

12 blogueuses qu'on aime



On suit leurs aventures, **on leur pique, à l'occasion, astuces, idées sympa ou recettes.** Les blogueuses, entre bonnes copines et trend-setteuses (malgré la dimension parfois commerciale), restent **une précieuse source d'inspiration.**

Texte Michèle Rager / Coordination Anne Deflandre / Illus Shutterstock

DANS LES CASSEROLES (HEALTHY) DES FILLES

L'art de bien manger

Ariane est diététicienne, gourmande, curieuse et épicurienne. Elle fournit donc des astuces cuisine et minceur éclairées. On déguste ses anecdotes vécues en consultation, ses plans pour manger bien et pas cher, ses idées de petits plats rapides à réaliser. Son credo (devenu le titre de son livre récemment paru) donne encore davantage envie de la suivre: «La gourmandise ne fait pas grossir!» ariane.blogspot.com

A la recherche d'un dessert sans gluten?

Maya, belge expatriée en France, adore cuisiner mais surtout partager ses bonnes recettes santé et gourmandes. On savoure ses récits où elle n'épargne pas ses ratages (ouf, on se sent moins nulle) et on applaudit les nombreuses explications «pas à pas» enrichies de multiples photos. Parce que dix clichés valent souvent mieux que cent explications... Bon à savoir: elle utilise de la farine sans gluten car son fils est allergique. www.atableavecmaya.com

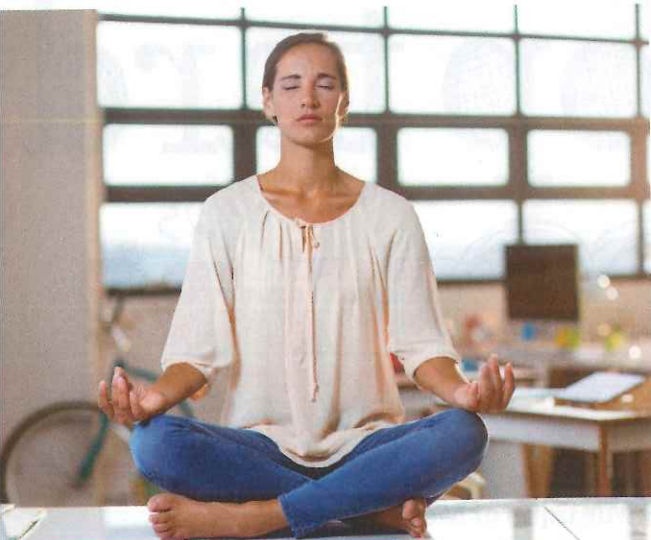
Végé-attitude

Stéphanie est végétarienne, avec des tendances végétaliennes... Mais pas de panique! Elle ne tente d'embrigader personne, et n'émet pas de jugements. En revanche, elle n'hésite jamais à partager ses bonnes idées (miam, son «miel» de pommes sans miel et ses desserts sans graisses!) ainsi que son soleil d'Italie. lafeestephanie.blogspot.it

La ligne gourmande

On trouve ici des recettes, autant salées que sucrées, en mode allégé mais aussi vegan, sans gluten, sans lactose... Celles qui nous ont fait le plus rêver? Des barres chocolatées, des brioches, des confitures et même des desserts de fête. lalignegourmande.fr





Mathilde fait du yoga

Cette Française expatriée aux Etats-Unis explique clairement sa passion pour cette discipline (dont elle est devenue prof) mais aussi pour la méditation. On parcourt avec bonheur l'histoire de ses expériences, ses quelques recettes saines et surtout ses vidéos illustrant comment réaliser les postures les plus célèbres. Même si elle n'alimente plus son blog aujourd'hui, il reste intéressant à consulter. yoga.maathildee.com

Un running sinon rien

Vous n'avez pas le courage de décoller de votre canapé? Avec son ton énergique et ses photos qui font rêver, Anne vous donne envie d'enfiler illico vos baskets. Elle est fan de course à pied, jamais avare en bons conseils sport au féminin (Comment bien débiter? Faire du sport quand on a ses règles, etc.). Et comme elle est aussi addict de mode, elle montre sa silhouette musclée et fashion. Ce qui nous incite encore plus à la suivre en courant! www.annedubndidu.com

Complètement fraisy

Le titre du blog et le style retrouvé à chaque page constituent les meilleurs remèdes antiraplapla! Celle qui se définit elle-même comme une fraise complètement crazy est d'abord une sportive convaincue qui se nourrit bien. On adore évidemment son humour et son peps contagieux. Mais on passe vite fait les parties où elle incite de manière un peu trop enthousiaste à acheter divers produits forme et minceur. completementfraisyy.com

ON BOUGE!



ON SE MET AU VERT

Le graal du zéro déchet

Avec son nom savoureux et son ton sympa, ce blog ne peut pas nier son origine! Curieuse, on entame la lecture... et on ne s'arrête plus: il explique comment viser l'écologie via mille petites habitudes à améliorer. Et ce, tant dans le respect de l'environnement, les recettes de cuisine que, surtout, grâce au zéro déchet raconté et vécu par une famille bruxelloise. zerocarabistouille.be

Tout pour la planète!

Si vous aimez les blogs surchargés, passez votre chemin! Ici, tout est zen, sobre, esthétique... et 100 % écolo. Hélène, ingénieure agronome, y parle de recettes (bio et végétariennes), de mille gestes quotidiens pour vivre en harmonie avec la nature: beauté, entretien du linge, de la maison, le tout saupoudré de petites réflexions très personnelles... green-me-up.com



Mise au vert

Pas moyen de s'ennuyer ici, tant le contenu est varié: de la beauté, de la cuisine, des explications pour réutiliser divers objets, des billets d'humour... Le tout suivant un fil rouge: la consommation responsable. Ce qui inclut la protection de l'environnement, le bio, le recyclage... Prévoyez quelques heures pour tout découvrir, le blog (intitulé par Marie-France, son auteur, «Laboratoire pour partager mes expériences de vie») est généreux! Mais tout est bien classé! www.savethegreen.fr/blog

ET ENCORE...

On se développe avec Odile

Les pages d'Odile fourmillent de pépites. Même si le blog se définit comme «lifestyle et beauty», on préfère nettement ses articles relatifs au développement personnel et ses conseils en organisation. Sans oublier ses DIY (Do It Yourself) particulièrement bien illustrés. www.odilesacoche.be

Ecolo made in Bruxelles

Bruxelloise et écolo, Déborah mise sur le vert tous azimuts: beauté, alimentation, entretien... On copie ses trucs pour réaliser ses propres produits ménagers «amis de la planète» et on approuve son engagement passionné pour l'environnement. www.littlegreenbee.be