxembourg
Du lundi au vendredi de 11h45-14h30
Tél. : 43 02 59 022
www.latabledubelvedere.lu

Ehent eniet poriti aut officia et aspernataent in-
velli ptoria provitis atur se voluptia cus exped-
ut enist aut dolesequi reperuptae qui dolis rec-
tias suntioribus ex eum es ad quamusant quodi
del mod ut accus quatus. Erupti velit lignam,
et latius consequis as et eum hilliquis sedicatem-
quo ex et volore con et as ipiduntium aut fugit
eostest oribus porum dolo velibus.Ulpa quo
quo officiument ea nobis quantoressin pa sa si
quisitum quia nem sin con pro el
luptiur reptatquid experunt que na
sam erciasitam nis esciatur min porum
simolum excequa rat que cum qui quis et vo-
lupta essitispas exceaturist, consequate non
recturi busae. Nam fugiam fugia sequo qui de
conet volupti stenis acea vid molorpost eatqui-
bus ipic te niendion reicidi ossitaespel etur?
Doluptat expedio. Os qui t
explibu sandae santi
porenheim ium
volupta dolore
sit aligent, s
minum fug
fernataque
harum es
scipit o
Faccum
qui to bla
necaera v
luptur as
quiatinvelit
optas volupt
tati aut qui ut c
voluptat. Ita q
porunt. Cimaxime ou
itassim porpore rionsq
quod moluptatur? Officium dem. Sin com
niatqui berae culparu ndendae dolorib usant
volum consent autessi sitio. Nam, elic to molup
tature del minitatu nam
venimus del lu
sant ratur? Cescitur
de volo id quas
fugiae dolent
tempus sten
eniet officia p
fugit, test, ut dem ex ea apedici debitis dic tec
tet moloruptint porit ullent accusda eriore, vo
luptaqui dolo es velest, optaquo qui atem har
rum resto et aut quassus vendunt uritas
icatem. Ad quidipsam qui ratumquas sit ius
eraeceea veleste estis velendae doluptis aut es
eque magnish interfinicis dolorem odia
conse suuactori nrebus autem ius en
bus doluptis maxima, uta nrebus, o
quis vidis ev
riataque odio me mag nrebat, ill
imuscia aut quodio blate, ius nos et
quo digo, isandesteia volupta quatia minitlo
rroriorum, quam lam faccabo. Fugitaecus re
nonsequam as ipsant. Epero oditati volendis
aliciunt ullum exeresequi ommoloresed qui
dolum volorer iatendaest int. Rae sene nam, et
vel ipsandis aut restiun dipicent quo tem nosipa
ci eniend aeseribus et lab ipsam cumeni offici
sitem sa eaque volore ma sum ressi ditia id
quia. Et modit quis ex et dolut abore cus, offic
tior arum que prae paratu salutem
pedis es reuiris dolupti minitlus, stocatio
omniam ut aut lamenimos sit exerunt,
temporum statia nonseque commolu ptaque
nit velibea coneumqui de venimusda nus, qui
vendio qui se prat verum fugitatis vidunt perspis
doloreprat ventia sequae cus.Emolorume nima
es aliates dolore prumeret, tem volectis endae
peratem est elitias itiissit in eium solorenim
erchilitio qui blabore provid magnatquid minc-



We
and
you
FEMME

The logo for Wat Editions features a large yellow circle containing the text "We create and share your story." in a bold, black, sans-serif font. To the right of the circle, the company name "Wat Editions" is written in a large, bold, black font. A small yellow graphic of a person holding a book is positioned at the top right of the company name.

FEMMES BOLD CONNECT

WATEDITIONS.LU

ŒUFS POCHÉS ET YAOURT À LA TURQUE

POUR 4 PERSONNES
PRÉPARATION : 20 MINUTES | CUISSON : 7 MINUTES

Ingrédients

- 20 g de beurre
- 1/2 cuillerée à café d'ail émincé
- 1 cuillerée à café de paprika fumé
- 1 cuillerée à café de piment d'Espelette
- 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillerée à café + 1 pincée de sel
- 1 l d'eau
- 10 cl de vinaigre blanc
- 4 œufs bios
- 400 g de yaourt grec
- Quelques brins d'aneth
- Quelques feuilles de menthe
- 4 tranches de pain grillé

Recette

01. Faites fondre le beurre dans une petite casserole, ajoutez l'ail émincé et faites revenir doucement pendant 5 minutes.
02. Ajoutez le paprika fumé et le piment d'Espelette. Le beurre va devenir mousseux. Éteignez le feu et incorporez l'huile d'olive et la pincée de sel.
03. Versez la préparation dans un bol et laissez refroidir pendant la cuisson des œufs.
04. Préparez un bol peu profond avec de l'eau froide et réservez. Dans une grande casserole, portez à ébullition l'eau et le vinaigre. Lorsque l'eau commence à bouillir, cassez les œufs dans l'eau rapidement l'un après l'autre.
05. Laissez cuire les œufs pendant 3 minutes. Sortez-les avec une écumeoire et placez-les dans l'eau froide pour arrêter la cuisson. Ils doivent être très mous au toucher.
06. Passez de l'eau chaude sur les œufs pour les rincer et les réchauffer doucement.
07. Salez le yaourt avec le reste de sel et répartissez-le dans quatre assiettes creuses. Déposer un œuf sur chacune d'elles et arrosez de beurre parfumé aux épices.
08. Parsemez d'aneth et de menthe hachés et servez tout de suite. Servez avec des tranches de pain grillé ou des croûtons parsemés sur le yaourt.





À boire avec

PASQUA WINES, « HEY FRENCH! YOU COULD HAVE MADE THIS BUT YOU DIDN'T », VENETO, IT



On parle ici d'un mastodonte du monde du vin, La famille Pasqua. Pour cet accord met et vin, on vous propose de découvrir leur cuvée « Hey french! You could have made this but you didn't ». Pas de millésime sur cette bouteille ? Normal. C'est en fait un assemblage des quatre dernières meilleures années de l'appellation Soave sur le versant vénitien. Une légère macération pelliculaire pour couronner le tout, et ça nous donne ce vin complexe et à la structure unique. De la fraîcheur, des arômes de camomille, d'amande et d'agrumé pour révéler les épices du plat. Un mariage méditerranéen détonnant et loin des standards.

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

WWW.VINOTEGA.LU

Plus de recettes

BREAKFAST ALL DAY !



OI Éditions de La Martinière
©Carrie Solomon

Souvent réduit à un gâteau industriel enfilé en marchant, le petit déjeuner est bien plus que cela. C'est un véritable espace de liberté gustative au quotidien. Alors on s'empresse de découvrir cette mine d'or d'inspiration qu'est le livre Breakfast all day ! pour vos petits déjeuners sur le pouce ou vos brunchs tardifs à rallonge. Carrie Solomon, cheffe cosmopolite, livre 80 recettes simples, équilibrées et originales aux influences multiples. On salive déjà en imaginant ce ricotta toast ou bien ce porridge au golden latté. Les afficionados du breakfast viennent clairement de trouver leur bible. Un recueil gourmand qui saura mettre de bonne humeur même ceux pour qui le réveil aux aurores est un véritable calvaire.

News FOOD

TEXTE : CHARLOTTE KAISER

UN ÉTÉ ESPAGNOL

Les beaux jours sont enfin là ! L'occasion parfaite pour profiter de la jolie terrasse du restaurant espagnol Casa España, tout récemment ouvert. Ce dernier, petit frère du fameux El Barrio situé sur l'avenue JFK, vient grossir l'offre gourmande de la place de Paris et propose un éventail de spécialités ibériques. Un lieu où partage et convivialité sont les maîtres mots. Au menu ? Des tapas et de la sangria bien évidemment mais pas que puisque Casa España propose également des spécialités de la mer ainsi que des viandes venues d'Espagne. Il y a aussi un large choix de tacos pour ravir petits et grands. Du côté de la salle, rien n'a été laissé au hasard. L'espace, avec ses larges banquettes et ses touches de déco rétro, est hyper accueillant. Le restaurant est l'endroit idéal pour des soirées en famille ou entre amis.



UN RENOUVEAU AU SKOL

Un trio pour la reprise du Skol, et non des moindres, Sylvain Reiter, Micheli Moschato et Kader. Connus dans le monde de la restauration, de la nuit et de l'entrepreneuriat, il y a fort à parier qu'ils vont réussir à en faire « the place to be ». L'établissement a été rafraîchi, aussi bien les chambres que les espaces de restauration. Deux salles, deux ambiances différentes et une superbe terrasse de quoi choisir l'endroit où vous poser, pour un instant plaisir. Côté restauration, le chef Franz Heinz concocte une cuisine de brasserie gourmande qui privilégie le fait maison. Dong, le maître-sushis peut vous en proposer le soir uniquement. Laissez-vous tenter par une carte fournie qui propose des mets de grande qualité. Un coup de cœur particulier pour le foie gras maison, la sole et le caviar de Madagascar, Kasnodar... La carte des vins n'est pas en reste, elle est fournie et qualitative. Si vous avez envie de vous faire plaisir... C'est frais, c'est bon, le service est assuré par une équipe efficace et sympathique. L'endroit idéal pour déjeuner de la façon la plus agréable. Le soir, l'ambiance est plus festive, elle donne le sentiment que le Skol pourrait « renaître de ses cendres » lorsque l'endroit était un haut lieu de la fête.

**Ouverture de la cuisine en continu de 11h30 à 23h.
Parking à proximité. 268, Route d'Arlon, L-8010 Strassen
Tél. : 31 13 60. info@skol.lu**

Table itinérante

Initié par la Direction générale du Tourisme, le projet « Vakanz genéissen » (savourer les vacances) entend rassembler une centaine de personnes autour d'une table itinérante.

Celle-ci fera le tour du pays tous les week-ends, du 23 juillet au 28 août, dans six lieux différents à travers les cinq régions luxembourgeoises et la capitale.

Elle s'installera notamment dans le parc de l'Europe à Niederanven, au hall Fondouq à Dudelange ou encore dans l'amphithéâtre Breechkaul du Mullerthal. Les participants pourront déguster des spécialités saisonnières et régionales préparées par des chefs locaux. Au total, 24 repas seront organisés. L'événement entend promouvoir la gastronomie et les produits luxembourgeois. L'idée est aussi de faire découvrir le Luxembourg autrement. On parie que cette première édition ne sera pas la dernière !

DES HEUREUX ET DES DÉÇUS

La nouvelle a provoqué une vague d'incompréhension dans le monde de la gastronomie luxembourgeois. Le Clairefontaine n'est plus un établissement étoilé. Le restaurant et son chef Arnaud Magnier se sont vu ôter leur étoile Michelin par le célèbre guide rouge. Cela faisait 21 ans que l'équipe de cette institution gastronomique luxembourgeoise l'entretenait. Avant même l'annonce officielle, qui a eu lieu le lundi 23 mai, le chef bourguignon a pris la parole sur la page Facebook de son établissement évoquant d'abord « sa colère » puis sa totale incompréhension. Tout comme le Clairefontaine, deux autres établissements de la capitale ont perdu leur étoile : La Cristallerie et Les Jardins d'Anaïs. Dans le même temps, deux restaurants ont décroché le graal : Le Ryôdô de Ryodo Kajiwara (élu Chef de l'année en 2022) et La Villa de Camille et Julien de Julien Lucas. Le Grand-Duché compte désormais sept restaurants étoilés.

200 MÈTRES

C'est la profondeur à laquelle la société néerlandaise U-Boat Worx souhaite installer son sous-marin d'un genre nouveau, capable de rester 18 heures sous l'eau. Ce dernier sera composé d'un restaurant de 64 places, d'une salle de sport et d'un casino.



MORE ROSÉ PLEASE

Une bouteille sur dix consommée dans le monde correspond à la couleur rosé, d'après le dernier Observatoire Mondial du Rosé publié en 2021. Jadis pointée du doigt comme un vin bas de gamme, la couleur a su monter en gamme pour devenir une troisième nuance à part entière, qui ne se prête pas seulement à l'heure de l'apéritif. Le Pink Gold Prosecco Doc Rosé de Bottega fait partie des rosés à découvrir. Il fera le bonheur de vos convives cet été ! C'est un vin mousseux rosé Prosecco Brut issu d'un assemblage de raisins Glera et Pinot Nero cultivés dans la zone Prosecco DOC selon des techniques classiques et traditionnelles. L'emballage pailleté et sophistiqué referme ainsi un rosé complexe et fruité (notes de poire et de pêche blanche). Le Pink Gold Prosecco Doc Rosé de Bottega contient également des notes épiciées et florales (jasmin, fleur de sureau, bouton de rose) et s'associe à merveille avec des tartares de poisson ou avec des risottos.

Horoscope

TEXTE : HÉLÈNE MACK

Le signe du mois

CANCER

du 23.06 au 22.07

Amour : Soleil bénéfique, vous retrouverez l'esprit tranquille et le bonheur simple des bonnes choses.

Travail : Si vous avez une belle proposition, n'hésitez pas en tournant en rond ou en demandant l'avis de vos proches, allez y. **Vitalité :** Excellente énergie, un souffle de fraîcheur.

CAPRICORNE

du 22.12 au 20.01

Amour : Concernant votre vie affective, la présence de Jupiter en Bélier vient compliquer vos histoires de couple. **Travail :** Les prises de conscience se manifestent et il ne sert à rien de vouloir contrôler les choses ou de résister. **Vitalité :** Une voie spirituelle peut se manifester.

VERSEAU

du 21.01 au 19.02

Amour : Il sera question de la mise en place de nouveaux projets d'aménagement de votre cadre de vie. **Travail :** Vous aurez des facilités à décrocher des accords officiels, autorisations administratives en tout genre pour vos projets. **Vitalité :** Période estivale très positive.

POISSONS

du 20.02 au 21.03

Amour : Le Soleil est votre ami si vous voulez officialiser votre relation, vous pouvez le faire.

Travail : Neptune et Soleil admettent votre compassion qui vous rend populaire, vous pourrez dorénavant vous dégager des idées préétablies. **Vitalité :** Vous exprimerez une belle énergie de fond.

BÉLIER

du 21.03 au 20.04

Amour : Avec une Vénus libérée dans le signe des Gémeaux, votre défi sera de maintenir ce que vous avez acquis. **Travail :** Jupiter en accord, vous êtes sous les feux de la rampe, rien ne vous empêchera de progresser vers vos objectifs. **Vitalité :** Rien à craindre, votre énergie perdure.

TAUREAU

du 21.04 au 20.05

Amour : Acceptez votre destin avec gratitude pour ce que vous avez, rien n'est jamais parfait ou linéaire. **Travail :** Uranus vous inspire, vous aimerez profiter du moment présent, qu'il soit facile ou difficile, vous acceptez vos responsabilités. **Vitalité :** Enrichissez-vous d'échanges.

GÉMEAUX

du 21.05 au 21.06

Amour : Vénus est chez vous, retrouver l'harmonie ne sera pas un vain mot. Vous pétillerez d'impatience de vous engager.

Travail : Essayez de garder les pieds sur terre pour aller jusqu'au bout de ces projets, l'un après l'autre. **Vitalité :** Bon dynamisme, vous vous sentirez portée.

LION

du 23.07 au 22.08

Amour : Un coup de foudre n'est pas impossible, ou, du moins, une rencontre inopinée fait battre votre petit cœur.

Travail : Le monde des médias et de la communication ne saurait vous

échapper, vous pourriez avoir une chance insolente. **Vitalité :** Un été agréable, vous vous sentez bien.

VIERGE

du 23.08 au 22.09

Amour : On pourra compter sur votre indulgence, votre tolérance, votre fidélité dans vos amitiés et vos amours. **Travail :** Prévoyante et excellente organisatrice, de nombreuses rencontres vous mèneront à une élévation intellectuelle. **Vitalité :** Excellente discipline de bien-être intérieur.

BALANCE

du 23.09 au 22.10

Amour : Vénus favorise l'expression de votre bonne humeur et de votre optimisme naturel. **Travail :** Étant une femme passionnée, vous ne resterez pas inactive, appuyée par Saturne, vous vous investirez à fond avec efficacité. **Vitalité :** Soutenue par Vénus seule l'harmonie comptaera.

SCORPION

du 23.10 au 21.11

Amour : Le soleil sera votre ami, Instants romantiques ou passionnels, des bonheurs partagés, de complicité vous mettront du baume au cœur. **Travail :** Uranus opposé en taureau vous met en demeure de toute impulsivité, mais vous fait avancer aussi. **Vitalité :** Excellente énergie.

SAGITTAIRE

du 22.11 au 21.12

Amour : Jupiter vous ouvrira le chemin de la créativité, même si le poids des responsabilités commence à vous peser. **Travail :** Vous traverserez cette période avec l'optimisme que l'on vous connaît, les projets ne manqueront pas pour sortir de la morosité. **Vitalité :** Une remise en forme.

Monopflix.

ABONNEMENT
9,90€ / MOIS :

-10%*

sur tout l'alimentaire,
l'entretien et l'hygiène.

Pour souscrire, renseignez-vous
à la caisse de vos magasins.

MONOPRIX

monop'

CHANDON

GARDEN SPRITZ

SPRITZ AUX EXTRAITS
NATURELS D'ÉCORCE D'ORANGE



Exclusively imported by

WENGLER
CHÂTEAUX 18^e - 19^e DOMAINES

Drink responsibly