

# 7 Days Lifestyle

By Lodi

23-04-2026

Valise en mode Sudoku : le hack qui fait voyager léger sans se compliquer la vie

La créatrice américaine Tory Burch célèbre l'artisanat marocain

Le Royal Mansour Casablanca lance les "Fashion Tea Time"

By Lodj



N° 51

# By Lodj iMAG

DEC  
12/25

**Voici les 12  
priorités  
des Marocains  
et Marocaines  
pour 2026**

**Quand  
la FIFA  
met  
la CAF  
hors-jeu**

**Les parfums qui  
ont marqué 2025  
et ceux qui  
feront sensation  
en 2026**

# QUI SONT CES ETRANGERS QUI SONT PARMIS NOUS ?

MAGAZINE 110% WEB CONNECTÉ & AUGMENTÉ EN FORMAT FLIPBOOK !  
version non-commerciale

# Valise en mode Sudoku : le hack qui fait voyager léger sans se compliquer la vie

**Une nouvelle méthode inspirée du jeu Sudoku cartonne sur les réseaux sociaux : elle promet de transformer la préparation de la valise en exercice logique pour voyager léger sans manquer de style.**

**Et si faire sa valise devenait enfin un moment presque satisfaisant, au lieu d'un stress de dernière minute ?**



LIFESTYLE

Entre les " je prends au cas où " et les "je ne vais jamais le mettre mais on ne sait jamais", nos bagages finissent souvent trop pleins... et pas forcément bien pensés.

Une nouvelle tendance venue des réseaux sociaux propose justement de remettre un peu d'ordre dans tout ça : la méthode du Sudoku.

## **Une valise pensée comme une grille logique**

Inspirée du célèbre jeu japonais, cette méthode transforme littéralement la préparation des bagages en exercice stratégique.

Le principe est simple : on choisit neuf pièces essentielles dans son dressing. Trois hauts, trois bas et trois pièces intermédiaires comme des vestes ou chemises.

Ensuite, on organise ces vêtements comme une grille de Sudoku. Chaque ligne mélange les catégories de manière cohérente : un haut avec un bas et une veste, puis d'autres combinaisons équilibrées suivent la même logique.

L'idée est de créer un système où chaque pièce fonctionne avec les autres, sans jamais "bloquer" un look. Résultat : on obtient une valise ultra optimisée, pensée comme un petit système autonome de tenues interchangeables.

## **Jusqu'à 27 looks sans surcharge inutile**

Là où la méthode séduit, c'est dans sa promesse très concrète : avec seulement neuf pièces bien choisies, on peut créer jusqu'à 27 tenues différentes.

De quoi couvrir plusieurs jours de vacances sans jamais donner l'impression de répéter la même tenue. Ce système permet aussi de voyager avec une valise cabine, ce qui change tout. Moins de poids à porter, moins de stress dans les transports, et surtout moins de temps perdu à hésiter chaque matin devant ses vêtements. Tout est déjà combiné, pensé et prêt à être porté.

On peut même aller plus loin en appliquant la même logique aux chaussures ou aux accessoires, pour un dressing de voyage encore plus structuré.

## **Voyager plus léger, mais aussi plus malin**

Au fond, cette tendance dit quelque chose de très actuel : l'envie de simplifier sans renoncer au style. Dans un quotidien où tout va vite, même les vacances deviennent un terrain d'optimisation. Moins de pièces, mais plus de combinaisons.

Moins d'encombrement, mais plus de liberté. Au Maroc, où les escapades de dernière minute sont presque une tradition — entre une virée à la plage, un week-end à la montagne ou un city break improvisé — cette méthode trouve facilement sa place.

Elle permet de partir sans trop réfléchir, mais sans jamais se sentir limité une fois arrivé.

Et si finalement, le vrai luxe en voyage, ce n'était pas d'emporter plus... mais de mieux choisir ?



## Four encrassé : l'astuce inattendue de la mousse à raser

Face à une graisse incrustée difficile à éliminer, les solutions classiques comme le vinaigre blanc ou le bicarbonate montrent parfois leurs limites.

Une alternative surprenante se démarque : la mousse à raser, capable de dissoudre les résidus en une trentaine de minutes grâce à sa composition légèrement alcaline. Appliquée sur les parois froides du four, elle permet de décoller les salissures sans effort excessif. Cette méthode reste surtout efficace sur les dépôts récents ou modérés.

Pour les cas plus tenaces, des solutions comme les cristaux de soude peuvent être nécessaires.

## Une pince à linge pour parfumer toute votre maison

### La pince à linge anti-odeurs

Déposez quelques gouttes de parfum ou d'huile essentielle sur une pince à linge en bois. Accrochez-la ensuite sur une grille de ventilation, un ventilateur ou même un rideau.

L'air en mouvement va diffuser doucement le parfum dans la pièce. L'effet est discret mais constant, sans être entêtant.

Une solution simple pour parfumer son intérieur sans bougies ni sprays.



## L'astuce du papier toilette dans le réfrigérateur pour une cuisine qui sent bon

Aussi étrange que cela puisse paraître, un rouleau de papier toilette peut absorber les mauvaises odeurs du frigo.

Placé discrètement sur une étagère, il capte l'humidité et les odeurs persistantes. Le résultat est progressif mais efficace, surtout dans les petits espaces fermés.

C'est une alternative économique aux désodorisants classiques. Une astuce inattendue qui intrigue... mais qui fonctionne.



# Brèves Lifestyle



## Voici pourquoi les mouches reviennent toujours chez vous

Si les mouches envahissent la cuisine au printemps, ce n'est pas un hasard mais une combinaison de facteurs invisibles. L'éponge humide près de l'évier, les résidus alimentaires ou les odeurs légères créent un environnement idéal pour les attirer.

L'humidité, la chaleur et la lumière renforcent encore cet effet en transformant certaines zones en véritables aimants. Même avec un intérieur propre, des détails comme une poubelle mal fermée ou un siphon peu entretenu suffisent à les faire revenir. En corrigeant ces petites habitudes et en limitant les points d'entrée, il devient possible de réduire durablement leur présence.

## La créatrice américaine Tory Burch célèbre l'artisanat marocain

La créatrice américaine Tory Burch dévoile une nouvelle collaboration avec la coopérative marocaine Doum For Women pour sa collection printemps-été 2026.

Cette initiative met en lumière le savoir-faire artisanal de près de 250 femmes basées à Marrakech, notamment à Tougana.

Pièce phare, le cabas « Ella » incarne une alliance entre luxe et techniques traditionnelles, comme le tissage de fibres naturelles.

Au-delà de la mode, le projet soutient l'autonomisation économique des artisanes.

Une collaboration qui valorise à la fois patrimoine, transmission et engagement social.



## Il est soupçonné d'avoir gagné des milliers de dollars en remplaçant des Lego par... des pâtes

En Californie, un homme de 28 ans est accusé d'avoir monté une arnaque originale autour des produits Lego. Il achetait des boîtes prisées, remplaçait leur contenu par des pâtes crues, puis les retournait en magasin pour se faire rembourser. Le stratagème lui aurait permis de gagner environ 30.000 dollars.

Selon la police, les pâtes imitaient le bruit des briques en secouant la boîte, rendant la fraude difficile à détecter. L'affaire s'inscrit dans un marché parallèle de Lego de collection de plus en plus lucratif.



# Secrets, stress et tête pleine : quand ce qu'on garde pour soi finit par nous peser

**Et si ce n'était pas ce que vous vivez,  
mais ce que vous gardez pour vous,  
qui vous fatigue le plus ?**

**Les secrets, même anodins, peuvent  
peser lourd sur le mental et nourrir un  
stress silencieux au quotidien.**

***"Ne le répète à personne..."***



On a tous déjà reçu ce fameux message qui commence par "ne le répète à personne...". Et parfois, sans même s'en rendre compte, on se retrouve avec une information qui colle à la peau, tourne en boucle dans la tête et transforme une simple confidence en véritable charge mentale.

Et si nos secrets, même les plus banals, étaient en train de nous fatiguer plus qu'on ne le pense ?

## **Le poids invisible de ce qu'on ne dit pas**

Dans notre quotidien hyperconnecté, on parle beaucoup, on partage beaucoup... mais on garde aussi énormément pour nous. Et ce silence n'est pas neutre.

Des recherches récentes en psychologie montrent que le simple fait de décider de ne pas révéler une information suffit à créer un "secret" dans notre esprit. Pas besoin de le dire à quelqu'un pour qu'il commence déjà à nous influencer. Ce qui rend le phénomène intéressant, c'est que le secret ne reste jamais vraiment au repos. Même quand on pense à autre chose, il revient par vagues, un peu comme une pensée intrusive.

On essaie de l'enfouir, mais il remonte sans prévenir, surtout dans les moments de fatigue ou de calme. Résultat : une sensation de surcharge mentale, parfois difficile à expliquer.

Et contrairement à ce qu'on pourrait croire, il ne s'agit pas seulement de secrets "graves".

Une émotion non exprimée, une opinion retenue, une vérité qu'on n'a pas osé dire à un proche... tout cela peut s'accumuler. Certaines personnes vivent même avec une dizaine de types de secrets différents sans s'en rendre compte.

## **Quand le cerveau tourne en boucle**

Le vrai problème ne vient pas uniquement du secret lui-même, mais de la manière dont il occupe l'esprit. Le cerveau adore revisiter ce qu'il ne peut pas résoudre.

Et plus on tente de ne pas y penser, plus il revient. C'est un peu comme essayer de ne pas penser à une chanson qu'on a entendue le matin : elle finit toujours par revenir en fond sonore.

Ce mécanisme peut générer du stress, une sensation d'inconfort, voire une impression de décalage avec soi-même.

On sourit en public, mais à l'intérieur, une partie de nous reste accrochée à ce qu'on ne peut pas dire. Petit à petit, cela peut aussi influencer nos relations, en créant une distance invisible avec les autres.

Pourtant, partager n'est pas toujours la solution magique. Tout dire, à tout le monde, n'apporte pas forcément du soulagement.

Parfois, mal choisir la personne à qui on se confie peut même amplifier le malaise. C'est là que le secret devient un vrai équilibre à gérer, entre protection de soi et besoin de se libérer.

## **Apprendre à alléger sans tout dévoiler**

La bonne nouvelle, c'est qu'il existe des façons de rendre ce poids plus léger sans forcément tout révéler. Certains experts parlent d'un travail mental qui consiste à donner du sens à ce que l'on garde pour soi. En clair, se demander pourquoi on garde ce secret, ce qu'il protège, et ce qu'il éviterait de blesser.

# L'évènement de la semaine



**Le Royal Mansour Casablanca lance les "Fashion Tea Time" :**

**un événement de mode et de gastronomie**



Le Royal Mansour Casablanca annonce le lancement des "Fashion Tea Time", une série de rendez-vous bimensuels qui se dérouleront dans son Patio. Ce nouveau format allie défilés de mode et offre de restauration autour du tea time.

Ces rencontres, organisées à chaque édition, présenteront les créations de divers designers, accompagnées d'un menu savoureux composé de mets sucrés et salés. Un temps d'échange sera également prévu après l'événement, permettant aux invités de découvrir les collections en boutique.

Première édition avec Albert Oiknine et Blue Jasmine

La première édition, prévue pour le 25 avril 2026, mettra à l'honneur le créateur Albert Oiknine, qui dévoilera une sélection de ses œuvres. La maison de joaillerie Blue Jasmine participera également à cette première édition avec une collection exclusive conçue pour l'occasion, inspirée de l'architecture Art déco de Casablanca.

Ce nouveau rendez-vous s'inscrit dans une programmation qui se poursuivra dans les mois à venir, avec la participation de plusieurs créateurs.

**Rappelons que ce premier "Fashion Tea Time" se tiendra le 25 avril à 16h30, au Patio du Royal Mansour Casablanca, au tarif de 480 dirhams par personne.**

*Cliquer sur l'image afin de continuer la lecture*

By Lady



QUAND L'INFO  
PREND DU SENS

**DEBATS**

[www.pressplus.ma](http://www.pressplus.ma)

**كتاب الرأى**