

Propolis verte, collagènes marins 2.0 & magnésium bioactif, les nouveaux compléments alimentaires Coups de Cœur de la Rédaction

Avec le retour des beaux jours, notre peau, nos cheveux et notre énergie ont besoin d'un petit coup de pouce. La rédaction a sélectionné pour vous des compléments alimentaires nouvelle génération pour accueillir le printemps en pleine forme. Focus sur cinq pépites bien-être qui font rimer efficacité avec naturalité, pour soutenir un mode de vie sain et équilibré au quotidien.

Bain de Minuit de la marque Apnée, le collagène chic et clean

Apnée, est une marque française engagée et pionnière du collagène nouvelle génération. Pensés pour celles et ceux qui veulent révéler leur beauté de façon naturelle, ses compléments alimentaires intelligents « Bain de Minuit » combinent science, sensorialité et efficacité.

La formule

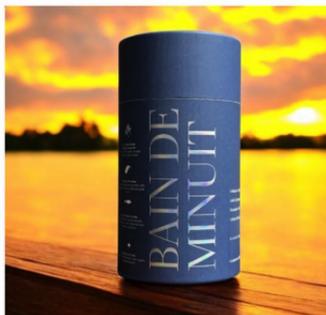
Bain de Minuit propose une formule ultra-dosée avec 10g de collagène marin hydrolysé de type I (2000 Daltons), enrichie en acide hyaluronique et en vitamines C et E. Ce trio d'actifs cible en profondeur la fermeté de la peau, l'atténuation des rides, l'élasticité, l'éclat du teint et le renforcement des cheveux et des ongles. Autrement dit, un soin global, de l'intérieur.

La gamme

Disponible en sticks pratiques au goût subtil (yuzu basilic, cacao chicorée, goût neutre...) ou en version bouillon salé detox (brocoli, carotte, céleri), Bain de Minuit casse les codes du complément beauté. On adore sa versatilité, qui permet d'intégrer facilement cette cure dans n'importe quelle routine quotidienne, sucrée ou salée.



Bain de Minuit sticks sucrés d'Apnée @ Julie Strina



Bain de Minuit bouillon salé d'Apnée @ Julie Strina

La promesse

Les résultats sont visibles dès 4 à 8 semaines, selon des tests cliniques probants. Ajoutez à cela une fabrication 100 % française, une pêche responsable et zéro ingrédient controversé, et vous obtenez une formule clean et puissante, parfaitement dans l'air du temps. Bain de Minuit d'Apnée séduira celles et ceux qui veulent prévenir ou corriger les signes de l'âge, retrouver une peau repulpée, un teint lumineux et un vrai confort articulaire, naturellement.

Valebio, le collagène marin à boire qui allie efficacité, naturalité et traçabilité

Née d'une aventure humaine entre trois amis passionnés de nutrition, Valebio s'est imposée en quelques années comme une référence dans l'univers des compléments alimentaires naturels. Aujourd'hui, la jeune marque marseillaise signe un sans-faute avec son collagène marin en poudre, un best-seller plébiscité aussi bien en pharmacie que sur son e-shop.

La formule

Formulé à partir de poissons sauvages issus de la pêche durable, ce collagène 100 % français se distingue par sa traçabilité exemplaire et son efficacité cliniquement prouvée. Son secret ? Des peptides de collagène hydrolysé à bas poids moléculaire, pour une absorption rapide et des résultats visibles sur la peau, les cheveux et les ongles.

La gamme

Disponible en trois versions ciblées, Anti-Âge*, Articulaire** ou Absolu***, il répond aux besoins variés des peaux en quête de fermeté, des articulations sensibles ou simplement de vitalité globale. Facile à intégrer dans le quotidien, il se dilue sans effort dans un jus, un café, ou même une recette de smoothie ou de gâteau. Décliné en arômes subtils****, ce complément clean et sensoriel incarne la vision Valebio avec des formules simples, accessibles, et profondément ancrées dans la médecine préventive.

*avec élastine, **avec ortie, *** neutre, ****poivre, pêche, citron-menthe



Collagène Marin Elastine & Vitamine C de Valebio @ Julie Strina



La propolis verte de Propolia, l'alliée immunité venue du Brésil

Pionnière française dans les trésors de la ruche, Propolia enrichit son expertise historique autour de la propolis brune en lançant deux références d'exception à base de propolis verte bio purifiée. Encore peu connue en Europe, cette variété rare est récoltée par les abeilles sur le Baccharis dracunculifolia, une plante médicinale endémique des forêts sauvages du sud du Brésil.

Deux formules ultra concentrées et clean

Propolia élabore ses formules à partir d'un procédé exclusif d'extraction et de purification. Elles sont garanties 100 % propolis verte bio, sans gluten, sans additifs, pour une action douce, naturelle et efficace.

La gamme

Propolia propose sa propolis verte sous deux formes, une teinture mère et des gélules végétales.

La teinture mère

La teinture mère, concentrée à 21 %, soit 70 mg de propolis par pipette, est idéale en cure liquide pour apaiser la gorge, soutenir l'organisme pendant les changements de saison ou en complément d'un traitement médical exigeant.

Les gélules végétales

Les gélules végétales, quant à elles, sont dosées à 42 %, soit 150 mg par gélule. Elles sont adaptées aux adultes comme aux enfants dès 3 ans, pour une cure pratique et ciblée sur 15 à 30 jours.



La promesse

Ce super-actif naturel, ultra-pur, est reconnu pour sa teneur exceptionnelle en Artepilline C, un composé aux puissantes propriétés anti-inflammatoires, antioxydantes et antibactériennes, aujourd'hui au cœur de nombreuses études cliniques pour son rôle dans le renforcement des défenses immunitaires et la prévention du vieillissement cellulaire. Une vraie révolution dans le monde de la phytothérapie, qui confirme la place de Propolia comme référence incontournable en matière de compléments alimentaires naturels.

Les nouveaux collagènes marins de Superdiet, pour un soutien de la beauté, de la mobilité et du capital osseux

Acteur historique du complément alimentaire naturel, Superdiet enrichit sa gamme de compléments alimentaires avec quatre nouvelles références à base de collagène marin, pensées pour accompagner le corps dans toutes ses dimensions, confort articulaire, santé osseuse, récupération et beauté.

Les formules

Chaque formule délivre une dose optimale de 10g de collagène hydrolysé à faible poids moléculaire*, associée à des actifs marins, végétaux et des vitamines soigneusement sélectionnés pour leur efficacité ciblée.

**pour une assimilation favorisée*

La gamme

La Rédaction a découvert les complexes Articulations ainsi que Santé Osseuse.

Le complexe articulations

Le complexe Articulation, à base de collagène de type I, II et III, combine acide hyaluronique, glucosamine, chondroïtine, harpagophytum et saule blanc. Ces ingrédients favorisent la souplesse des tendons et cartilages, améliorent la mobilité, et apaisent les inconforts articulaires. Une réponse naturelle et complète pour accompagner l'âge ou la pratique sportive.

Bon à savoir

Le Collagène, la Chondroïtine et la Glucosamine sont des composants structurels présents dans le cartilage et les articulations. SUPERDIET a sélectionné un Collagène marin NATICOL® de type I et III et un Collagène marin CARTIDYSS® de type II composé naturellement de Glucosamine et Chondroïtine.



Collagène Marin Santé Articulaires de Superdiet @ Julie Strina

Le complexe Santé Osseuse

Le complexe Santé Osseuse, mise sur une synergie puissante, à base de collagène, de calcium issu de lithothamne, de vitamines D3 et K2**, soutenus par la prêle reminéralisante, pour renforcer l'ossature et préserver l'équilibre minéral.

Bon à savoir

La vitamine K2 joue un rôle crucial dans la santé osseuse en aidant à la fixation du calcium dans les os, et contribue également à la santé cardiovasculaire en empêchant le dépôt de calcium dans les artères.



Collagène Marin Santé Osseuse de Superdiet @ Julie Strina

Les promesses

Qu'il s'agisse de préserver la jeunesse de la peau, renforcer les articulations ou soutenir les os au fil du temps, Superdiet propose ici une nutricosmétique complète, rigoureuse et 100 % naturelle, fidèle à son engagement pour le bien-être global.

Neutrient Magnesium, la nouvelle génération de magnésium bioactif à haute assimilation

Dans un monde où le stress, la fatigue chronique et les rythmes éfrénés sollicitent constamment notre organisme, le magnésium est devenu un allié santé indispensable. Et pourtant, de nombreux compléments alimentaires sur le marché n'en exploitent qu'une partie du potentiel, souvent limités à une seule forme peu assimilable ou enrichis en vitamine B6, ce qui peut entraîner un excès involontaire chez les personnes déjà supplémentées.

La formule

La marque Neutrient relève le défi avec une approche inédite et hautement technique en proposant un complexe 100 % dédié au magnésium, sans superflu, élaboré à partir de 5 formes bioactives synergiques, citrate, taurate, bisglycinate, malate et oxyde de magnésium, pour garantir une biodisponibilité optimale, une tolérance digestive renforcée et une assimilation progressive par l'organisme. Chaque dose de 2 gélules apporte 244 mg de magnésium élémentaire, couvrant plus de 65 % des besoins quotidiens, avec une répartition équilibrée qui évite la surcharge digestive et favorise une absorption douce tout au long de la journée.



Bon à savoir

- ✓ Le Citrate et bisglycinate, très solubles, offrent une absorption rapide et efficace.
- ✓ Le Taurate, reconnu pour ses bienfaits sur le système nerveux et cardiovasculaire, apporte une action calmante.
- ✓ Le Malate, particulièrement adapté aux personnes actives, soutient la production d'énergie cellulaire.
- ✓ L'Oxyde de magnésium, longtemps sous-estimé, révèle ici toute sa puissance. Avec une formule hautement concentré en magnésium élémentaire (60 %), il est absorbé plus lentement, permettant un apport durable dans le temps.



Magnesium de Neutrient @ Julie Strina

La promesse

L'oxyde de magnésium contribue non seulement à réduire les crampes nocturnes, mais montre également une efficacité comparable à certains traitements médicamenteux dans la gestion des migraines, tout en soutenant la santé osseuse, le métabolisme, et même la prévention cognitive. Que vous soyez en quête de sérénité mentale, de récupération physique ou d'un soutien articulaire et osseux au quotidien, Neutrient Magnesium s'impose comme un complément nouvelle génération, à la fois précis, efficace et hautement tolérable. Sa formule pure, végan, sans OGM, sans gluten, sans lactose ou soja, est adaptée à tous les profils.



Bon à savoir

À adopter en cure ou en soutien quotidien pour traverser les périodes de surcharge mentale, les efforts physiques intenses, ou tout simplement pour renforcer votre équilibre intérieur.

L'Avis de la Rédaction

Notre sélection, qui allie efficacité, qualité et innovations, peut être adaptée aux besoins de chacun. Que ce soit la propolis verte de Propolia pour renforcer l'immunité, les collagènes marins nouvelle génération d'Apnée, Valebio et Superdiet pour une peau éclatante et des articulations au top, ou le magnésium bioactif de Neutrient pour apaiser et revitaliser, chaque complément alimentaire apporte des solutions ciblées. Nos coups de cœur incarnent une approche naturelle et optimisée, parfaite pour soutenir un mode de vie sain et équilibré au quotidien.

Informations Pratiques

APNEE

Bain de minuit. boîte de 30 sticks sucrés :

Saveur Cacao, neutre, Yuzu basilic, cacao Chicorée

Prix conseillé : 75€

Bain de minuit. boîte bouillon salé (best seller) :

1 dosette journalière, soit 10g de collagène marin hydrolysé de type I (2000 Daltons), pour des résultats visibles dès 4 à 8 semaines.

Goût Brocoli, carotte ou céleri

Prix conseillé : 72€

Site marchand : <https://apnee-paris.com>

VALEBIO

Collagène marin Elastine & vitamine C (Best seller) :

1 dosette journalière, très haute assimilation : Peptides de collagène hydrolysés à 1500 Daltons de type I et III

Format poudre, une dosette par jour, saveur Pêche / Poire / Menthe-Citron

Cure de 1 mois, à prolonger durant 3 mois pour des effets optimaux.

Prix conseillé : 39,90€

Site marchand : <https://www.valebio.com>

PROPOLIA

La teinture mere :

Cure de 15 à 60 jours pour adultes et adolescents

1 pipette (une seule pression suffit) 1 à 4 fois par jour, des le matin.

A consommer pure ou à diluer dans de l'eau ou du jus de fruits ou à mêler à une cuillère de miel.

À prendre pendant 1 mois, à chaque changement de saison.

Flacon pipette de 30ml : 16,90€

Les gelules de propolis verte :

Cure de 15 à 30 jours pour adultes et enfants dès 3 ans

Pendant 10 à 30 jours consécutifs, de préférence au cours des repas

Adultes : 3 à 6 gélules par jour

Enfants (+ 36 mois) : 1 à 3 gélules par jour

Pot de 90 gelules 23,50€

Site marchand : <https://propolia.com/fr/>

NEUTRIENT

Magnésium Capsules :

120 capsules pour un traitement de 2 mois

Adultes 2 gélules par jour pendant les repas, enfants à partir de 12 ans, 1 gélule par jour

Prix conseillé : 23,98€

Site marchand : <https://www.abundanceandhealth.fr/fr/34-neutrient>

SUPERDIET

Collagène Marin Santé Articulaires 220g

Cure de 20 jours

Uniquement pour adultes : 1 cuillère doseuse (soit 11 g) à dissoudre dans un grand verre d'eau ou la boisson de votre choix.

Prix conseillé : 46,95€

Collagène Marin Santé Osseuse 240g

Cure de 20 jours

Uniquement pour adultes : 1 cuillère doseuse (soit 12 g) à dissoudre dans un grand verre d'eau ou la boisson de votre choix

Prix conseillé : 35,50€

Site marchand : https://www.superdiet.com/fr/recherche.php?filtre_offres_nouveautes=oui&filtre_galeniques_poudre=oui

Visuels : © Julie Strina