



Sylvain Tesson

Poésie, liberté, progrès...
le grand entretien



L 12811 - 1277 - F: 4,00 €

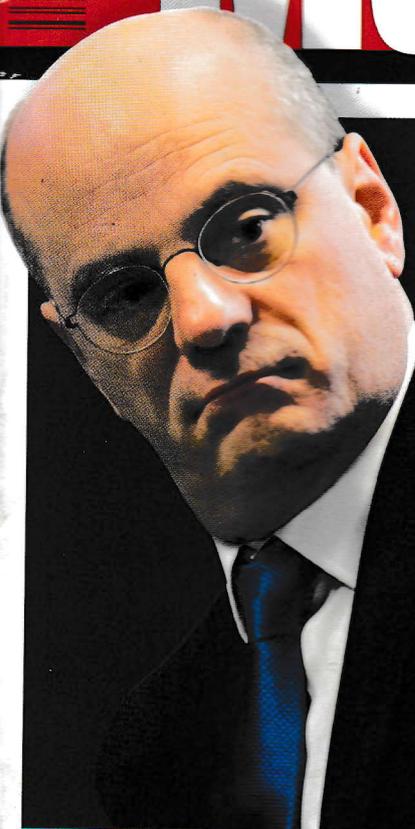
www.marianne.net

A, D = 6,60 € - AND, BEL, ITA, LUX, PORT CONT, ESP = 4,70 € - CAN = 8,60 \$ CAN
CH = 7 CHF - DOM = 4,50 € - GR = 5,10 € - MAR = 36 MAD - TOM = 900 XPF - NL = 5,10 € - TUN = 7 DT

Marianne



Numéro 1277 Du 3 au 9 septembre 2021



*Il était attendu, il s'était préparé,
il fallait reconstruire l'école*

BLANQUER a-t-il échoué?

ÉLECTRICITÉ, GAZ,
CARBURANT...

**Le sale coût
de la rentrée**



Dernières
nouvelles

**des
extraterrestres**

Où en est la science ?



EN CRÈME

Après huit années de recherche, la marque de cosmétique médicale Dermaioniq a breveté son actif phare, le collagène d'eau douce® extrait des carcasses, de la peau et des têtes d'esturgeons élevés en Nouvelle-Aquitaine pour le caviar. Initialement élaborés comme dispositifs médicaux pour aider à la cicatrisation, ces crèmes et sérums sont désormais accessibles à tous. Leur concentration en acides aminés permet de régénérer la structure de la peau et d'atténuer les rougeurs, les taches pigmentaires, le teint terne et la perte de tonicité... ■

Crème Dermo Active Restructurante, Dermaioniq, 89 €. dermaioniq.com

EN POUDRE

Entreprise américaine fondée en 2013 par un fan de course à pied, Vital Proteins propose du collagène en poudre non aromatisé, à mélanger dans un thé, un café, un jus, un smoothie ou un dessert (le site suggère par exemple une recette de

brownies chocolat-collagène sans gluten). À l'arrivée, une peau, des cheveux, des ongles, une ossature et une masse musculaire en bien meilleure forme. À noter, la marque lance en octobre une nouveauté : le Matcha Collagen (49,90 €), alliant les pouvoirs antioxydants du thé vert à ceux de la fameuse protéine. Enfin, pour ceux qui préféreraient aromatiser leurs boissons, la start-up française Nutri & Co propose sa poudre de collagène à la pêche (28,90 €, nutriandco.com). ■

Collagen Peptides, Vital Proteins, 29,99 €. vitalproteins.fr



EN SOIN

Il est possible de stimuler naturellement les fibroblastes, ces cellules du derme qui activent la production d'élastine, d'acide hyaluronique et de collagène, en s'offrant des massages ciblés comme la madothérapie (modelage manuel avec des outils en bois) ou l'endermologie®, une technique mécanique brevetée par l'entreprise française LPG®. La tête de traitement de la machine stimule les tissus en profondeur pour lisser la cellulite, atténuer les rides et donner à la peau davantage de fermeté. Les séances pour le visage et/ou le corps sont pratiquées en institut, en spa ou chez un kinésithérapeute. ■

Endermologie® visage, Cellu M6 Alliance®, LPG®, 60 € les 30 minutes. endermologie.com



EN BOUILLON

C'est en mijotant longuement dans la marmite que les os libèrent leurs protéines de collagène. Un artisan parisien pratique cette méthode pour le Bone Broth (bouillon d'os prisé dans les pays anglo-saxons) de la marque de jus et de compléments alimentaires Atelier Nubio. Os de poulet label Rouge, curcuma, gingembre, carotte, oignon, poivre... Chaque portion de 275 ml

EN MASQUE

Pourvu d'une structure similaire à celle de la peau, le collagène marin – un hydrolysât à base d'arêtes, de peau et d'écaillés de poissons – lui assure hydratation, élasticité et résistance.

Cette nouvelle marque française met à profit ses vertus dans un masque facial. Sur une peau propre et sèche, on applique le tissu en prenant soin de placer les encoches derrière les oreilles. Au bout de quinze minutes, on le retire et on fait pénétrer l'excédent de produit. En cas de forte chaleur, on place le masque au réfrigérateur avant l'application. Idéal après l'été, il donne un coup de fouet aux imperfections et laisse un teint velouté. ■

Masque tissu au collagène marin, Wave, Eyden, 5,80 €. eyden.eu



EN BREUVAGE

Du café arabica colombien issu du commerce équitable avec un petit truc en plus ? C'est ce que propose la marque Bulk avec sa boisson instantanée enrichie en collagène hydrolysé de type 1 et 3 d'origine bovine. Mettez une mesure (environ 25 g) dans une tasse, versez 200 ml d'eau chaude, mélangez et dégustez. Une tasse contient 18 g de protéines et 100 mg de caféine. Avis aux végétariens et végétaliens : impossible d'obtenir du collagène à partir du règne végétal ! ■

Café au collagène, Bulk, 22,99 €. bulk.com

EN COMPRIMÉS

Protéine la plus abondante du corps, le collagène structure les tissus conjonctifs (peau, os, ligaments, muscles, cartilage). Mais sa production commence à baisser d'environ 1 % par an à partir de 25 ans, entraînant vieillissement cutané, perte musculaire, fragilisation osseuse et articulaire. Les compléments alimentaires de la start-up D-Lab entendent ralentir ce déclin. Composé d'élastine et de collagène marin de type I (produit majoritairement par l'organisme) dans des proportions identiques à celui du derme, ce composé breveté est facilement assimilable. Une cure d'au moins deux mois est recommandée. Autres pistes pour augmenter son taux de collagène : des gélules (Dermic, Oxyprolane, 34,99 € les 60, biorecherche.fr), des sticks (Bain de Minuit, Apnée, 69 € pour un mois, apnee-paris.com) et même des bonbons (Collagen Express Gummies, Biocyte, 9,50 € le paquet, biocyte.com). ■

Absolu de collagène, D-Lab, 26,20 € pour un mois de cure. dlabparis.com



UN SHOOT DE COLLAGÈNE ?

La production de cette protéine naturelle du corps humain décroît sous les effets de l'âge et des modes de vie. On essaie de la doper sous toutes les formes. **PAR VANESSA HOUPERT**

comprend 10 g de collagène (alors qu'une dose en gélules en contient entre 0,5 g et 4 g). Riche en vitamines A, K2, en oméga 3 et 6, et en minéraux (phosphore, calcium, fer, zinc, sélénium, bore, manganèse), ce bouillon repulpe la peau, reminéralise les cheveux, facilite la digestion et booste le système immunitaire. Une fois par jour en cure de cinq ou dix jours, à renouveler tous les deux mois.

On n'oublie pas de consommer aussi des aliments riches en vitamine C (légumes verts, baies), en soufre (crucifères, ail, œuf), en silicium (céréales complètes, lentilles). Et les viandards, penseront à s'offrir un bon os à moelle sur une tranche de pain ! ■

Bone Broth, Atelier Nubio, à partir de 48 € la cure de 5 jours. ateliernubio.fr