

news

MORINGAGE DE QUALITÉ

Superman n'a qu'à bien se tenir : un nouveau superhéros entre sur le ring, et son nom est Moringa. Une plante qui pousse en milieu tropical, dont les Cambodgiens raffolent. Ils savent ce qu'ils font, puisque 100 g de feuilles séchées de moringa valent 400 g de viande (pour les protéines), trois bananes (pour le potassium), trois oranges (pour la vitamine C), 2,5 kg d'épinards (pour le fer)... Bref, souvent imité, jamais égalé ! Comment en goûter les bienfaits ? En essayant les infusions de la marque française Another Tree : des



feuilles séchées entières, et c'est tout. Aucun intermédiaire de la graine jusqu'au consommateur, et une production en lien direct avec un fermier local qui connaît à fond la terre cambodgienne : c'est ça qu'on aime. Tchou ! www.anothertree.com

RIEN DE RIEN, JEÛNE REGRETTE RIEN

En juillet, des centaines de personnes se rassembleront pour ne pas manger ensemble. Le jeûne ? Une mise au repos du système digestif, une détox tout ce qu'il y a de plus naturel pratiquée depuis la nuit des temps. Bernard Clavier, initiateur de la Croisade pour la Santé – le plus grand rassemblement de jeûneurs au monde, qui comprend des conférences, des ateliers thérapeutiques et des randonnées – s'est lui-même guéri grâce au jeûne. Ce prof de yoga-pianiste-photographe-pilote d'avion et créateur de la première monnaie locale espagnole... précise que la Croisade pour la Santé ne sera pas (juste) un stage de jeûne, mais un « événement militant et éducatif » pour briser les dichés. Les Croisades de la Santé, du 14 au 28 juillet au centre Ahmara Oas (Gironde sur le Droz). www.croisadepourlasante.org



MATE ÇA

En 2018, le thé matcha a entamé un règne suprême au royaume des superaliments. Star des superfoods, dieu des cures détox, le voici matérialisé sous un nouvel avatar : une boisson pour sportifs – ou plutôt, trois. Et c'est la jeune marque française Mé-Mé ("mé" signifie bourgeon en japonais) qui les prépare dans sa cuisine ! Des trois boissons, celle à la menthe est endurante, celle à l'eau d'érable est énergisante et la troisième, à l'eau de bouleau, vous réhydrate après un trail ou une séance de yoga bikram. Le petit plus ? Contrairement aux boissons de sport classiques, celles de Mé-Mé sont très peu sucrées : leur bon petit goût vient du sucre de raisin, un sucre lent à l'indice glycémique faible. Vous en voulez encore ? Mé-Mé est bio, sans conservateurs ni additifs ! Adjugé, vendu. www.meme-sport.com



ÉLÉMENTAIRE

Entièrement dédié au bien-être physique, émotionnel et énergétique, le centre Élément est un lieu hybride au croisement de la high-tech et des méthodes ancestrales : une bulle de sérénité où aucun détail ne passe à la trappe : air ionisé, eau dynamisée, caméra électrophotique permettant de visualiser les niveaux énergétiques du corps (et de composer une musique thérapeutique personnalisée), salle de pratique en chêne brut protégée des ondes électromagnétiques... Sy déroule une programmation exigeante de yoga, qi gong et Pilates. C'est un vrai petit laboratoire expérimental du bien-être qui vient de voir le jour à Paris, et ce lieu – encore sans équivalent en France – est la promesse d'un voyage renversant vers un état modifié de conscience. 7 rue de Guillemites, 75014. www.lecentre-element.com

