



FOOD, COSMÉTO...

LES SUPER ALIMENTS SONT PARTOUT

BAIES D'AÇAÏ, MORINGA OU GRÉNADE... CES INGRÉDIENTS ULTRA RICHES EN MICRONUTRIMENTS SONT PARÉS DE TOUTES LES VERTUS PAR LES NATUREOPATHES ET LES COSMÉTOLOGUES. UNE APPROCHE GLOBALE DE LA BEAUTÉ ? ON FAIT LE POINT.

PAR FANNY GALBRA

BONNE MINE ET ÉNERGIE
LES 15 SUPER ALIMENTS À ADOPTER

CUISINER SANS GRAS
LES ASTUCES DE JEAN-FRANÇOIS PÉGE

SPECIAL CHAUSSURES
SANDALES, MULES, ESCARPINS...
TOUS NOS MODÈLES FAVORIS DES 65 EUROS

ELLE ILLUMINE LA COMÉDIE DU PRINTEMPS
VIRGINIE LEDOYEN REVIENT !

DECO
JOUER LA COULEUR SANS FAUX PAS

ENQUÊTE
OÙ ÉTAIENT LES FEMMES EN MAI 68 ?

elle.fr



5 IDÉES POUR BOOSTER MES REPAS

LES BAIES DE GOJI
Leurs pigments neutralisent les toxines produites par les cellules graisseuses. 1 cuil. à café dans les céréales du matin ou les salades de fruits. A préférer bio, non sucrées ni confites. Natural Mojo, 12,99 € les 180 g sur naturalmojo.fr.

Vivre mieux
JE RETROUVE CONFIANCE EN MOI APRÈS UN COUP DUR

Nouveau
de vie saine de témoignages de conseils

L'ÉPILATION FACILE
MÊME POUR LES DOUILLETES

Déco
Le retour des motifs fleuris

CUISINE INDIENNE
DES PLATS SIMPLES ET ENVOYANTS

21 MENUS ORIGINAUX MINCEUR

12 SOIGNEZ VOTRE LIGNE

Body Shape Natural Mojo

Sculpez votre silhouette selon vos objectifs grâce à ces shakes protéinés faciles à préparer avec du lait (par exemple lait végétal d'amandes ou de soja), riches en superfoods et boosters d'énergie, qui ont en plus des propriétés détoxifiantes et antioxydantes. Contenant moins de calories qu'un repas traditionnel, ces substituts se déclinent en plusieurs saveurs: chocolat, vanille, banane, coco, fruits rouges...

à partir de 39,99 € le pot de 480 gr, naturalmojo.fr

356 CONSEILS POUR ÊTRE BIEN DANS SON CORPS

ARIA CRESCENDO
SA MÉTHODE WARRIOR YOGA POUR ÊTRE HEUREUSE

13 WODS POUR TOUT MUSCLES

60 MINUTES PAR JOUR SUFFISANT !
HIT, YOGA, MENTAL: LES SECRETS DE LA FORME DE LEONA RICHARDS

DOSSIER DORMEZ MIEUX
Vous allez revivre !

+ Mangez sain et pas cher
Votre plan d'épargne FOOD

SEXE
Tout doux? Plus fort? C'est selon l'humeur

BEAUTÉ
Cheveux roses, bleus, silver... Faites-vous remarquer!

LA BONNE ÉNERGIE EST EN NOUS

COMMENT S'EN SERVIR À 100%
+ Bonus
Moins je me plains, mieux je me porte

SPECIAL HOMMES
Des fourneaux aux réseaux, ils nous font des surprises
+ Top secret: ce qu'il veut savoir sur nous

avec cardamome, bruyère et feuille d'ortie. Puritea, naturalmojo.fr

11. TAPIS DE BAIN, en forme d'avocat, 45x60 cm, Sans & Belle, minimal.fr
12. BROCHÉ en forme de croissant, brodée à la main, 2 x 2,4 cm, Macon & Lesquoy
13. APPAREIL À POP CORN, à l'air chaud et sans matière grasse, Russell Hobbs.

PURITEA
GREEN TEA DETOX
25 €

HEIDI KLUM ET TOM KAULITZ
Le mariage, c'est étonnant!

Cyril Lignac
De plus en plus amoureux!

PHOTOS EXCLUSIVES

Avec Marine, c'est du sérieux ! La jolie blonde s'est même installée chez lui. Cette fois-ci, le top chef est prêt à se caser...

Special PRINTEMPS

25 RECETTES FRAÎCHEUR DE SAISON

20 IDÉES CRÉATIVES

Je me libère des allergies grâce aux médecines d'

On boit quoi avec ?

Un thé. Oui, mais un happy tea bienfaisant, avec de la réglisse anti-cholestérol, de la vanille régulatrice d'appétit, du gingembre boosteur du système immunitaire, et du maté stimulant du métabolisme. Un allié perte de poids, à déguster chaud, froid, ou mixé à un jus de fruit frais.

ActiTea, 100 g, 29,99 €, NaturalMojo

SUPERFOOD EXPRESS
Vegan, sans gluten ni lactose, ces poudres se diluent dans l'eau en boissons dynamisantes aux fruits rouges, belle peau à la spiruline. Délicieuses aussi dans un yaourt nature. Daily Greens, Natural Mojo, dès 29,99 € sur Naturalmojo.fr.

FORME
Mincir après 50 ans
Facile, avec notre programme!

PSYCHO
Les enfants quittent le nid, on démarre une nouvelle vie

À LIRE
Le secret de Doria Becker
L'émouvante histoire d'un top model

SANTÉ
Non à nos petites douleurs!

De beaux compliments
« Tu es parfaite comme tu es ! »
Selon un sondage réalisé en février dernier auprès de plus de 4 800 jeunes femmes de 18 à 35 ans, c'est le compliment qu'elles aimeraient entendre pour illuminer leur journée. Suivent « Tu es absolument sublime » et « Chaque jour passé avec toi mérite d'être fêté ».

Cuisine
Volaille, poisson, légumes
Les brochettes sont à la fête !



serengo

Gagnez Fruity Slim, de Natural Mojo

Par La Rédaction



RUNNER'S WORLD

slowly Veggie!



TEA FOR YOU

L'instant thé, pour vous, c'est sacré? Rendez-vous avec Beau Tea, Puri Tea et Activo Tea, les derniers de Natural Mojo. Ces thés ou infusions sont riches en fruits et en super-aliments... L'idéal pour prendre soin de soi et se régaler. Happy Tea, à partir de 24,99 € les 100 g, Natural Mojo.



Le thé est généralement bon pour le corps, et favorable à la lutte contre certaines maladies comme le cancer ou le diabète. Il a donc un pouvoir antioxydant grâce aux polyphénols présents dans cette boisson, qui servent à neutraliser les radicaux libres en trop dans l'organisme, ce qui évite notamment le vieillissement prématuré des cellules et les régénère naturellement. Il contient également de nombreuses vitamines comme la vitamine E et B, tout aussi bénéfiques pour notre corps.

Il en existe des centaines de variétés différentes, pour tous les goûts, chacune avec ses bienfaits. Des marques comme Natural Mojo proposent des thés riches en super-aliments, sous forme de **colfort réunissant trois thés bien-être** avec des infusions fruitées, dont une au thé vert remarquable.

VOGUE

VOGUE HOMMES BEAUTÉ

4 boissons à siroter avant ou après l'effort pour booster ses performances

Parce qu'elles assurent le plein d'énergie, stimulent les muscles, favorisent la récupération et compensent la perte en minéraux liée à l'effort, ces 4 boissons vont vite s'imposer comme les nouveaux indispensables des sportifs avisés.

Par Marie Blaise le 15 Mars 2018



1 Workout Booster de Natural Mojo

CONCOURS

Concours : 10 boîtes de Happy Tea Natural Mojo à gagner!

01 MARS 2018 - 19 01



Actu Beauté

Les dernières tendances Beauté, Bien-être et Forme

J'ai testé les super-aliments au petit déjeuner!

Nutrition > Compléments nutritionnels > J'ai testé les super-aliments au petit déjeuner!



Végétarienne et conseillère hildégardeenne, le mode de vie de mélanie Schmidt-Limaann est à 100 % veggie-hildégardeien. Experte en naturalité pour Activo Beauté et Nos Rumbinis, Mélanie vient de découvrir la marque berlinoise de superfood (super-aliments) Natural Mojo dont la devise est #healthyhappy et elle sonne son avis sur le produit True Beauty qu'elle a testé.

Femme actuelle HELLOCOTON

Points de Vente



NATURAL MOJO Super-aliments

Créée en 2015 à Berlin, Natural Mojo débarque en France et propose ses produits sur son site marchand. La marque de superfoods à base de super-éléments comme la spiruline, le camu-camu ou l'argousier propose 3 gammes 100 % naturelles. Les Daily Greens, sous forme de poudre à mélanger de l'eau avec le Berry Boost pour faire le plein d'énergie ou le True Beauty à la grenade, noix de coco et bambou pour faire l'éclat de la peau. La gamme Body Shape, riche en superfoods et protéines faciles à préparer avec du lait, végétal par exemple, en substitut de repas (4 références). Ces deux gammes se préparent en une minute dans un shaker. Et, enfin, les Happy Tea, thés et infusion riches en super-aliments (3 références).



Quand healthy rime avec happy

Natural Mojo vous propose une gamme riche et variée de produits innovants qui exploitent le pouvoir des super aliments.



Très en vogue, les super aliments (superfoods) commencent à envahir nos assiettes et s'intègrent de plus en plus à un mode de vie sain. La cause : premièrement, nous sommes de plus en plus nombreux à vouloir une alimentation saine et équilibrée et, nos fruits, nos légumes et nos céréales sont plus pauvres en nutriments. Les superfoods sont les rois incontestés des vitamines et la meilleure réponse face à l'appauvrissement des principaux aliments de base.

Soucieux de notre santé, Natural Mojo a décidé d'apporter une solution simple et savoureuse pour tous. Créée en 2015, à Berlin à très vite répandue sa devise "Healthy is happy" à travers le monde.

La marque berlinoise a élaboré des gammes permettant de booster le quotidien de chacun.

Il y a les daily greens. Ils sont parfaits pour maintenir une habitude healthy (saine) au quotidien. Cette gamme peut vous accompagner tout au long de la journée. Ils raviveront l'éclat de votre peau, stimuleront la pousse de vos cheveux, renforceront vos ongles, vous aideront à éliminer les toxines accumulées ou vous aideront à faire le plein d'énergie. En plus, ils sont 100% vegan, sans gluten et sans lactose.



MON BIEN-ÊTRE Recettes

Couleur & énergie dans mon assiette!

Aux bons jours, pour se faire du bien, rien de mieux que de mettre de belles couleurs dans nos assiettes pour faire le plein de vitamines et de super-aliments. Voici quelques idées colorées aussi gourmandes que diététiques. Le plaisir sans les kilos!

1- VIVE LES SUPER-ALIMENTS!

La grande tendance food se dirige vers le bon, l'essentiel et tout ce qui améliore notre santé au quotidien. Une solution parfaite parce que c'est une évidence, on est ce que l'on mange.

Natural Mojo, qui offre des compléments alimentaires et thés sains à base de super-aliments, a conçu des recettes simples pour permettre à tous de retrouver les super-aliments tout au long des repas quotidiens. Voici 4 recettes simples, saines et savoureuses élaborées par des spécialistes de la nutrition. Elles sont conçues pour apporter tous les nutriments et vitamines dont notre organisme a besoin au quotidien. Une solution parfaite pour adopter un mode de vie équilibré sans se priver.

Smoothie classique au Berry Boost

INGRÉDIENTS

- 200 g de baies rouges (framboises)
- 100 g de baies bleues (myrtilles)
- 20 g de jus de citron
- 1 cuillère à soupe de sirop d'agave
- 1 litre de lait végétal

PRÉPARATION

- Mixer tous les ingrédients.
- Mettre le sirop d'agave dans un verre.
- Remixer!



Biscuits protéinés aux superfoods

INGRÉDIENTS

- 100 g de farine de blé
- 100 g de farine de sésame
- 100 g de farine de pois chiches
- 100 g de farine de lupin
- 100 g de farine de riz
- 100 g de farine de maïs
- 100 g de farine de millet
- 100 g de farine de sorgho
- 100 g de farine de quinoa
- 100 g de farine de tournesol
- 100 g de farine de lin
- 100 g de farine de chanvre
- 100 g de farine de coco
- 100 g de farine de noix
- 100 g de farine de noisette
- 100 g de farine de pistache
- 100 g de farine de noix de pécan
- 100 g de farine de noix de cajou
- 100 g de farine de noix de macadamia
- 100 g de farine de noix de galle
- 100 g de farine de noix de hickory
- 100 g de farine de noix de bûche
- 100 g de farine de noix de pécan
- 100 g de farine de noix de macadamia
- 100 g de farine de noix de galle
- 100 g de farine de noix de hickory
- 100 g de farine de noix de bûche

PRÉPARATION

- Mixer tous les ingrédients.
- Mettre le sirop d'agave dans un verre.
- Remixer!



ABC féminin

Tout le pouvoir des supers-aliments pour le bien-être de tous avec Natural Mojo

Des produits innovants à base de superfoods pour améliorer votre alimentation quotidienne, c'est la promesse de la marque allemande Natural Mojo. Convaincue que la clé d'un esprit sain réside dans la consommation d'une alimentation saine, sa devise est #healthyhappy. C'est quoi un super-aliment ?

Les super-aliments (ou superfood) sont des légumes, des fruits ou même des plantes dont les bienfaits seraient supérieurs aux autres aliments classiques.

De nombreuses études scientifiques valident ce propos.

Les super-aliments, 100% naturels et réputés pour leurs vertus alimentaires, pourraient même aider à lutter contre certaines maladies.

Ils sont riches en antioxydants et apportent à l'organisme un fort taux de protéines et de vitamines.



Natural Mojo, la clé d'une alimentation saine

LA CLÉ D'UNE ALIMENTATION SAINE | LA CLÉ D'UNE ALIMENTATION SAINE

Natural Mojo est une alimentation saine pour tous créée à Berlin en 2015.



En détail selon communiqué

Natural Mojo utilise des superfoods régionaux tous du monde entier. Quatre règles d'or sont respectées:

- La sélection exclusive d'ingrédients naturels
- L'exigence de qualité et le strict respect des normes européennes
- La combinaison de plusieurs super-aliments pour un excellent résultat
- Priorité à la fraîcheur et donc au goût. L'ensemble des produits sont très faciles à préparer en moins de 60 secondes avec un shaker.

