

EXTRA

JUGENDJOURNAL - SAAR-LOR-LUX

Stiftung für die deutsch-französische
kulturelle ZusammenarbeitFondation pour la coopération
culturelle franco-allemandeDeutsch-Französischer Kulturrat
Haut Conseil culturel franco-allemandOFAJ
DFJW

JUNI/JUIN 2017

RÉPUBLICAIN LORRAIN - TAGEBLATT - SAARBRÜCKER ZEITUNG

NO. 48

Ce qui compte dans ma vie

Das Wertesystem der „Jugend von heute“ unter dem kritischen Blick von Erwachsenen

Les valeurs de la jeunesse – un sujet qui génère beaucoup de discussion. Mais contrairement aux allégations souvent exprimées par les anciens de la société, les jeunes valorisent bien plus que juste la fête.

FELICIA PÖHLER, 20,
MERTEN
CHARLOTTE PAHLE, 21,
NANCY
JOËL CRISSETIG, 16,
SAINT-AVOLD

Die Klischees zur „Jugend von heute“ scheinen unendlich: Verwöhnt, egozentrisch, Smartphone-abhängig. Nicht nur ältere Generationen lassen sich des Öfteren über die negativen Veränderungen im Verhalten von Jugendlichen aus, auch im Internet wimmelt es nur so von Stereotypen. Entsprechen diese der Realität? Extra behauptet Nein, denn die Kinder der 90er und 00er haben durchaus mehr im Kopf, als nur Feiern, Facebook und Co. Unsere Jungredakteure haben bei Gleich-



Fräiheet, Frënn a Feieren: E Klischee oder d'Realität fir Jonker aus aller Welt? Fotograf: dpa

altrigen nachgehakt, und zeigen, worauf es ihrer Meinung nach im Leben wirklich ankommt. Das Resultat mag

so manchen erstaunen, denn trotz neuer Erziehungsmethoden haben die Generationen „Y“ und „Z“ ihr ganz ei-

genes, wenig kindliches Wertesystem.

◆ Mehr in unserem Dossier auf den Seiten 4 bis 6.

Zurück zu den Wurzeln

Un marché équitable pour tous

Ein Netzwerk aus „Ruches“ erobert Europa. Ihre Vision: Der Weg zurück zu einem lokalen und fairen Lebensmittelmarkt.

MÉLANIE ADAM, 20,
ETZLING

De plus en plus de gens cherchent le retour vers les racines de la production alimentaire. A côté du bio, les produits de la région se retrouvent en tête de la liste des aliments achetés par des consommateurs désirant soutenir les producteurs locaux. «La Ruche qui dit Oui!»



Brout ewéi fréier. Foto: privat

Les sports hors norme

Runter vom Sofa und rein ins Vergnügen

Pendant l'été, il faut bouger! Ces trois disciplines sont un must pour tous ceux qui en ont assez des sports dits classiques.

LENA HOLZER, 20,
SCHIFFWEILER
JOËL CRISSETIG, 16,
SAINT-AVOLD
FRANZISKA BRACHMANN,
19, HASBORN

Kein Platz für Langeweile: Ob „Mermaiding“, „Cross-Fit“ oder „Outdoor Nation“, bei diesen Sporttipps ist garantiert für jeden das Richtige dabei. Unsere Redakteure

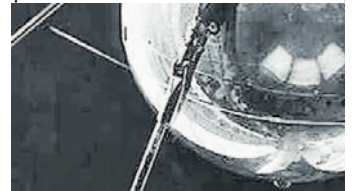
haben sich schlau gemacht und herausgefunden, welche sportlichen Aktivitäten diesen Sommer besonders angesagt sind. **Seiten 12+13**



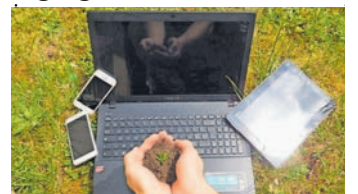
Eng kleng Ofkillung. Foto: dpa

INHALT/SOMMAIRE:

Revisiter l'histoire – Dat war virun 100 Joer – Blick in die Geschichte: Le lancement de «Spoutnik 1» – Zweek Länner an der Course em d'Universum – Eine Nation erobert das Weltall. **Page 2.**



„Grünes“ Internet – Moteurs de recherche écologiques – Bequem vun doheem: Die neuen Alternativen – «Ecosia» et «Lilo» – Umweltfreundlich googlen. **Seite 6.**



Lëtzt' kick it! – Fußball in Luxemburg – La Coupe de Luxembourg: Den F91 hellt d'Coupe mat heem – Abpiff der Saison im Großherzogtum – Revue de la saison. **Säit 13.**



Le retour du rétro – Retro Revival – Alles wie früher: Le comeback de Nokia, Polaroid et Co. – D'Oldies sinn zeréck – Die Trends unserer Kindheit. **Page 14.**

SAVE THE DATE

Die nächste Extra-Ausgabe erscheint am 28. Oktober. Le prochain numéro d'Extra sera publié le 28 octobre. Déi nächst Extra-Ausgab gëtt den 28. Oktober gedréckt.

◆ EDITORIAL

Les vrais enjeux

JEAN-MARC LAUER,
RÉPUBLICAIN LORRAIN,
PETER STEFAN HERBST,
SAARBRÜCKER ZEITUNG,
WIEBKE TRAPP,
TAGEBLATT,



A l'heure où d'importants rendez-vous électoraux engagent l'avenir de plusieurs pays eu-

ropéens, les jeunes se retrouvent tiraillés entre promesses politiques et aspirations personnelles. L'exercice du choix pertinent est d'autant moins aisé qu'un grand nombre d'entre eux votent pour la première fois. Dans le précédent

numéro, Extra a traité la question de l'engagement politique des jeunes de la région Sarre-Lor-Lux. Quelles

valeurs ont leur faveur ? Les rédacteurs d'Extra ont tenté d'analyser le développement du système de ces valeurs à travers les générations et posé une question basique, voire triviale mais fondamentale : qu'est-ce qui compte vraiment dans la vie ? Deux pays se sont déjà exprimés. Que ce soit aux Pays-Bas avec Mark Rutte



ou en France avec Emmanuel Macron, les électeurs ont marqué leur volonté de changement de politique mais aussi de société. Par leurs témoignages livrés dans ce numéro, les jeunes démontrent qu'ils veulent prendre toute leur part dans cette refondation. Un engagement plus que jamais assis sur des valeurs partagées.

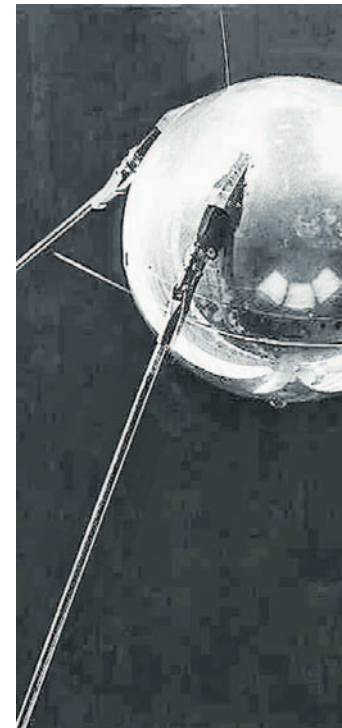
PIERRE-HUGUES PÉPIN,
16,
LE-BAN-SAINT-MARTIN

Il y a 60 ans, le 4 octobre 1957, l'Union Soviétique envoyait dans l'espace le tout premier satellite artificiel de l'Histoire, le célèbre «Spoutnik 1». Cet exploit a été permis par Sergueï Korolev, un visionnaire russe passionné par l'idée de conquérir cette immensité.

A 19 heures 28 minutes et 34 secondes sur le site de Tyura-Tamen URSS, «Spoutnik» a été lancé. Environ cinq minutes après le lancement résonnaient les premiers signaux caractéristiques du satellite, un «bip» régulier perceptible sur la Terre à diverses fréquences. Le satellite en lui-même était rudimentaire, seulement constitué d'une sphère d'aluminium de 58 centimètres de diamètre pour 83 kg. Néanmoins, il a fait le tour de la Terre en une

heure et 36 minutes. Cependant, sa composition très peu développée ne lui a permis de faire que 1 400 révolutions terrestres en 22 jours avant de tomber à cause de ses batteries trop faibles. Sa chute se faisant à près de 600 kilomètres par heures, il se désintégra au contact de l'atmosphère.

Le lancement de «Spoutnik» fut un choc immense pour les Américains puisque cela leur exposait la supériorité apparente de l'URSS et leur laissait craindre la capacité de cette dernière d'envoyer un missile nucléaire sur le sol américain. Dans le cadre de la guerre froide, cette opposition est depuis 1947 idéologique entre les États-Unis et l'URSS. Le lancement de «Spoutnik» inaugurerait la course à l'espace qui permettrait à chacune des deux grandes puissances mondiales d'afficher son avance technologique sur l'autre. Ainsi, pour concurr-



Sputnik 1.

Foto: dpa

encer l'URSS, les États-Unis ont créé la NASA le 29 juillet 1958.

LES DATES CLÉS

Der Tod von Lady Di

Im August vor 20 Jahren verunglückte die „Princess of Wales“ tödlich bei einem tragischen Autounfall in Paris, als sie gemeinsam mit ihrem Lebensgefährten Dodi Al-Fayed sowie dessen Fahrer und Leibwächtern versucht, Paparazzi zu entkommen und dabei gegen den 13. Pfeiler der Alma-Brücke prallt.

Invasion der Japaner

Der Zweite Japanisch-Chinesische Krieg beginnt am 7. Juli 1937 mit dem Einfall der Kaiserlich Japanischen Armee in China und endet am 9. September 1945 dank der Kapitulation Japans. Zum Zeitpunkt der Invasion befindet sich China im Bürgerkrieg, doch die Gegner verbünden sich, um gemeinsam gegen den japanischen Eindringling zu kämpfen.

Prochainement à l'affiche

Extra-Redakteurin Anne-Gaëlle Kinotipps für den Sommer

Cet été, il faudra compter sur les super-héros adaptés des comics Marvel et DC, tel que «Thor» et «Spider-Man». Les amateurs de science-fiction et d'action seront aussi gâtés avec «Valérian et la Cité des mille planètes» et «La Planète des Singes 3». Tandis que les plus jeunes attendent avec impatience «Cars 3» et «Moi, Moche et Méchant 3». Retrouvez ci-dessous la liste de tous ces films prochainement à l'affiche!

Juin/Juni

◆ Baywatch de/von Seth Gordon avec/ mit Dwayne Johnson & Zac Efron (28/06)

Juillet/Juli

◆ Despicable Me 3 avec/mit les voix/den Stimmen de/von Steve Carell & Trey Parker (05/07)
◆ Spider-Man: Homecoming de/von Jon Watts avec/mit Tom Holland (12/07)
◆ Valerian and the City of a Thousand Planets de/von Luc Besson avec/mit Cara Delevingne (26/07)



Août/August

◆ War for the Planet of the Apes de/von Matt Reeves avec/ mit Andy Serkis, Woody Harrelson & Judy Greer août (02/08)
◆ Cars 3 de/von Brian Fee avec/mit Guillaume Canet, Gilles Lellouche & Nicolas Duvauchelle (02/08)

Septembre/September

◆ It de/von Andrés Muschietti avec/mit Bill Skarsgård, Jaeden Lieberher & Finn Wolfhard (20/09)



◆ The LEGO Ninjago Movie de/von Charlie Bean avec Jackie Chan, Justin Theroux & Dave Franco (27/09)

Octobre/Oktobre

◆ Blade Runner 2049 de/von Denis Villeneuve avec/mit Ryan Gosling & Harrison Ford (04/10)
◆ Geostorm de/von Dean Devlin et/ und Danny Cannon avec/mit Gerard Butler & Jim Sturgess (18/10)
◆ Thor: Ragnarok de/von Taika Waititi avec/mit Chris Hemsworth, Tom Hiddleston & Cate Blanchett (25/10)

Extra Saar-Lor-Lux



Rejoins-nous sur Facebook! Besuch uns auf Facebook! www.facebook.com/ExtraSaar-LorLux

PARTNER

Stiftung für die deutsch-französische kulturelle Zusammenarbeit, Deutsch-Französischer Kulturrat, Deutsch-Französisches Jugendwerk

PARTENAIRES

La fondation pour la coopération culturelle franco-allemande, Le Haut-Conseil culturel franco-allemand, L'Office Franco-Allemand pour la Jeunesse

IMPRESSUM MENTIONS LEGALES

LE RÉPUBLICAIN LORRAIN

Directeur Général, Directeur de la publication: Christophe Mahieu
Rédacteur en Chef: Jean-Marc Lauer

SAARBRÜCKER ZEITUNG

Chefredaktion: Peter Stefan Herbst

Geschäftsführung: Dr. Joachim Meinhold (Vors.)

Anzeigen: Alexander Grimmer

TAGEBLATT

Direction générale et Rédaction en Chef: Danièle Fonck

Responsable Extra: Wiebke Trapp

Koordination:

Aloisius Tritz
Projektleitung / Directrice de projet: Laura Tomassini
E-Mail Extra: info@stiftung-dfkultur.org



**MACHINE
GUN KELLY**

27 JUN

KALEO

28 JUN



**RAE
SREMMURD**

04 JUL



**WALK OFF
THE EARTH**

21 JUL

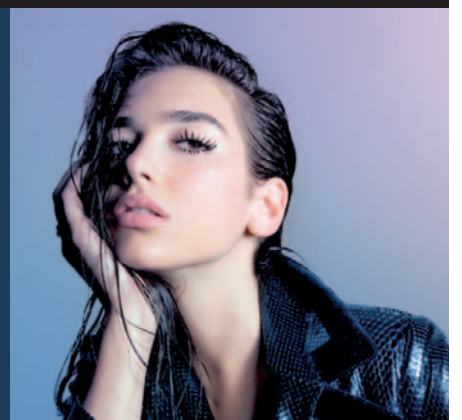


DADA ROCK

02 OCT

DUA LIPA

21 OCT



LA LA LAND

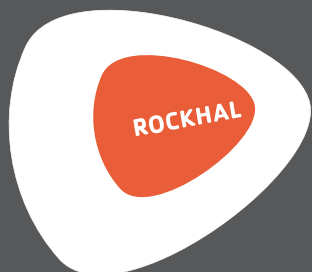
20 OCT

17-20 JAN 2018



**Disney
DIE
SCHÖNE
UND DAS
BIEST**

© Disney



www.rockhal.lu

[f /rockhal](#) [t rockhal_lu](#) [i rockhallux](#) [s rockhallux](#)

Rockhal, Esch/Alzette (LUX) // infos & tickets: (+352) 24 555 1

Free public transport with your concert ticket to and from the show: www.mobiliteit.lu



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

LES VALEURS DE LA JEUNESSE

Was im Leben wirklich zählt

L'année 2017 est celle des grands changements en Europe. Les peuples votent, les orientations politiques changent. Mais quelles sont les valeurs que les générations futures désirent voir représentées en Europe?

FELICIA PÖHLER, 20, MERTEN

Unter Werten sind generell als gut befundene und erstrebenswerte Eigenschaften, die man innerhalb von Gemeinschaften wie der einer Nation oder auch innerhalb eines Unternehmens finden kann, zu verstehen.

Doch wie auch die Kultur eines Landes sind Werte nicht beständig und können sich über die Jahre, entlang

der Entwicklung einer Gesellschaft, verändern. Diese Evolution spiegelt sich beispielsweise im Ergebnis von politischen Wahlen, wie sie auch dieses Jahr in Deutschland und Frankreich stattfinden, wieder. Es ist daher aufschlussreich, junge Bürger, die 2017 vielleicht zum ersten Mal ihre Stimme abgeben, nach ihrer Meinung zu den Werten der heutigen Gesellschaft zu fragen.

In Frankreich muss nach Werten nicht lange gesucht werden: „Liberté, Égalité, Fraternité“ ist die französische Devise, nachzulesen im zweiten Artikel der Verfassung. Diese drei Hauptwerte finden ihren Ursprung in der französischen Revolution, ein prägendes Ereignis, das für den Willen der Franzosen, sich für ihre Mitmenschen einzusetzen und sich gegen Ungerechtigkeiten zu wehren, steht.

Besonders im Falle von gesellschaftlichen und politischen Konflikten zeichnet

sich dieser Einsatz für soziale Gerechtigkeit ab, wie es auch heute noch die häufigen Streiks und öffentlichen Proteste in Frankreich zeigen. Doch woher kommt diese revolutionäre Ader der Franzosen?

Individualismus vs. Kollektivismus

Eine Erklärung liefert der niederländische Anthropologe Geert Hofstede in einer Studie aus den 60er Jahren. Führungskräfte der multinationalen Firma IBM aus mehr als fünfzig Ländern wurden befragt, um kulturelle Unterschiede zwischen den Filialen näher zu untersuchen. Hofstede entwickelte aus den gesammelten Daten Kulturdimensionen, zu denen unter anderem Individualismus versus Kollektivismus, sowie Machtdistanz gehören. Laut den Ergebnissen der Studie sei Frankreich eher individualistisch veranlagt, was im Vergleich zu ei-

ner kollektivistischen Kultur bedeutet, dass persönliche Ziele verfolgt werden und nicht die einer Gruppe, der man angehört. Gleichzeitig gehört das Land zu den Gesellschaften mit einer eher großen Machtdistanz, in denen Ungleichheiten zwischen den Mitgliedern leichter akzeptiert werden. Ein Beispiel dafür ist die Zentralisierung der Regierung und vieler Firmen in Paris. Diese außergewöhnliche Kombination von Individualismus und Machtdistanz mag für Außenstehende zunächst nicht nach Gleichheit und dem beschriebenen Einsatz für Gerechtigkeit klingen, dennoch führt sie laut Hofstede einerseits dazu, dass Untergeordnete ihren Vorgesetzten gegenüber Respekt zeigen, ihre Entscheidungen aber möglicherweise ablehnen, und dies gegebenenfalls durch öffentliche Revolten und Demonstrationen ausdrücken. Hofstedes Studie liegt aller-

dings bereits fünfzig Jahre zurück und ist außerdem nicht vollkommen repräsentativ, da die verwendeten Daten von Mitarbeitern eines einzelnen Unternehmens stammen. Um zu erfahren, welche Werte von jungen Menschen aus Frankreich heutzutage als besonders wichtig empfunden werden, hat EXTRA eine Umfrage bei 17- bis 21-Jährigen durchgeführt. Die Antworten waren bei den meisten Befragten ähnlich: Respekt, Gerechtigkeit und Ehrlichkeit.

Als typisch französischer Wert steht die „revolutionäre Ader“ für viele jüngere Bürger Frankreichs eher für einen ausgeprägten Gerechtigkeitssinn.

Des Weiteren fühlen sich die Befragten nicht alle von den bisherigen Regierungen repräsentiert: Manche finden, dass politische Entscheidungen im Sinne des Wohls Aller getroffen werden, andere haben Schwierigkeiten damit, den Politikern zu vertrauen.

Les piliers fondamentaux de notre société

CHARLOTTE PAHLE, 21, NANCY

Am Kader vum „Nation Branding“, enger Aart Marketing-Strategie fir e Land no baussen attraktiv ze maachen, huet Lëtzebuerg am Joer 2015 verschidden Etüde maache gelooss. Ënner anere sollt analyséiert ginn, wéi eng Wäerter de Lëtzebuurger wichteg sinn. Am Oktober 2016, huet d'Regierung d'Ergebnis online verëffentlecht. Dobäi ass eraus komm, dass Fiabilitéit a Vertrauenswierdegkeet eng grouss Roll spillen a fir vill Awunner d'Basis fir Sécherheet, politesch Stabilitéit a Liewensqualitéit duerstellen.

Op der zweeter Plaz kënnen den Dynamismus ënnerhalb vum Groussherzogtum aus der ekonomescher Perspektiv, spréich wéi d'Land sech entwéckelt huet vum der Baurewirtschaft bis hin zu enger internationaler Bankplaz. Als drëtt wichtegste Wäert huet d'Majoritéit vun de Lëtzebuurger, déi un deser Etüd deelgeholl hun, Oppenheet genannt. Dëst ass

positiv fir d'Land, wann ee berécksichtigt dass zu Lëtzebuerg sou vill verschidde Nationalitéiten a Kulturen op enkem Raum säit Generatione gutt zesumme liewen. Des Oppenheet huet Lëtzebuerg dann och de 25. Mee international ënner Beweis stellt, wou dem Premier Xavier Bettel säi Mann, de Gauthier Destenay, als éischten an eenzege Mann beim NATO Firstladies Owesien am Château Laeken deelgeholl huet.

Wéi stinn déi jonk Lëtzebuurger zu dese Resultater? Entsprechen des Wäerter och hirer Virstellung? Dës Fro as EXTRA an d'Stadt stelle gaangen, wou zwanzeg Persounen hir Meenung dozou ginn hunn. Dräizéng waren duerch an duerch averstanen, a siwen hate nach eppes bäizefügen.

Esou och d'Isabella, eng jonk Staderin vun 21 Joer: „Et ass scho ganz wichteg hei am Land, dass d'Leit Wäerter hunn. Ech hunn nach nie sou vill multikulti erlieft wei zu Lëtzebuerg. Dofir fannen ech, dass d'Integratioun hei am Land eng wichteg Roll

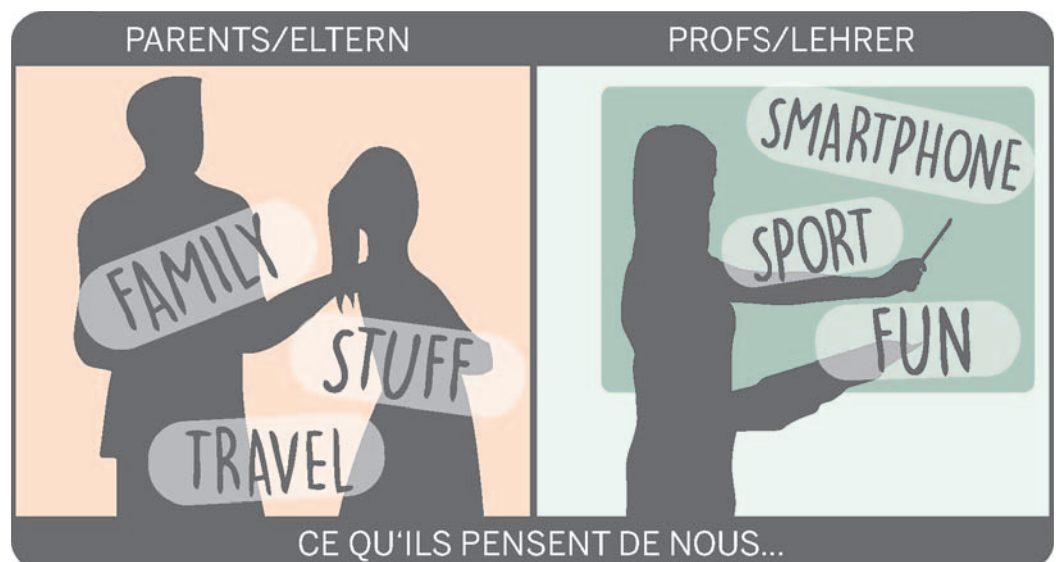
spillt. Duerno muss ee kucken wat een iwwerhaupt ënner Wäerter versteet, well ech fannen, dass eis Sprooch och dozou gehéiert. Hei schwätzt ee jo vill Sproochen, wat an aner Länner net ëmmer de Fall ass. An dem Sënn ass eis Sprooch fir mech zimlech eenzegaarteg, e bëssi wei een Nationalstolz.“

Wéi d'Isabella, waren déi meescht gefrote Jonk der Meenung, dass déi dräi Wä-

erter zwar der Realitéit entsprechen, ma trotzdem hätte sie se net ëmmer als hir perséinlech „Top 3“ genannt. Wat fir sie am wichtigste wier, sinn d'Frënn, d'Famill an d'Studien.

Effektiv, gouf et aner Ëmfroen an de Joren 1999 an 2010, wou fir 98% vun de befragte Leit d'Famill am wichtigste war. Deemno ass d'Famill e Wäert, dee bis elo ëmmer konstant bliwwen

ass. D'Wäerter vun de Jonken entsprechen deemno och deenen offiziellen an hängen zesummen: Studéiere fuerdert a féiert zum Dynamismus an zur Oppenheet, d'Frënn an d'Famill stinn dobäi awer fir Sécherheet a Vertrauenswierdegkeet. D'Ënnerscheeder stiechen oft einfach an de Wieder, well d'Basis bleift wéi et schéngt fir déi meescht déi selwecht.



Grafik: Isabelle Rinaldis

Quelques mots à propos de notre génération...

Nicht selten beschwerten sich ältere Menschen darüber, dass die „Jugend von heute“ nicht mehr das ist, was sie mal war. Unerzogen, verwöhnt, ohne Wertesystem – so lautet die Kritik. In der Tat hat sich die Erziehung der Generationen Y und Z verändert, aber inwiefern?

JOËL CRISETIG, 16,
SAINT-AVOLD

Il y a un peu moins de 100 ans, on n'éduquait pas les enfants de la même manière que de nos jours. Et cela pour plusieurs raisons.

Tout d'abord, les conditions de vies étaient moins bonnes; les enfants étaient donc censés aider financièrement leurs parents en travaillant assez jeunes ou bien les assister dans les tâches quotidiennes. On était plus «géniteur» que «parent», dans la mesure où l'enfant n'était pas aussi protégé et considéré qu'à l'heure actuelle. Alors que les filles et les garçons d'aujourd'hui peuvent se sentir proches de leurs parents,

voire s'amuser avec eux, nos grands-parents étaient plus dans la crainte des leurs, qui appliquaient des méthodes d'éducation strictes. Ensuite, le système scolaire de l'époque était sensiblement différent de l'actuel: moins participatif, plus axé sur la récitation de leçons et l'apprentissage par cœur plutôt que sur la réflexion et la découverte de nouvelles connaissances par soi-même.

Les exigences ont changé et les intérêts des élèves avec elles. En effet, ils sont plus amenés à dialoguer et expérimenter, encouragés par des enseignants moins stricts, que les anciens aiment qualifier de «laxistes». C'est clair que ça change du prof avec la baguette en main qui frappe ses élèves au moindre faux-pas. On l'aura compris: l'élève d'antan était réservé vis-à-vis de ses parents, avait peur de son prof et devait travailler plus dur et plus jeune. Mais qu'est-ce qui a vraiment changé maintenant?

Petite définition selon le dictionnaire «Larousse»: de

nos jours, quand on éduque un enfant, on lui «procure les soins nécessaires à son développement, de sa naissance à un certain point d'accomplissement». Ainsi, on peut considérer que l'on est enfant «plus longtemps» aujourd'hui qu'il y a 100 ans, puisque on dispose de plus de temps pour apprendre à connaître le monde qui nous entoure, nous épanouir, jouer... Plutôt pas mal comme évolution. Seulement voilà: les anciens reprochent à ces nouvelles méthodes d'éducation d'être trop à l'écoute d'enfants capricieux, et donc de ne pas bien les préparer à la vraie vie, pure et dure. Ont-ils raison? Oui et non.

Certains pays européens tendent à placer l'enfant de façon excessive au centre des préoccupations familiales, comme en Norvège, où certains enfants dictent à leurs parents ce qu'ils doivent faire. Cette dérive, qui crée des «enfants-rois» surprotégés, gagne de plus en plus de pays, comme la France où l'Allemagne. Mais il faut nuancer: nos pays

gardent une tradition d'éducation assez stricte, qui s'est certes assouplie au fil du temps pour s'adapter à l'évolution de la société, rien de plus.

« De notre temps, on ne nous permettait pas cela... c'était mieux avant! »

Avec l'amélioration des conditions de vie, les gens ont plutôt tendance à faire peu d'enfants, à l'image de l'Allemagne, où la moyenne d'enfants par femme a été estimée de 1,39 selon les statistiques de la Banque Mondiale en 2014. La proportion d'enfants uniques est donc énorme, et toute l'attention des parents est portée à ce même enfant. L'éducation de nos jours est, en quelque sorte, paradoxale: plus de liberté pour l'enfant dans la vie de tous les jours (plus de temps libre, moins de sévérité du côté des parents) mais une éducation très perfectionniste, où l'on cherche à créer l'enfant

idéal. Trop d'attentions tuent-elles l'éducation? L'avenir nous le dira.

Malgré tous ces changements, on constate que les valeurs de la jeunesse d'antan et de celles d'aujourd'hui sont inchangées. Les jeunes ont toujours été et restent dans la contestation des valeurs des anciens et cherchent à se créer une identité.

Comme Maurice Debesse le disait déjà en 1942 dans son livre «Adolescence»: «La jeunesse est l'aspect social de l'adolescence, elle se définit par opposition à la génération parvenue à la pleine maturité, elle est le moment du développement où l'être, mis en possession de tous ses moyens, presse ses devanciers de son élan enthousiaste et impatient pour se faire une place au soleil». La jeunesse conserve des valeurs intemporelles, même si les «jeunes d'aujourd'hui» prennent sûrement plus de liberté que l'ancienne génération à cause de ces nouvelles méthodes d'éducation.

Tout est en ordre!

Das Klischee der „deutschen Genauigkeit“ mal genauer unter die Lupe genommen

FELICIA PÖHLER, 20,
MERTEN

Selon un célèbre dicton allemand, être ponctuel en Allemagne, c'est être là cinq minutes avant l'heure («Fünf Minuten vor der Zeit, ist des Deutschen Pünktlichkeit»). Même si cet adage d'origine militaire s'applique aussi plus particulièrement aux

maçons, la ponctualité et la précision de leur travail «made in Germany» comptent parmi les valeurs traditionnellement attribuées aux Allemands et pour lesquelles ils sont réputés dans le monde entier. Elles peuvent également être expliquées par une dimension culturelle de Hofstede: l'évitement de l'incertitude.

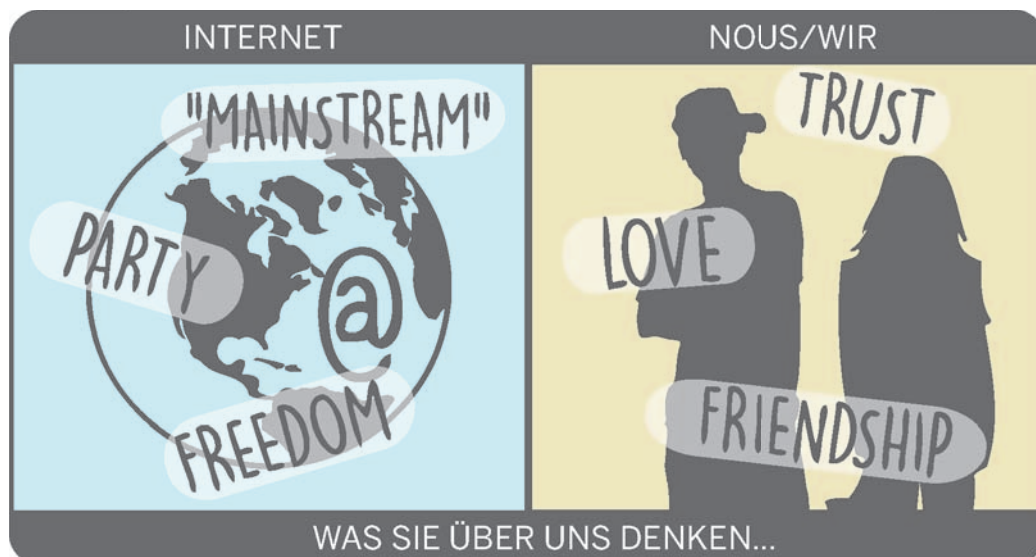
Elle correspond à la réaction des membres d'une culture face au fait que l'avenir est incertain. Cette dimension mesure donc à quel point ils se sentent menacés par des situations non structurées, c'est-à-dire nouvelles, inconnues et surprenantes. L'Allemagne compte parmi les pays qui recherchent le plus un évi-

tement de toute incertitude et souhaitent minimiser la possibilité de telles situations par des lois et des règles strictes, ainsi que des mesures de sûreté et de sécurité. On peut en effet observer dans le centre-ville de Sarrebruck que les Français ont tendance à traverser la route même si le feu est au rouge s'il n'y a aucune voiture, alors que les Allemands attendent patiemment leur tour – c'est la règle. Autre exemple, dans les entreprises allemandes, on accorde beaucoup d'importance à la ponctualité et au respect de dates butoirs, et toute modification d'un planning initial n'est pas souhaitable, voire mal vue par le chef, mais aussi les autres employés. Différence importante vis-à-vis aux collègues d'autres pays. Ainsi, la fiabilité, la discipline et la précision allemandes reposeraient sur la recherche accrue d'un sentiment de sécurité, afin que tout se passe comme prévu. Alors que les élections fédérales approchent, il est im-

portant de savoir quel est l'avis des jeunes, dont certains pourront voter pour la première fois cette année, à ce sujet. Se sentent-ils encore représentés par les valeurs du gouvernement actuel, ou recherchent-ils un changement politique? D'après notre sondage, les jeunes allemands font confiance aux politiciens, car la valeur d'égalité est respectée avec le soutien apporté aux migrants. De plus, ils apprécient le fait qu'Angela Merkel est une personne ouverte d'esprit et respectueuse.

Le regard d'autrui

En ce qui concerne les valeurs typiquement allemandes, le sondage a donné lieu à des résultats intéressants, car tandis que les Allemands se considèrent en premier lieu comme ponctuels, les Français trouvent que le respect des règles est la valeur allemande la plus importante. L'image extérieure d'une nation peut donc varier de celle qu'elle a de soi-même.



Grafik: Isabelle Rinaldis

KLICKS FÜR BÄUME

Une alternative écologique

So mancher Politiker mag es zwar leugnen, aber Umweltschutz steht international ganz oben auf der Prioritätenliste. Auch in den eigenen Alltag lässt sich dieser leicht integrieren - und zwar durch das Internet.

CHARLOTTE PAHLE, 21, NANCY

Le XXI^e siècle est celui qui ne peut se passer de technologie. Que feraient les hommes sans électricité, sans lumière, sans Internet? Où en seraient la médecine et l'industrie sans robots ou nanotechnologies? Une vie sans ces dispositifs techniques serait impensable. Ainsi, l'homme crée et invente sans cesse.

Malgré cette évolution incroyable, la Terre sans laquelle nous n'existerions même pas, est mise à rude épreuve. Petit à petit les

consciences s'éveillent, les valeurs écologiques et les tendances «au naturel», «le tout bio», «protéger la nature» prennent de l'ampleur.

Depuis un certain temps déjà, une idée particulière se solidifie dans la société: Et si l'on pouvait faire rimer «écologie» et «technologie»? Planter des arbres via Internet, c'est possible.

Le 9 décembre 2009, le moteur de recherche ECOSIA a vu le jour grâce à Christian Kroll, son créateur. C'est après un voyage autour du monde que ce jeune Allemand prit conscience du problème de la déforestation et eut la «révélation»: Planter des arbres pour sauver la planète, et tout cela en un clic. De cette manière, les jeunes peuvent contribuer personnellement au maintien de l'écosystème tout en continuant d'utiliser leurs bijoux technologiques. Ce moteur de recherche inno-



Pflanzen mit dem World Wide Web.

Foto: Charlotte Pahle

vant regroupe environ 5,5 millions d'utilisateurs, et c'est grâce à eux que la petite équipe d'ECOSIA peut lancer des projets de reforestation.

Le principe est le suivant: à chaque recherche faite par un utilisateur, un arbre est planté, car ECOSIA reverse 80% de ses bénéfices publicitaires dans la reforestation.

L'internaute ne débourse pas un centime, ce sont des entreprises partenaires qui, en payant pour diffuser leur publicité sur ECOSIA, financent le projet, un arbre coûtant 0,27€. Un autre atout: cela ne prend que trois secondes. Bien évidemment, les internautes peuvent décider de soutenir un projet en faisant un don, et l'entrepri-

se est incroyablement transparente sur ses projets, actions et sur son fonctionnement. C'est l'une des raisons pour lesquelles elle a été certifiée en avril 2014 «Entreprise B corp» par les groupes B Lab et Skoll Award. Ces derniers récompensent les entreprises au fonctionnement équitable et qui sont pleines de ressources pour pallier aux problèmes actuels de la société et de l'écologie. À ce jour, 8.200.000 arbres ont déjà été plantés.

Il est difficile pour l'homme de changer ses habitudes, c'est certainement pour cette raison qu'assez peu de personnes connaissent ce moteur de recherche. Mais les valeurs et les intérêts évoluent au fil des générations, alors pourquoi ne pas commencer par changer ses habitudes Internet?

Im Internet:
www.ecosia.org

MEINUNG

#pourMacron

En tant que jeune étudiant français, le fait que M. Macron soit le nouveau président de la République est positif pour l'avenir. En effet, Emmanuel Macron n'a que 40 ans, ce qui est très jeune pour un politique en France. Certains des opposants de «En Marche», son parti politique, ont d'ailleurs utilisé cet argument pour dénoncer son «inexpérience». Cette idée se réfute car Macron a d'abord travaillé dans le milieu de la finance pendant cinq années, dans la Banque Rothschild, puis s'est tourné vers le monde social en devenant ministre de l'économie sous le gouvernement socialiste de François Hollande en 2014.

Avec ses deux métiers, Macron a goûté au travail,

contrairement à d'autres hommes politiques français. Macron est apprécié des jeunes, car il incarne une dynamique de travail souvent recherchée en vain chez les précédents présidents. Son plus gros défaut: il veut satisfaire tout le monde et donc par moment se contredit. Son atout majeur: il prône la jeunesse et le goût du travail commun. Son parti comprend des français volontaires qui souhaitent devenir députés, ce qui laisse une chance à tous. Macron démontre à travers son parcours et ses idées que l'on n'est pas forcé d'exercer un même métier durant toute sa vie, et qu'il faut saisir les opportunités qui viennent à nous.

(ELIAS, 19, ÉTUDIANT)

#contreMacron

Pendant la période préélectorale, beaucoup de médias ont vendu Emmanuel Macron comme le renouveau de la politique, l'homme dit «hors-système». Cependant, après ces études à l'ENA il a intégré l'Inspection des Finances. Il rejoint en 2007 la «Commission Attali», chargée par Nicolas Sarkozy de rédiger un rapport fournissant des propositions afin de relancer la croissance économique en France. Par la suite, il commence à la Banque Rothschild et fût nommé Ministre de l'Économie sous François Hollande. En bref, son parcours n'a rien d'«hors-système», je dirais même le contraire, il en est un fruit. Ayant gagné plus de 2,8 millions d'euros chez Rothschild entre 2010 et 2012,

il a déclaré quatre ans plus tard, lors de la déclaration de patrimoine des candidats à la présidentielle, 156 160€ net. Enfin, l'OG «Sum of Us» a réalisé une enquête de conflit d'intérêt sur tous les candidats. Ils notent à propos du financement de campagne de Macron une «opacité», notamment sur l'identité des grands donateurs, parmi lesquels se retrouveraient de nombreux chefs de grandes entreprises. C'est donc à se demander pour qui il mènera sa politique. Malgré un bon début en tant que Chef de l'État, notamment au niveau diplomatique, Macron risque d'être souvent en conflit d'intérêt, piégé entre le monde des Français et celui de la Finance et des Grandes Entreprises.

(MÉLANIE, 20, ÉTUDIANTE)

PROJET SIMILAIRE

Fonctionnant selon le même principe que «Ecosia», le moteur de recherche «Lilo» permet pour chaque recherche effectuée sur le serveur d'accumuler des «gouttes d'eau». Ainsi totalement gratuits, les dons se récoltent grâce à l'ajout automatique de liens publicitaires permettant des profits. L'installation de «Lilo» est très simple puisqu'il se télécharge comme une extension du navigateur web «Mozilla Firefox» et devient le moteur de recherche par défaut de l'ordinateur. Pour faciliter le fonctionnement, il est possible de choisir une association pour chaque ordinateur à laquelle iront directement les dons. Au vu du nombre de recherches effectuées chaque jour, par exemple au sein d'un lycée, installer «Lilo» permettrait de façon simple, rapide, gratuite et régulière d'apporter un réel soutien à diverses associations œuvrant dans le domaine de la santé, de l'éducation et de l'écologie.



DANS LE CADRE DE LA SEMAINE FRANCO-ALLEMANDE LABELLISÉE «METZ EST WUNDERBAR», DEUX SPÉCIALISTES - MARTIN GRAFF, AUTEUR DU «BIG BANG LUTHÉRIEN», ET GESCHE WÜPPER, JOURNALISTE CORRESPONDANTE DU JOURNAL «DIE WELT» À PARIS - CROISENT LEURS REGARDS SUR LE COUPLE FRANCO-ALLEMAND AU SEIN DE L'EUROPE D'AUJOURD'HUI, L'UNE S'ATTACHANT À LA POLITIQUE ÉCONOMIQUE FRANÇAISE, L'AUTRE À L'IDENTITÉ TRANSFRONTALIÈRE FRANCO-ALLEMANDE. LES ÉTUDIANTS MESSINS DE LA CLASSE EURO DU LYCÉE GEORGES DE LA TOUR ET DE LA PREMIÈRE ABIBAC DU LYCÉE FABERT ONT PARTICIPÉ À LA CONFÉRENCE POUR ENSUITE POUVOIR MENER UN DISCOURS DIRECT AVEC LES INVITÉS. LES ÉLÈVES SUIVANTS ONT PARTICIPÉ À LA RÉDACTION DES ARTICLES DE CETTE PAGE, SOUS LA DIRECTION DE MADAME ELISE MÉCHIN: ROMAIN GIRARD, CÉCILE MOGET, SUSIE GRÜNITZKY, JULIEN RUSSO, SIDONIE TOUBOL, FANNY CUNY, HANNAH NOSAL, MARGOT TRICOCHÉ, ELODIE HERBIN, EVA IDOUX

Ungleiches Paar

„Die Deutschen fürchten sich vor den Ergebnissen der Präsidentschaftswahlen in Frankreich“, mit diesen Worten leitete Gesche Wüpper den Diskurs im Rathaus von Metz ein. Eine verständliche Angst in den Augen der Journalistin. Marine Le Pen, sich von der EU zu verabschieden, sei für Deutschland und für Frankreich eine Katastrophe. Die Absicht, Frankreich durch Protektionismus abzukapseln, um dem Land seine ursprüngliche Größe zurückzugeben sei wahnsinnig, so Wüpper.

„Aber warum dann wählen die Franzosen Marine Le Pen?“, fragen sich die Deutschen. Für Wüpper liegt die Antwort in der Tatsache, dass das europäische Ideal nachgelassen hat: „Dès qu'il y a un problème, c'est l'Europe qui est accusée“. Die Führerin des Front National brandmarke die EU, profitiere von der Unklarheit, die über die Rolle und das Funktionieren der EU in Frankreich regiert. Dank der Manipulation von Zahlen und Taten verwandele Marine Le Pen den Bund in eine Maschine, die das Geld der Franzosen frisst. Allerdings stehe ihre Rede im krassen Widerspruch zu ihrem Amt, denn sie sitze schließlich als Abgeordnete im europäischen Parlament, so Wüpper.

Ebenfalls der Fillon-Skandal war Thema der Konferenz. Die Kandidatur François Fillons trotz der ihm vorgeworfenen Veruntreuung öffentlicher Mittel sei, laut Wüpper, der deutschen Mentalität unbegreiflich. Wie könne jemand für die Präsidentschaftswahl kandidieren, der unter einem solchen Verdacht steht? Die Journalistin erwähnte den Fall des ehemaligen deutschen Bundespräsidenten Christian Wulff, der 2012 von seinem Amt zurücktrat, weil er unter anderem eine Reise akzeptiert und sich so-



Les invités pendant le débat avec les élèves. Foto: Lycée Fabert

mit über moralische Grundregeln hinweggesetzt hatte. Die politische Lage Frankreichs habe ebenfalls Auswirkungen auf seine ökonomische Lage, erklärte Wüpper anschließend an ihre Analyse der französischen Wahlen. Die Deutschen beurteilen die Lage als Desaster und in den deutschen Medien werde Frankreich als „homme malade de l'Europe“ charakterisiert. Sie verstehen die Bewegungslosigkeit Frankreichs nicht: Warum können die Franzosen keine Reformen durchführen? Auf diese Frage antwortete die Journalistin mit der Aussage, die Franzosen seien an diesem Stillstand selber Schuld. Als Beispiel nannte sie die Reform des Arbeitsrechts, welche von den französischen Gewerkschaften scharf bekämpft wird, obwohl sie in den Au-

gen Wüppers dringend benötigt wird. Das zu steife Arbeitsrecht in Frankreich sei die Sperre zur Ankurbelung der Wirtschaft. Viele Entwicklungen und Ereignisse haben die Beziehungen zwischen Deutschland und Frankreich durch die Geschichte, aber auch in den letzten Monaten, geprägt, jedoch fordere Wüpper von beiden Ländern, aufzuhören sich gegenseitig zu kritisieren. Sinnlose Konflikte, so Wüpper, die am wichtigen Thema vorbei gehen, denn um den Aufstieg der Populisten und des Nationalismus in Europa einzudämpfen müssen die Deutschen und die Franzosen gemeinsam um die Demokratie kämpfen. Dabei sei es eine Notwendigkeit, zusammenzuhalten, verkündete Gesche Wüpper abschließend in ihrer Rede.

◆ GLOSSE

„Wunderbarer“ Austausch

Nachdem wir uns im Unterricht in Metz viel mit der Frage nach der deutschen Identität befasst haben, wollten wir mehr über das Thema erfahren. Leider am Thema vorbei! Ein unterhaltsamer Martin Graff und eine ziemlich abwesende Gesche Wüpper, die das Publikum etwas skeptisch machten.

Zum Trost hatten wir die skurrilen Metaphern von Martin Graff über die deutsch-französische Identität an den Grenzregionen. Lächeln begrüßte seine Anekdoten. Ein Elsässer, der so stolz auf seine Wurzeln ist, und doch vor der „gefährlichen Identität“, dem Patriotismus warnt. Widersprüchlich, oder?

De cultures et d'identités

Halb Deutscher, Halb Franzose aufgrund seiner Elsässischen Wurzeln, betonte Autor Martin Graff von Beginn der Konferenz an, dass er direkt von der Frage der nationalen Identität an den Grenzregionen betroffen sei. Nach der Ansicht des Schriftstellers gibt es weder eine geographische, noch eine kulturelle Vorherbestimmung, welche den Unterschieden zwischen Frankreich und Deutschland zugrunde liegen. „Weder der Ort, an dem wir geboren sind, noch die Gewohnheiten, die wir haben, können über unser Schicksal entscheiden“, erklärte Graff seinen Zuhörern. Er erwähnte Amin Maaloufs Buch „Mörderische Identitäten“, um seine Gedanken zu untermauern. Laut des Autors kann eine zu starke nationa-

le Identifikation zum Wahnsinn führen. Um diese „mörderischen Identitäten“ zu bekämpfen, sei es nötig, offen zu bleiben. Kein Volk könne behaupten, den Ursprung seiner Identität durchaus zu kennen. Sie sei meistens das Ergebnis der Migrationen und kulturellen Einflüsse im Laufe der Zeit. Die Frage nach der genuine Identität eines Volkes sei demnach eine schwierige Frage. Eines der Mittel, einen Konflikt zwischen den Völkern zu vermeiden, sei das Erlernen von Sprachen, so Graff. Tatsächlich gilt die Sprache generell als der Schlüssel der Kultur. Sprachen vereinfachen die Beziehungen zwischen Ländern, so auch zwischen Deutschland und Frankreich, die Martin Graff persönlich besonders am Herzen liegen.

Anzeige/Publicité

MO.-SA. VON 9.30-20 UHR
LU.-SA. JUSQU'À 20 HEURES

EUROPA GALERIE SHOPPING

WEIL WIR JEDEN TAG NEUES ENTDECKEN.
PARCE QUE NOUS DÉCOUVRONS CHAQUE JOUR QUELQUE CHOSE DE NOUVEAU.

HAUPTBAHNHOF | NAVI: TRIERER STRASSE 1
110 SHOPS | 1.050 PLACES DE PARKING

EUROPA GALERIE SAARBRÜCKEN

DIE FLEISSIGEN BIENEN DER LOKALEN LEBENSMITTELPRODUKTION

Les ruches de l'Europe

Immer mehr Menschen interessieren sich für die Herkunft ihrer Lebensmittel und wollen sich aktiv für einen fairen Handel, insbesondere auch gegenüber lokalen Bauern und kleinen, traditionellen Lebensmittelproduzenten einsetzen. Das Konzept von „La Ruche qui dit Oui!“ bietet hierfür die ideale Möglichkeit und stellt seinen Erfolg bereits quer durch Europa unter Beweis.

MÉLANIE ADAM, 20, ETZLING

Tout a commencé en septembre 2011 lorsque la société «Equanum SAS», créée, l'année précédente, par les trois associés Guilhem Chéron, Marc-David Choukroun et Mounir Mahjoubi l'année précédente, a développé une plateforme en ligne utilisable par tous. Celle-ci donne vie à un véritable réseau pérenne et solide tissant des liens directs entre producteurs et consommateurs dans toute la France. Fin 2011, leur entreprise comprenait 24 «Ruches» et ce chiffre n'a fait que croître : Aujourd'hui, il existe plus de 800 Ruches en France!

Le but de ces dernières est la réunion de consommateurs et producteurs locaux, et cela grâce au modèle de circuit-court, c'est-à-dire en vendant les produits directement du producteur au consommateur.

Aujourd'hui, les consommateurs sont de plus en plus préoccupés par leur santé, l'environnement, leur alimentation et la situation des agriculteurs. Or, notre système agro-alimentaire a déjà montré ses limites, ses dérives et ses injustices envers les producteurs et les consommateurs. «La Ruche Qui dit Oui!» souhaite donc leur redonner le pouvoir pour réinventer l'alimentation et sa production. Produits laitiers, fruits et légumes, viande, et même bières, on y



Sowohl Kleinbauern als auch Privatpersonen können ihre Produkte in einer Ruche anbieten.

Fotos: La Ruche qui dit Oui!



Einmal wöchentlich treffen sich Produzenten und „Bienen“,



denn der direkte Kontakt ist ein Grundpfeiler des Konzepts.

trouve de tout. Rien qu'en Lorraine on compte pas moins de 45 Ruches, dont une ouverte récemment en février à Metzing en Moselle.

Dans chacune d'elles il y a un responsable de la Ruche, différents producteurs locaux (à moins de 250 km de la Ruche) et «les abeilles» qui sont les membres de la Ruche, les clients. Pour trouver une ruche et s'y inscrire, c'est très simple: il suffit de se rendre sur le site de «La Ruche qui dit Oui!» et de chercher sur la carte la Ruche la plus proche de chez soi. Le choix des produits désirés se fait en ligne, puis une fois par semaine, le client peut se rendre à sa Ruche pour retirer la commande. Ce sera également l'occasion de rencontrer les producteurs.

Toute personne volontaire peut créer une Ruche. «Il vous suffit de vous rendre sur notre site internet et de remplir un formulaire. Nos équipes analysent ensuite la demande et la valident ou

non. Les futurs responsables sont ensuite accompagnés lors des démarches administratives, de la recherche d'un local, de la constitution d'une équipe de producteurs et de la communication auprès des futurs membres qui achèteront dans la Ruche», indique Solène Mutez, chargée de communication pour «La Ruche Qui dit Oui!» dans la région Nord-Est.

Une vraie réussite internationale

Victime de son succès, l'entreprise se développe: «Le succès du concept a engendré l'ouverture de Ruches en dehors de l'hexagone: Belgique, Allemagne, Royaume-Uni, Italie, Espagne, Pays-Bas, Suisse et Danemark. Nous tentons aussi de diversifier les modèles en Ruche en permettant par exemple aux responsables d'organiser plusieurs distributions par semaine, de s'essayer au format du drive. Nous travaillons aussi à nou-

er des partenariats avec des acteurs nous donnant accès à d'autres typologies de lieux, tels que la SNCF avec qui nous projetons d'ouvrir près de 70 Ruches en gare.»

Ce n'est donc probablement que le début de l'aventure pour cette plateforme ambitieuse. Les missions de «La Ruche qui dit Oui!» sont nombreuses: soutenir l'agriculture fermière et l'artisanat local, donner accès à une alimentation locale de qualité au plus grand nombre, ou encore accompagner la transition écologique en relocalisant les productions.

«Dans une Ruche, le producteur vend directement ses produits aux membres et paye des frais de service qui correspondent à 16,7 % de son chiffre d'affaires hors taxes. Il n'y a donc pas d'intermédiaire, il s'agit d'une vente directe suivie d'une facturation de service. Chaque producteur fixe librement son prix de vente car il est le mieux placé pour évaluer le prix qui rémunère

justement son travail», soutient Solène Mutez.

Au lieu d'avoir comme unique choix de se rendre au supermarché, le but de «La Ruche qui dit Oui!» est de créer des outils pour donner aux citoyens les moyens de produire, distribuer et consommer de façon plus juste et plus durable.

Actuellement dans les grandes surfaces, les clients disposent de peu d'informations sur les produits et les producteurs: seul un emballage avec une description illisible et incompréhensible se trouve entre le produit (qui a très souvent fait plus de 250 km pour arriver en rayon) et le consommateur.

Le concept de «La Ruche qui dit Oui!» traduit donc la volonté de certains citoyens de changer de système agro-alimentaire, et ce n'est peut-être que le début du développement de telles structures.

Im Internet:
www.laruchequiditoui.fr

Les livres à ne pas rater cet été

Die besten Lektüretipps für die warme Jahreszeit

HUGO MONGIN, 16, METZ



Strandlektüre.

Foto: dpa

Salut à tous les bibliophiles! Comme vous le savez sûrement l'été approche à grands pas pour nous tous; il est donc temps de se demander quels livres prendre avec nous sous le soleil et sur le sable chaud. Pour répondre à ce dilemme récurrent en cette période de l'année Extra vous fait découvrir les quatre romans retenus pour cette sélection. Si vous partez en vacances dans des endroits froids et que vous n'êtes pas concernés par le soleil et le sable chaud, ne paniquez pas, vous aurez sûrement le loisir de lire quand même.

Le premier livre choisi par notre rédacteur Pierre-Hugues s'intitule «Le Cri» et est écrit par Nicolas Beuglet. L'histoire vous fera voyager plus loin que vous ne l'imaginez au travers de nombreux lieux tels que Londres ou encore l'île de l'Ascension en passant par Nice ou le Minnesota. Le roman nous présente une enquête terrifiante sur une mystérieuse mort d'un patient dans un hôpital psychiatrique. Dans une vé-

ritable course contre la montre, la protagoniste Sarah devra se heurter à de nombreuses énigmes pour trouver des réponses à ses questions...

Inspiré par des événements réels, ce thriller saura vous captiver et vous poser des questions d'éthique notamment sur la religion ou encore la vie après la mort. De plus, ce livre fera prendre un véritable coup de froid à votre été ensoleillé, parfait pour les canicules!

On ne présente plus Bernard Werber, auteur du très célèbre roman «Les Fourmis» et qui est l'auteur de notre deuxième choix: «Demain les chats». Amoureux de littérature, de nos amis les félins, et de philosophie bonsoir, ce livre est fait pour vous. «Comment ai-je fini par comprendre les humains?», voilà donc la première phrase du personnage principal qui est évidemment un chat! Nous suivons ici les aventures et mésaventures de Bastet et Pythagore qui assisteront à certains désastres de l'humanité comme le fanatisme et la guerre. Ce livre est une véritable leçon dont vous ne ressortirez pas indemne.

Nous vous avons donné dans notre premier choix un thriller «made in France», et bien dirigeons nous désormais dans la région de l'Europe reine du polard: la Scandinavie et plus particulièrement au Danemark avec notre troisième livre: «Misericorde» par Jussi Alder Olsen. Dans cette histoire hantée, vous suivrez l'enquête

en vous baladant entre le point de vue de l'enquêteur policier Carl Morck, accompagné de son assistant Hafez el Assad, et celui de Merete Lyyngaard, victime d'une terrible tragédie. Le duo d'enquêteurs saura faire sourire avec leur relation atypique et la pauvre Merete saura vous faire trembler d'effroi au fur et à mesure de l'histoire...Premier d'une série de sept opus à présent, ces aventures vous enchanteront!

Le numéro quatre fut pour ma part un véritable coup de cœur inattendu. C'est pour ce livre «Chanson Douce» que Leïla Slimani a remporté en 2016 le très célèbre prix Goncourt! Ne vous laissez pas duper par son titre trompeur. Nous avons parlé d'ambiance glaciale avec notre premier livre, mais celui-ci se trouve bien en dessous niveau température. Ce roman raconte l'histoire de Myriam, mère de deux enfants, qui décide d'engager après moult entretiens Louise en tant que nounou. Cette femme à l'apparence parfaite va pendre une place centrale dans le foyer, peut-être trop? Ce roman psychologique est une pépite que l'on apprécie et que l'on redoute. Alors, envie d'atteindre le zéro absolu? Prudence est tout de même de mise avec «Chanson Douce» qui s'adresse, avec son ambiance malsaine, à des lecteurs avertis.

La sélection pour l'été est donc terminée, voilà déjà de quoi bien vous occuper durant ces beaux jours (du moins je l'espère). Bonne lecture à tous!

JUSTUS ARWEILER, 18, WALLERFANGEN

Schon bald beginnen die Sommerferien. Für viele bedeutet das vor allem die Freiheit von Hausaufgaben, frühem Aufstehen und sonstiger Schularbeit.

Die gewonnene Zeit lässt sich sehr gut mit Schwimmbadbesuchen, Grillabenden, Fahrradtouren und auch mit Familienurlaube verbringen. Jedes Jahr werden zudem auch hunderte Ferien-camps angeboten, in denen Jugendliche nicht nur eine Zeit lang ohne Eltern gemeinsam mit Gleichaltrigen aus ganz Deutschland oder Europa zusammenleben, sondern oft auch Interessantes lernen können und prägende Erfahrungen machen.

Dies gilt auch für die Jugend-Camps des WWF, von denen jeden Sommer 36 für die Altersgruppe von sieben bis 13 Jahren und zwölf für Jugendliche zwischen 13 und 17, beziehungsweise 16 bis 21 Jahren angeboten werden.

Deutschlandweit nehmen jährlich rund 1200 Kinder und Jugendliche an den von der Natur- und Umweltschutzorganisation angebotenen Camps teil.

Der Fokus dieser Ferienlager liegt auf der Vermittlung von Naturerfahrungen und der Sensibilisierung zum Themenkomplex Umweltschutz und Klimawandel.

Dabei wird ein großes Spektrum an verschiedenen Camps angeboten, bei denen von einem Segeltrip über die Ostsee bis zu einem Abenteuercamp im Wald alles möglich ist.

WWF Jugend-Camps

S'amuser en s'engageant



In Slowenien.

Foto: A. Hohl



Spaß Ahoi!

Foto: P. Jelinek

WEITERE INFOS

Wer sich darüber hinaus beim WWF für den Umweltschutz in Deutschland und weltweit engagieren möchte, kann dies über eine Fördermitgliedschaft, der Teilnahme an Demonstrationen oder Aktionen wie der „Earth-Hour“ tun.

Im Internet:
www.wwf-jugend.de
www.young-panda.de

Anzeige/Publicité

la fête
des hauts fourneaux
.....
Belval
1 et 2 juillet 2017
www.fonds-belval.lu

Découvrez nos nouveaux spectacles ...

Entrée libre

A LA DÉCOUVERTE DE LA RÉGION

Abenteuer durch drei Länder

L'été approche, les jours se rallongent et les températures remontent – c'est la saison des week-ends ensoleillés et des escapades ! Notre rédactrice Franziska a créé une proposition d'excursion pour tous ceux et celles qui veulent briser la routine quotidienne sans aller très loin.

FRANZISKA BRACHMANN,
19, HASBORN

Morgens mit dem Jaulen der Wölfe durch den deutschen Kammerforst wandern, am Nachmittag moderne Kunst und Architektur des Großherzogtums bewundern und abends den Tag bei einem Gläschen französischem Riesling ausklingen lassen. Wenn das Fernweh an einem schönen Sommertag packt, muss nicht zwingend weit reisen. Wie gut kennen wir eigentlich

unsere eigene Heimat? Haben wir die Großregion schon einmal über den gewohnten Umkreis hinaus erkundet, fernab von Saarschleife und der Kathedrale Saint-Étienne? Das „Saar-Lor-Lux Ticket“ der Deutschen Bahn lässt keine Ausreden mehr zu, das eigene Land und die Kultur der Nachbarn nicht besser kennenzulernen. Samstags, sonntags oder an Feiertagen erlaubt das Ticket, zwischen den drei Regionen zu pendeln, fast sämtliche Züge des Nahverkehrs zu nutzen und so innerhalb kurzer Zeit – fernab vom Mainstream – viel zu entdecken.

Frühstück mit den Wölfen

Am frühen Morgen beginnt das Abenteuer im Saarland, bei Merzig. Die Stadt lassen wir hinter uns, es geht hinein in den Wald. Hier im Kammer-

forst liegt der von Werner Freund gegründete, über 4,5 Hektar große Wolfspark. Bekanntheit erlangte der Wolfsforscher vor allem durch sein Zusammenleben mit den Wölfen und auch heute, nach seinem Tod, kann man die Liebe zu den Raubtieren noch spüren. Von weißen Polarwölfen, über mongolische und schwedische oder Timberwölfe – im Park erwartet die Besucher eine Vielzahl verschiedener Arten

und wer Glück hat, kann bei der morgendlichen Fütterung der Tiere hautnah dabei sein. Der Eintritt ist kostenlos und



der Park ganztägig geöffnet. Rund um das Gelände gibt es zahlreiche Wanderwege, eine Möglichkeit, sich auf

die Spuren der Wölfe zu begeben und das Werk Werner Freunds, „der mit den Wölfen heulte“, zu bewundern.



Kunst auf Luxemburgisch

Von Merzig geht es mit dem Zug nach Luxemburg Stadt. Einmal umsteigen und nach etwa einer Stunde und 40 Minuten ist das Ziel erreicht. Vom Bahnhof aus gelangt man in wenigen Minuten an das „Musée National d'Histoire et d'Art Luxembourg“ (MNHA), welches inmitten der Altstadt

liegt. Hier gibt es nicht nur schöne Künste zu bestaunen, sondern auch luxemburgisches Kunsthandwerk, Archäologie, sowie eine große Münzen- und Medaillensammlung. Auf zehn Stockwerken verteilen sich die Ausstellungsstücke, über welche man sich anhand kostenloser Audio-Guides informieren kann. Die Dauerausstellungen sind für die Besucher ohne

Eintritt zugänglich, die Wechselausstellungen für Schüler und Studenten ebenfalls. Von April bis September gastiert der „Europäische Monat der Fotografie“ im MNHA und ist ebenfalls einen Besuch wert. Doch für uns geht es weiter, mit der Direktverbindung Luxemburg Bahnhof - Nancy Ville innerhalb anderthalb Stunden nach Lothringen.

Schlemmen nach französischer Küche

Sobald die Sonne langsam untergeht, funkeln die goldenen Verzierungen auf dem „Place Stanislas“ (circa zehn Gehminuten vom Bahnhof entfernt) in Nancy um die Wette, das Wasser des Amphitrite-Brunnen aus Zeiten des Rokoko färbt sich immer dunkler und

wir genießen das französische Flair der Stadt in vollen Zügen. In unmittelbarer Nähe des Platzes, der mittlerweile zum UNESCO Weltkulturerbe gehört, befindet sich ein kleines Restaurant, in dem wir den Abend ausklingen lassen. Das „Suzette“ bietet eine kreative Speisekarte mit Gerichten wie Trüffel Ravioli oder Enten-Hack-Burger mit Foie

Gras, für einen verhältnismäßig kleinen Preis an. So lässt es sich nach Herzen schlemmen und mit einem Glas elsässischem Wein den Blick auf den „Place Stanislas“ genießen. Wer seinen Ausflug zwischen dem 30. September und dem 5. November startet, kann hier auch ein ganz besonderes Festival beobachten: Im Rahmen des „Jardins éphémères“

werden sämtliche Gebäude um den Platz in den schillerndsten Farben beleuchtet. Je nach Wochentag bringt der letzte Zug um 21:50 Uhr uns innerhalb von knapp zwei Stunden bis nach Saarbrücken (Umstieg in Metz), wo unser Ausflug endet, denn das Saar-Lor-Lux-Ticket ist nur für einen Tag gültig. Eine kleine Reise durch drei

Länder. Die perfekte Gelegenheit, die fremde Lebensart der Großregion besser kennen und schätzen zu lernen, aber auch das Fernweh zu stillen, ohne dass man tausende von Kilometern zurücklegen oder hohe Geldsummen zahlen muss.

Im Internet:
www.bahn.de



L'ÈRE DES ALICAMENTS

„Wundersame“ Rezepte

LENA HOLZER, 20,
SCHIFFWEILER

Dass gesunde Ernährung gut für den Körper ist, ist nichts Neues und wird von allen Ernährungsberatern immer wieder gepredigt. Dass Obst und Gemüse gesund sind, weiß eigentlich auch so gut wie jeder seit Kindertagen. Es sollen allerdings Lebensmittel existieren, die nicht nur gesund, sondern „super“ sind.

„Superfood“ - eigentlich nur ein Marketingbegriff - definiert sich laut dem Wörterbuch Oxford English Dictionary als „nährstoffreiches Lebensmittel, das als besonders förderlich für Gesundheit und Wohlbefinden erachtet wird“. Die nachgesagte Wirkung ist allerdings nicht wissenschaftlich nachweisbar. Doch der Markt mit „Superfoods“ boomt. Egal ob Chiasamen, Avocado, Acai- und Goji-Beeren oder Acerola-Kirsche, alle sollen die Gesundheit auf wundersame Weise unterstützen. Als Schutz gegen Krebs, als Proteinlieferant für den Muskelaufbau oder als Powerfood für den ganzen Körper - der Einsatzbereich der „Superfoods“ scheint keine Grenzen zu kennen. So auch ihre Einbindung in den Alltag.

Um die Wunderlebensmittel perfekt in die eigenen Essgewohnheiten zu integrieren, hat sich das Extra-Team ein Tagesmenü mit „Superfoods“ überlegt, das ebenso ausgewogen wie gesund ist.

Am besten startet der Tag mit einem leckeren Frühstück. Hierzu eignet sich vor allem ein Müsli aus Haferflocken, Cashewnüssen, Acai-Beeren, frischem Obst und Joghurt. Das Müsli hält sowohl satt und ist mit seinen gesunden Bestandteilen ein guter Energielieferant um den Tag voller Power zu überstehen.

Wenn dann um halb zehn in Deutschland alle ihr

Sobald das Mittagessen ansteht, erfreuen sich die „Superfoods“ wieder ganz besonderer Beliebtheit. Denn wie wäre es mal mit einem Avocado-Ei-Vollkornbrot, statt der Käsebrezel? Hierzu einfach zwei Scheiben Vollkornbrot mit Frischkäse bestreichen, Avocado in Streifen darauflegen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit einem Spiegelei in Streifen als „Topping“ abfertigen.

spiel: Erdbeeren, Feigen oder Granatapfel) und eine leckere Sauce haben sollte.

Wenn dann am Nachmittag der Kuchenhunger naht, sind sowohl gesunde Riegel als auch Obstsalate eine gute Alternative zur Sahnetorte. Auch hier gibt es schon von vielen Herstellern besondere „Superfood“-Riegel, die sowohl gesund als auch lecker sind. Jedoch sollte klar sein, dass diese Riegel kei-

per Eigenschaften. Natürlich gilt hier zu beachten, dass das Gemüse nicht „totgekocht“ werden darf. Jedoch ist es sehr einfach mit einem guten Stück Fleisch, oder einem Schafskäse, und gesundem Gemüse ein „Super-Essen“ zu kochen. Wer darauf keine Lust hat, kann sich auch an Süßkartoffelecken mit Avocado-Dip versuchen. Hierzu werden die geschälten Süßkartoffeln einfach in etwas Olivenöl und Salz und Pfeffer getaucht und auf einem Backblech in den Ofen gegeben bis sie goldbraun werden. In der Zwischenzeit kann man dann die Avocado mit einer Gabel mit Salz, Pfeffer, Minze und Limette zu einem breiartigen Dip verrühren. Falls die Avocado noch zu fest sein sollte, hilft häufig ein Teelöffel Olivenöl, um die richtige Konsistenz zu erlangen.

Bei den Getränken kann man auch auf „Superfoods“ setzen. Hier eignet sich vor allem Ingwer, der seine Inhaltsstoffe sowohl als Tee als auch in kaltem Wasser freigibt und mit einer leichten Schärfe den Wasserkonsum ankurbelt. Außerdem ist Ingwer ein Verdauungsunterstützer und Immunsystembeschützer, was ihn als „Superfood“ fast unumgänglich macht.

Natürlich gibt es noch viele weitere Rezepte und Ideen wie man „Superfoods“ in den Alltag einbauen kann. Extra wünscht jetzt viel Spaß beim Experimentieren mit ganz verschiedenen „Superfoods“!



Grafik: Isabelle Rinaldis

Knoppers auspacken, gibt es durchaus auch gesunde Alternativen, um den kleinen Hunger zwischendurch zu stillen. So kann man sich zum Beispiel aus Datteln, Kokos, Goji-Beeren und Vanillearoma kleine Powerballs zubereiten. Hierzu werden einfach alle Zutaten in einen Mixer gemacht und zu kleinen Kugeln gerollt, die danach mit Kokosflocken bestreut werden. Aber manchmal fehlt einfach die Zeit um Snacks zuzubereiten. Dann kann eine Tüte Studentenfutter, oder auch Trockenobst, dem Hunger auf gesunde Art und Weise Abhilfe verschaffen.

Das Ganze dann mit der zweiten Scheibe bedecken. In einer Brotdose transportiert, lässt sich das gesunde Sandwich auch gut für unterwegs mitnehmen. Wer zum Mittag lieber einen Salat isst, kann auch einen einfachen grünen Salat mit Granatapfelkernen, Acai-Beeren oder Walnüssen bestreuen. Ein besonderer Tipp für gelungene Salate besagt, dass der Salat immer etwas Grünes (Salat), etwas Buntes (zum Beispiel: Paprika oder Möhre) etwas „Crunchiges“ (zum Beispiel: Nüsse), eine Beilage (zum Beispiel: Putenstreifen oder auch Feta), etwas Fruchtiges (zum Bei-

neswegs kalorienarm und damit für eine potentielle Diät vollkommen ungeeignet sind.

Beim Abendessen beweisen die „Superfoods“ dann, dass sie eigentlich besonders in warmen Gerichten schon lange zu finden sind. Vor allem Brokkoli darf sich zum Beispiel auch „Superfood“ nennen und gehört schon ewig zu den Gemüsesorten auf unseren Tellern dazu. So geht es auch anderen Lebensmitteln, die sowieso oft auf dem Speiseplan stehen: Oregano, Grünkohl, rohes Sauerkraut, Spinat, Rosenkohl, Radieschen und Rucola, alles Lebensmittel mit su-

Anzeige/Publicité

Hochofenfest

Belval

1. und 2. Juli 2017

www.fonds-belval.lu

Erleben Sie unsere neuen Shows ...

Freier Eintritt

Die Trendsportarten des Sommers 2017

Ces nouvelles disciplines à la portée de tous

Genug von Jogging, Fußball und Co.? Extra hat sich Sportarten angeschaut, die noch nicht jeder kennen mag, aber gerade voll im Trend liegen! Diese Aktivitäten lassen nicht nur Sportlerherzen höher schlagen, sondern erfüllen so manchem auch den ein oder anderen Kindheits Traum.

LENA HOLZER, 20, SCHIFFWEILER

Egal ob „Arielle“ oder die drei Nixen der Fernsehserie „H2O-Plötzlich Meerjungfrau“, alle brachten sie junge Mädchen zum Träumen. Eines Tages mit einem schillernden Fischschwanz aufwachen und im türkisfarbenen Meer durch Korallenriffe tauchen - ein Traum der ebenso unrealistisch wie unerreichbar scheint.

Im Dudweiler Schwimmbad und im Kombibad Altkessel aber können Kinder - und bald auch Erwachsene - diesem Traum ein wenig näher kommen. In dem „Mermaiding“-Kurs lernen die Teilnehmer sich mit Fischschwanzflossen fortzubewegen und unter Wasser kleine



Redakteurin Lena im Mermaiding-Selbstversuch.

Foto: privat

Kunststücke zu vollführen. Allem voran steht dabei natürlich der Spaß, den Jung und Alt bei der Möglichkeit, sich wie eine Meerjungfrau zu fühlen, haben. Aus diesem Grund ist es für den Kurs ausreichend, wenn die Teilnehmer grundsätzlich schwimmen können. Tiefgehende Schwimmkenntnisse sind aber nicht von Nöten. Wie die Flosse am besten

zum Schwimmen eingesetzt wird, zeigt der Kursleiter, doch die Verfeinerung der Technik erlernt sich beim Austesten im Becken. Jedoch sollte klar sein, dass das stetige Unter-Wasser-Sein und die Bewegung mit der Flosse durchaus anstrengend sind. So kann es vorkommen, dass am nächsten Tag der Muskelkater folgt. Löhnen tut sich die Mühe

aber auf jeden Fall, denn der Spaß während des Kurses tröstet sehr schnell über den Muskelkater hinweg.

Außerdem können Teilnehmer sich nach dem Kurs ihr Foto als Meerjungfrau mit nach Hause nehmen und erhalten so ein einzigartiges Andenken an einen märchenhaften Tag. In größeren Städten ist das „Mermaiding“ schon zum Trendsport

geworden. Doch bislang ist die Saarbrücker Bäder Gesellschaft die einzige im Saarland, die dieses spannende Erlebnis anbietet.

Neben nationalen „Miss Meerjungfrau“-Wahlen existiert allerdings sogar ein deutscher Meerjungfrauenclub. Nixen-Begeisterte brauchen also keinesfalls Angst davor zu haben, mit ihrem Faible für das märchenhafte Schwimmen unter Wasser alleine dazustehen. Und trotz der Vermutung, dass dieser Sport nur von Frauen ausgeübt wird, gibt es auch genügend Männer, die gerne mal als Neptune kraftvoll durchs Wasser gleiten. Natürlich sind auch in den Kursen in Saarbrücken Meermänner herzlich willkommen.

„Mermaiding“ hat auf jeden Fall die Chance sich als Trendsport zu etablieren. Durch seine Ästhetik und den hohen Spaßfaktor begeistert Meerjungfrauenschwimmen große und kleine Wasserprinzessinnen und Meermänner.

Im Internet:
www.saarbruecker-baeder.de

Un sport qui fait fureur!

Die Disziplin ist zwar nicht die allerneueste auf dem Markt, dennoch begeistert „CrossFit“ auch weiterhin zahlreiche Jugendliche und Erwachsene in der ganzen Welt. Die Kombination macht's, denn bei dieser Sportart werden nicht nur einige Muskeln angestrengt: Es geht auf's Ganze!

JOËL CRISSETIG, 16, SAINT-AVOLD

Quand la saison des vacances approche, les salles de fitness se remplissent de personnes désirant une silhouette parfaite pour la plage. Le «CrossFit» promet de tendre les bras à tout ceux et celles voulant retrouver un corps en pleine forme. Cette discipline, qui a fait son apparition aux Etats-Unis dans les années 70 et se définit comme le sport de conditionnement physique par excellence aux allures de musculation, est de plus en plus populaire en France. En effet,



CrossFit ist vor allem eins: Abwechslungsreich!

Foto: dpa

on y recense entre 50 000 et 200 000 pratiquants et le nombre de «box», c'est-à-dire le nombre de salles dédiées à ce sport, est passé de 1 en 2011 à 228 en 2016, d'après une liste établie par play-fitness.fr.

Mais le «CrossFit», c'est quoi exactement? Il s'agit d'une combinaison de mouvements variés inspirés de l'athlétisme, de l'haltérophilie et de la gymnastique, per-

mettant le développement de l'endurance cardio-respiratoire et musculaire, la force mais aussi la vitesse, la coordination et la souplesse. Là où la musculation a pour but la prise de muscle, l'objectif premier du «CrossFit» est l'amélioration des performances et de la condition physique. De plus, la musculation traditionnelle consiste en la répétition d'entraînements déjà connus, alors

que les «Workout of the Day» (WOD) de «CrossFit» sont différents d'une séance à l'autre et façonnés selon les envies du coach. Et c'est notamment cela qui est apprécié par les pratiquants: chaque séance contient de l'inattendu, ce qui évite de tomber dans la routine et permet de rester motivé. Un «WOD» ne peut durer qu'une vingtaine de minutes et non plus d'une heure comme pour d'autres sports, et sa difficulté est modifiable pour correspondre au niveau de chacun. Enfin, le «CrossFit» contient des mouvements fonctionnels, voire naturels que tout le monde est capable d'exécuter, ce qui rend cette discipline accessible à tous. Néanmoins, ce sport présente aussi quelques difficultés. La première est d'ordre pratique, vu que trouver une salle de «CrossFit» près de chez soi peut s'avérer compliqué, malgré l'explosion du nombre de «box» en France. Et sans salle, difficile de pratiquer ce sport: le

matériel nécessaire pour une bonne séance est conséquent. Il faut des barres en acier, des poids en forme de boule avec une poignée appelés «kettlebell», des disques de fonte, des barres de traction... La pratique de ce sport épuisant requiert une discipline stricte, aussi bien à la salle que dans son assiette. En effet, si l'on souhaite obtenir des résultats rapidement, il convient d'adopter un régime alimentaire équilibré et un programme d'entraînement régulier, que ce soit pour perdre du poids ou gagner en puissance. C'est sur la détermination et la discipline que la différence se fait entre les pratiquants acharnés et les sportifs du dimanche.

Comment le «CrossFit» est-il donc devenu si populaire en France? Probablement parce que c'est un sport complet et original que tous peuvent pratiquer et où l'on repousse ses propres limites dans le but de devenir le plus athlétique possible.

La découverte qui fait suer

Wenn die Stadt zum persönlichen Fitnessraum wird



Ob im Wald oder in der Stadt, es wird trainiert!

Foto: dpa

Un hobby qui combine sport, nature et le plaisir – c'est exactement ce que «Outdoor Nation» promet d'offrir. Motivés par un coach, les participants font des exercices physiques tout en découvrant les alentours, parce que toute la ville est leur salle d'entraînement.

FRANZISKA BRACHMANN, 19, HASBORN

Durch die Fußgängerzone Luxemburgs joggen, vor den Schaufenstern Hampelmänner machen und Treppen zum Bauchmuskeltraining nutzen. Bei „Outdoor Nation“ wird die Stadt zum Trainingsraum gemacht, sodass sogar richtige „Sportmuffel“ mitgerissen werden.

Für viele endet der Gang nach einem langen Arbeitstag vom Büro direkt auf das Sofa, auch wenn das letzte gesunde Workout schon zeitlich in weite Ferne ge-

rückt ist. „Outdoor Nation“ bietet jenen, die den inneren Schweinehund doch überwinden wollen, eine passende Alternative zur Couch oder dem Fitnessstudio. „Outdoor Nation“ ist die perfekte Verbindung von Sport, Natur und Fun. Es macht sehr viel Spaß, die städtische Infrastruktur als Fitnessraum zu nutzen. Die Stimmung in der Gruppe ist super und es hilft jedem enorm, wenn wir uns gegenseitig unterstützen und motivieren“, berichtet die zwanzigjährige Teilnehmerin Laurie Wagner begeistert.

Doch wie funktioniert die neue Trendsportart eigentlich? „Bei ‚Outdoor Nation‘ macht man Sport im Freien, mal in der Natur, mal in der Stadt. Für jeden Teil des Körpers werden viele unterschiedliche Übungen geboten. Wir laufen immer von Ort zu Ort und bei verschiedenen Stopps gibt es dann

Übungen für die Bauchmuskeln, Squads, wir laufen Treppen hoch und runter...alles! Die Trainingseinheiten sind sehr vielfältig, wir versuchen uns jedes Mal an anderen Übungen“, erklärt „Outdoor Nation“-Mitglied Ophélie Marinha.

Die Trainings finden neben Luxemburg auch in den saarländischen Städten St. Wendel, Saarbrücken oder Saarlouis statt, und haben sich ebenfalls bis nach Hamburg oder Potsdam, sogar über die deutsche Landesgrenze hinweg etabliert. Für die Luxemburger Sportler gibt es mehrmals wöchentlich ein Training in Esch-sur-Alzette und Kirchberg. Die Mitgliedschaft läuft über zwölf Monate und Teilnehmerin Selina Bei hat seit ihrer Mitgliedschaft bei dem Fitnessprogramm zwei große Pluspunkte feststellen können: „Wir haben den Vorteil, dass ein Trainer uns immer verbessert und zeigt, wie die Übung richtig ausgeführt werden. Für 20 Euro im Monat ist der Sport sehr günstig und außerdem viel besser als in einem verschwitzen Fitnessstudio alleine zu trainieren.“

Wer Lust hat, an einem Probetraining teilzunehmen, meldet sich einfach über die Homepage an und kann an einem Outdoorworkout den eigenen Körper herausfordern.

◆ Die Trainings in Esch/Alzette finden immer mittwochs und samstags statt.

Im Internet: www.outdoornation.de

Et ass eriwwer!

Le championnat „format miniature“



Freude bei den Coupe-Gewinnern des F91. Foto: Jerry Gerard

De 4. Juni gouf et no Laangem nees eng Victoire fir d'Lëtzebuerger „Rout Léiwën“. Eisen Extra-Fußballspezialist Pierre-Hugues huet sech dowéinst emol ugekuckt, wéi d'Saison vun den Equippen aus dem Groussherzogtum dann um nationale Plang verlaaf ass.

PIERRE-HUGUES PÉPIN, 16, LE-BAN-SAINT-MARTIN

Ça y est! La saison de football 2016-2017 est terminée! Pour cette nouvelle édition Extra s'est intéressé à un championnat peu médiatisé dans le monde du foot: le championnat du Luxembourg. Cette saison, c'est le F91 Dudelange qui remporte pour la 13e fois le championnat avec 65 points. Ayant autant de points que le deuxième, le Differdange 03, c'est au goal average que les Dudelangeois se sont imposés. Sur la pelouse de la Jeunesse Canach, le F91 Dudelange a gagné avec un

score de 2-0 et a pu fêter son titre ainsi que sa qualification pour le deuxième tour qualificatif de la ligue des champions. Le FC Differdange 03, le CS Fola Esch et le Progrès Niederkorn sont, quant à eux, qualifiés pour le premier tour qualificatif de l'Europa League. L'UN Käerjéng 97 et l'US Rumelange sont directement relégués en Promotion d'Honneur (PH). La Jeunesse Canach a eu droit à un sursis, car en tant que douzième, elle jouait le match de barrage contre l'US Hostert, troisième de la PH. Mais le club de Canach n'a pas saisi sa chance et a quitté le terrain avec un score de 2-2. Côté coupe, le F91 Dudelange a fait le doublé coupe-championnat en gagnant 4-1 face au CS Fola Esch. Edisson Jordanov a ouvert le score à la 42ème minute avant que Gerson Rodrigues ne redonne espoir aux Eschois à la 62ème minute. Mais Dominik Stolz, David Turpel et Sanel Ibrahimović ont fini par crucifier le Fola Esch.

Anzeige/Publicité

Dépassez vos limites
dans un des plus grands sites d'Europe.

À 40 km de Metz et 25 km de Luxembourg.
ouvert tous les jours et toute l'année, de 9 h à 18 h
03 82 82 36 04

PAINTBALL SHOP
Showroom avec
+ de 500 références

paintballveckring@free.fr

PAINTBALL
VECKRING
www.paintball-veckring.fr

Une ancienne base militaire
de 12 hectares avec plus
de 20 000 m² de bâtiments.
300 équipements à disposition.
Espace barbecue, parking privé,
toilettes et douches.
Anniversaires/enterrements de
vie de célibataire/séminaires et
challenges « entreprise ».

RETRO REVIVAL

Grafik: Isabelle Rinaldis

Retour vers le futur

Das Comeback der Lieblingsobjekte unserer Kindheit

EMILE KEMMEL, 19, METZ

Depuis quelques années, le rétro revient à la mode. La preuve: lors de la dernière «Mobile World Congress» (MWC), le plus grand congrès de constructeurs de téléphonie mobile, Nokia a annoncé le retour du célèbre «3310» emblématique des années 2000.

À l'époque, Nokia en avait vendu plus de 126 millions. 17 ans après, l'entreprise finlandaise espère ressusciter ce téléphone à touches alors que les smartphones à écrans tactiles se sont emparés du marché des téléphones portables. Pour cela, le 3310 a subi un re-looking: il est plus mince et plus léger que son ancêtre (mais semble toutefois moins solide que celui-ci), doté d'un écran couleur, d'un petit appareil photo de 2 Mégapixels (rien à voir par rapport aux

smartphones actuels) et de l'internet 2G.

Cependant, insuffisant pour consulter ses mails ou Facebook, il faudra se contenter d'une version modernisée du jeu «Snake». Destiné à ceux qui souhaiteraient un second téléphone pour faire du sport, aller à la plage ou en soirée sans s'encombrer, le 3310 plaira aussi à ceux désirant se déconnecter du monde en ligne tout en restant joignable.

Un autre objet rétro: le Polaroid. Popularisé dans les années 1970, notamment par l'artiste Andy Warhol, cet appareil photo instantané imprimant directement le cliché sur du papier argentique est devenu mythique. Fortement con-

currencée par le numérique, la production de films pour les Polaroid s'interrompt en 2008. Des anciens employés de l'entreprise décident de racheter les machines et de relancer leur fabrication. Depuis, la marque Polaroid propose de nouveaux modèles: du classique imprimant sur papier une photo unique, à l'hybride permettant de conserver toutes les clichés et de sélectionner ceux que l'on veut imprimer.

À côté de ces comebacks, les feuilles Diddl, disques vinyls, Pokémon et meilleurs hits des années 90 ont eux aussi réussi leur retour au monde moderne.

COUP D'OEIL SUR LES PRIX

Nokia 3310: 69,90€ - disponible dès le 6/06/2017
Fujifilm Instax mini 70: 129,90€ (+ 9,99€ pour 10 films)
Polaroid Pic-300: 99€ (+ 14,99€ le pack de 10 films)

Une série controversée

Die Reaktionen auf „13 Reasons Why“

ANNE-GAËLLE
YANO-NIFA, 17,
ARS-SUR-MOSELLE

Le 31 mars dernier, Netflix a dévoilé sa nouvelle série «13 Reasons Why» produite par la chanteuse et actrice américaine Selena Gomez. Entre harcèlement, viol, amour, suicide, le spectateur découvre l'environnement d'une jeune fille harcelée à son lycée, qui décidera par la suite de mettre fin à ses jours. Tirée du best-seller de Jay Asher, cette nouvelle série est devenue la plus populaire de l'histoire de Netflix.

Série très acclamée pour son message fort et puissant, «13 Reasons Why» a réussi à toucher des millions de personnes à travers le monde. Néanmoins, celle-ci fait une grande polémique, comme le montre par exemple le cas d'une école au Canada, qui a décidé de prendre une décision radicale contre la série. L'établissement a jugé nécessaire d'envoyer un mail aux parents des élèves en leur faisant savoir que cette série était classée comme mature, et comprenait de la violence et des scènes graphiques.

Face aux critiques multiples concernant le sujet de la série, c'est-à-dire le suicide de jeunes adolescents, Katherine Langford, l'actrice jouant le rôle de la suicidée Hannah Baker, annonce que la série est fidèle à la réalité

et qu'elle représente la vie que certains jeunes subissent au quotidien. Pour le producteur Brian Yorkey et son équipe, ceux-ci voulaient faire une série qui marque les esprits. En adaptant le roman, ils se sont attaqués à des thématiques difficiles telles que le harcèlement scolaire, le viol et le suicide. Après douze épisodes qui n'ont fait que monter crescendo, le dernier révèle enfin la scène que l'on redoutait: la mort de Hannah dans son bain. Peu de séries ont présentées ce genre de cas, encore moins à destination des adolescents et jeunes adultes.

Aux Etats-Unis, des organisations telle que la Fondation pour la Prévention du Suicide se sont appuyées sur des études pour dire "que le nombre de suicides augmentait lorsque l'histoire décrit de manière explicite la méthode, utilise des images crues et spectaculaires ou rend la mort attrayante". Néanmoins, il faut savoir que «13 Reasons Why» est aussi la première série qui a permis à des fans du monde entier de parler ouvertement du harcèlement scolaire qu'ils ont dû subir et de se faire entendre par le public. Enfin, l'énorme succès de «13 Reasons Why» ne peut être nié, et nous savons déjà que la série controversée reviendra pour une deuxième saison, qui divisera sûrement à nouveau les esprits.

Musik war gestern: Die besten Festivals der etwas anderen Art

La saison des festivals frappe de nouveau à nos portes

LÉNA HOEN, 15,
BERVILLER-EN-MOSELLE

FESTIVAL EUROPÉEN DU FILM FANTASTIQUE

Le festival de l'année pour les amateurs de cinéma, qui met en avant les nouvelles productions internationales du cinéma fantastique, allant du thriller, aux films et comédies noirs, ainsi qu'aux jeux vidéo actuels et au cinéma en réalité virtuelle. Il propose également de nombreuses rétrospectives de films aux spectateurs.

Où: Strasbourg
Quand: du 15 au 24 septembre

STREET'ART NIMATION

Ici, tous les arts de la rue sont représentés: le chant, la danse, le cirque.

Où: Place Guillaume II, Luxembourg
Quand: le 11 et 12 août
Prix: entrée gratuite!

STREET FOOD FESTIVAL

Un festival pour ravir vos papilles en dégustant des plats du monde entier.

Quand: du 21 juillet 17h au 23 juillet minuit
Où: Bürgerpark à Sarrebruck
Prix: 3 euros



Farbenfrohes Event. Foto: dpa

FESTIVAL INTERNATIONAL DU FILM

Projection de 150 films.

Quand: du 25 août au 3 septembre
Où: Nancy
Prix: de 3.50 à 6 euros par séance

FARBGEFÜHLE FESTIVAL

Le festival multicolore inspiré d'Inde, avec poudre de couleur et sons électroniques du DJ.

Quand: le 19 août
Où: Bürgerpark, Sarrebruck
Prix: 21 à 34 euros selon l'âge

LE FESTIVAL INTERNATIONAL DE LA BANDE DESSINÉE

Le rendez-vous international de l'année pour les amateurs de bandes dessinées; ils pourront y trouver une grande palette de bandes dessinées nouvelles et d'occasion, des dessins originaux, posters, figurines, et auront l'opportunité unique de rencontrer de célèbres dessinateurs.

Où: Contern, Luxembourg
Quand: le 15 et 16 juillet de 10h à 19h
Prix: 3 euros par jour

Wer kennt's? Le saviez-vous? Wësst Dir ett?



Ihr wisst, wo dieses Bild im Saar-Lor-Lux-Raum aufgenommen wurde? Dann schreibt uns bis spätestens zum 30. September eine E-Mail mit der richtigen Antwort und eurem Namen an: extra.saarlorlux@gmail.com (Betreff: „Fotorätsel“).

Ce cliché a été pris dans la région Saarlux. Vous savez où exactement? Alors envoyez-nous la bonne réponse et votre nom jusqu'au 30 septembre au plus tard par mail à: extra.saarlorlux@gmail.com (sujet: «Enigme photo»).

Dir erkennt, wou des Foto an der Saar-Lor-Lux-Réioun opgeholl gouf? Da schreift eis bis spëtstens den 30. September eng E-Mail mat der richtiger Äntwert an ärem Numm op: extra.saarlorlux@gmail.com (Betreff: „Fotorätsel“).

Allez les filles, on se bouge!

LÉNA HOEN, 15,
BERVILLER-EN-MOSELLE

De nombreuses courses exclusivement féminines sont organisées tous les ans au profit d'associations caritatives – aussi dans notre région.

La «Messine» est tracée au cœur de la cité médiévale, en partie sur l'espace piétonnier du centre-ville. Cette course d'une longueur de 6 km est au profit de la lutte contre le cancer du sein. La 6e édition s'est déroulée le 1 mai dernier à Metz, rassemblant environ 15 000 participantes. Des musiciens étaient présents à tous les coins de rue afin de motiver d'avantage les coureuses et rendre la ville encore plus festive.

La «Frauenlauf SaarLor-Lux» se déroulera le 1 septembre à Saarlouis pour sa cinquième édition. Chaque année, la somme d'argent récoltée est distribuée à une association différente.

La «Broschkriibslaf», créée dans le but de lutter contre le cancer du sein pour le mois d'octobre rose, se déroulera au Luxembourg le 7 octobre. Les participantes pourront répéter le parcours de 4 km autant de fois qu'elles le souhaitent selon leur endurance. Il est situé dans le charmant secteur des vieux quartiers de la ville et de la vallée de la Pétrusse.

Aussi de nombreux jeunes participent à ces courses caritatives afin de soutenir des associations qui leur tiennent à cœur et montrer leur solidarité envers les personnes malades.

Rätselgewinner-Interview mit François Stein

Erzählen Sie uns etwas über sich selbst.

Offiziell bin ich seit drei pensioniert, aber da ich ungeplant im vergangenen November Einzelaktionär der Firma „Felten-Stein“ geworden bin, bin ich jetzt wieder etwas zu aktiv. Nebenbei bin ich Oldie-Fahrer und besitze mehrere alte Fahrzeuge, wobei meine zwei Kinder immer öfter anfangen, Papas Oldies zu beschlagnahmen...

Was machen Sie gerne in Ihrer Freizeit?

Ich habe selbst über mehrere Jahre einen alten Bauernhof von 1803 in Ernster restauriert, denn ich liebe



Vollblut-Skipper. Foto: privat

Welt und bin auch gelegentlich Trainer für angehende Skipper. Dazu kommt noch Latino-Tanz als eine meiner wöchentlichen Aktivitäten. Ich tanze alles von Salsa Cubana über Rueda de casino bis hin zu Kizomba und das

das Handwerken. Außerhalb der Arbeit mache ich als Skipper gerne

mal Segeltörns quer durch die Mitarbeiter aus dem Raum Merzig, den ich dann gefragt habe, leider ohne Erfolg. Dann aber kam die für uns typische grenzüberschreitende luxemburgisch-deutsche „Mafia“ in Aktion,

in Luxemburg oder Saarbrücken. Im Winter mache ich Pisten-Ski und Langlauf.

Wie haben Sie das Motiv erkannt?

Das Motiv konnte ich über die Heraldik der Wappen Deutschlands eingrenzen. Ich wusste, dass ich das abgebildete Bild irgendwo beim Vorbeifahren gesehen hatte, aber nicht wo genau. Ich habe allerdings einen Mitarbeiter aus dem Raum Merzig, den ich dann gefragt habe, leider ohne Erfolg. Dann aber kam die für uns typische grenzüberschreitende luxemburgisch-deutsche „Mafia“ in Aktion,

sprich ich fragte bei meiner Frau bei der Gemeinde Merzig nach, und siehe da, das Stille Örtchen war gefunden!

Welches ist Ihr Lieblingsort in der Grenzregion?

Ich liebe die Völklinger Hütte, da bin ich regelmäßig auf den Themenausstellungen. So gesehen bietet unsere Region bis nach Metz und Saarbrücken hin die Qual der Wahl an Ereignissen und Ausstellungen. Was ich sehr gerne mache sind Trödler-Flohmarkt-Besuche, zum Beispiel in Vianden. Das endet dann meist mit Zukäufen aus Nostalgie und Platzmangel zu Hause.

Anzeige/Publicité



VIBREZ AU QUOTIDIEN!





CONCERTS / SPECTACLES / THÉÂTRES / RANDONNÉES / EXPOSITIONS
CONFÉRENCES / VIDE-GRENIERS / STAGES / SPORTS / JEUX & CONCOURS / BALS







Avec l'application **GRATUITE**












Robin Schindera: plafonds tendus, Spanndecken, gespannt Plafongen

Spezialist für Spanndecken mit LED Beleuchtung in unserer Region, spécialiste en plafonds tendus avec éclairage LED

seit
depuis
1994



avant, vorher



après, nachher



Gipsdecke wurde nicht entfernt

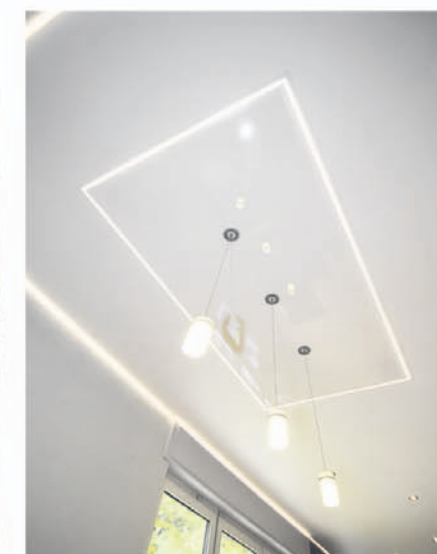
avant, vorher



après, nachher



après, nachher



L'électricien Robin Schindera de Sarrelouis pose depuis 22 ans des plafonds tendus et de l'éclairage. Si vous apportez les mesures (longueur, largeur, nombre de coins) ou photos de votre pièce, un devis vous sera proposé gratuitement. (M. Schindera, parle un peu français). Email par parton: Robin@Schindera.com. A + la plus élevée pour les toiles en PVC. Votre santé nous tient à cœur ! Le matériel provient du fabricant premium Renolit * de Frankenthal en Allemagne. Pour plus d'informations, et davantage de photos: www.schindera.com ou dans notre exposition à Sarrelouis-Lisdorf

Elektriker Robin Schindera aus Saarlouis, verlegt seit 22 Jahren Spanndecken mit Beleuchtung. Bringen Sie Ihre Raummaße mit (Länge, Breite und Anzahl der Zimmerecken) oder Fotos Ihres Zimmers, wir rechnen Ihr Angebot sofort und unverbindlich. Unsere Spanndeckenfolie stammt aus Deutschland von dem renomierten Hersteller Renolit und wird in Frankenthal hergestellt. Diese Spanndeckenfolie erfüllt die Emissionsklasse A+.

Spezielle Lichteinrahmungen mit LED Seitenbeleuchtung und Wiederholungen der Möbel in der Spanndecke sind unsere Spezialität. Unsere Spanndecken sind kinderleicht zu reinigen und haben eine Lebenserwartung von über 30 Jahren. Wichtig! Planen Sie jetzt im Sommer den Umbau Ihres Wohnzimmers, somit sitzen Sie in der dunklen Jahreszeit wieder in Ihrem genial renovierten Raum.

Exposition: Entreprise Robin Schindera, Provinzialstr. 48, D-66740 Saarlouis- Lisdorf

heures d'ouvertures: lundi - vendredi 10-13 et 14-16:30h. Vous trouverez notre exposition à Sarrelouis, autoroute A620, sortie Lisdorf, après IKEA 1,5km sur la gauche. Email: contact@schindera.com

Entreprise Robin Schindera Allemagne: 0049 - (0)68 31 - 12 25 25 www.schindera.com

Entreprise Schindera SARL Stadtbredimus Luxembourg: 00352- 26 66 46 42 www.schindera.lu