

Germaflex articulations — 225 g

Un genou inconfortable en montant l'escalier. Des doigts raides le matin. Des cervicales qui se rappellent à vous. Ces gênes-là, on les supporte jusqu'au jour où on ne peut plus les ignorer.

Germaflex associe au germe de blé — notre base depuis 1930 — du collagène, de la glucosamine, de la chondroïtine sulfate et de l'acide hyaluronique : autant de composants naturellement présents dans nos articulations, et qui s'amenuisent avec le temps. Le manganèse et le cuivre contribuent à la formation et au maintien normal des tissus conjonctifs.

En poudre, il se mélange aisément à un yaourt ou un jus.

** Commandez 6 boîtes pour suivre une cure de 15 g par jour (env. 3 mois). Si vous n'êtes pas satisfait de l'efficacité de GERMAFLEX, nous vous remboursons sous forme de bons d'achat.*

SATISFAIT OU REMBOURSÉ*



2/3 jour



SANS COLORANT NI CONSERVATEURS

Silicium — 500 ml

Une épaule qui se manifeste depuis des semaines. Un dos qui se rappelle à vous au réveil. Ces gênes diffuses finissent par s'installer au quotidien.

Le silicium est naturellement présent dans nos tissus conjonctifs — cartilages, tendons, ligaments. Avec l'âge, ses réserves s'amenuisent. Notre Silicium le restitue sous forme végétale, à partir de prêle et d'ortie, deux plantes traditionnellement utilisées pour leur richesse en silice biodisponible. Rien d'autre : ni colorants, ni additifs superflus. La combinaison la plus fréquente : Silicium + Germaflex en cure de deux à trois mois. Simultanément ou alternativement. Liquide, livré avec son doseur gradué.



FORMULE 100% NATURELLE



20 ML 2X/ JOUR



SANS GLUTEN



VEGAN

Germalyne Tradition — 250 g

Une fatigue persistante, manque d'élan le matin, impression de ne pas récupérer. Il vaut parfois la peine de regarder ce qui manque dans votre assiette.

Depuis 1930, les moines moulent eux-mêmes le germe de blé à l'abbaye. La Germalyne : 100 % germe de blé, naturellement riche en vitamines E, B1, B9, magnésium, fer et zinc. Rien d'ajouté. Il faut 1 200 kg de blé pour un kilogramme — une concentration de vie. À saupoudrer sur un yaourt, une soupe, une salade. Goût de noisette, texture douce. Deux à quatre cuillerées par jour.



FORMULE 100% NATURELLE



2 À 4/ JOUR



VEGAN

Vitalité

12 vitamines et 7 minéraux issus des meilleures sources, pour couvrir les besoins essentiels. *Une nouvelle version repensée qui arrive été 2026...*

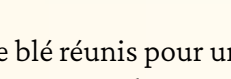


SANS GLUTEN

VEGAN

Immunité - 90 comprimés

Quand les jours raccourcissent, et les défenses fléchissent, ce complément associe gelée royale, échinacée — A, C, D, B6, B9, B12, cuivre, zinc et sélénium. Trois comprimés par jour, à l'intersaison.

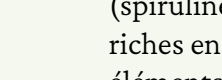


SANS GLUTEN

VEGAN

C-Énergie 400 comprimés

Acérola et germe de blé réunis pour une vitamine C naturelle, mieux tolérée. Six comprimés par jour couvrent largement les apports recommandés — fatigue, immunité, peau, absorption du fer. À croquer ou avaler, à tout moment.

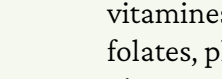


SANS GLUTEN

VEGAN

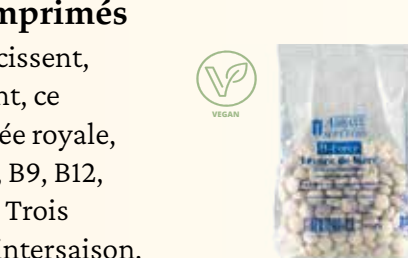
Germalevure — 250g

Cheveux qui s'affinent, ongles qui se fragilisent, peau qui ternit. Germe de blé et levure de bière en poudre : vitamines B, protéines végétales, folates, phosphore. À saupoudrer sur n'importe quel plat, sans cuisson. Deux cuillerées par jour.



SANS GLUTEN

VEGAN



SANS GLUTEN

VEGAN



Compléments alimentaires à consommer dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain. Ingrédients, allergènes et conseils sur notre site Internet : www.boutique-abbayedeseptfons.com

Sommeil des moines

Du mal à trouver le sommeil. Des pensées qui tournent au moment de poser la tête. Un réveil en pleine nuit.

C'est en puisant dans leur pharmacopée monastique que les moines ont conçu cette formule. La mélisse contribue à favoriser un sommeil apaisant et reposant. La mélatonine participe à réduire le temps d'endormissement. Magnésium, vitamine B6, passiflore, griffonia et eschscholtzia complètent cette formule éprouvée.

60 gélules - 20 nuits



2 OU 3 AVANT LE COUCHER



SANS GLUTEN



VEGAN

Nutrilevure - 200 comprimés

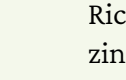
Ongles fragiles, cheveux qui s'affinent, fatigue tenace — les vitamines B sont en cause. Levure de bière, germe de blé couvrent le groupe B, de B1 à B12. Cinq à dix comprimés par jour, au repas.

B-Force - 400 comprimés

Levure de bière pure, sans le germe de blé. Pour qui veut la levure seule — riche en protéines, biotine, folates et vitamine B1. Vingt comprimés par jour en cure ciblée cheveux, peau et fatigue.

Germafibre — 250g

Digestion lente, ventre lourd, transit irrégulier. Germafibre associe le germe de blé aux fibres de chicorée et de pomme. Riche en fibres, vitamine B1, phosphore, zinc et manganèse. Goût naturel de pomme et d'abricot, sans sucres ajoutés. Deux à quatre cuillerées par jour.

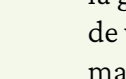


SANS GLUTEN

VEGAN

Germaroyale 4% — 250g

Pour traverser les changements de saison, Germaroyale associe le germe de blé à la gelée royale lyophilisée 4%. Source de vitamine E, B1, phosphore, zinc et manganèse. Goût doux de miel et vanille. Une à deux cuillerées par jour.



SANS GLUTEN

VEGAN

Confitures artisanales



la crème préférée des enfants et des petits-enfants



FABRICATION ARTISANALE



FORMULE 100% NATURELLE



VEGAN

De fabrication artisanale, les moines vous proposent une gamme complète de plus de 40 recettes fruitées, élaborées avec du *sucré de canne* : *Confitures Extra* et *Allégées en sucre*, *Gelées Extra*, ainsi que de délicieuses *Crèmes à tartiner* aux marrons, au citron et aux noix françaises. Un véritable goût de fruit pour enchanter vos petits-déjeuners.

Boissons instantanées - 100g



Le matin, le corps produit naturellement son pic de cortisol — pas besoin de caféine. GermaCoré accompagne ce réveil : chicorée, gelée royale, céréales, sans perturber l'énergie naturelle. Vers 10 heures, quand le cortisol redescend, GermaCafé prend le relais — un arabica bio enrichi de céréales. Après le déjeuner, Germaforme gère le coup de barre : deux tiers de chicorée pour un tiers de café. Le soir, la Chicorée pure conclut sans excitant, sans troubler le sommeil. Existence aussi en recharges économiques de 200g

Petits-déjeuners



(le préféré des moines)

AB

AGRICULTURE BIOLOGIQUE

Amateur de chocolat et céréales complètes ? *Gaborcao* : richesse du cacao, bienfaits du germe de blé, pointe de lait. *GermaCacao bio* : sans lactose, 6 céréales complètes et farine de soja. *Cacao Pur* : 100% cacao maigre, pour toutes vos préparations. *Mueslis Bio raisin* ou *pépites de chocolat* : un petit déjeuner équilibré, rassasiant et riche en fibres.

100 % Gelée Royale bio

Quand les saisons changent et que le corps accuse le coup, c'est souvent le moment d'une cure de gelée royale.

Les moines conditionnent cette gelée royale dans des conditions strictement contrôlées pour que ses propres substances antibactériennes l'exemptent de toute congélation — un détail qui compte, car la congélation altère une partie de ses composants actifs. 100 % pure, certifiée bio par Ecocert (FR-BIO-01), sans conservateur ni additif. Riche en acides aminés essentiels et en vitamines du groupe B. 1 gramme sous la langue, à jeun, chaque matin. 25 doses par pot, soit 25 jours de cure. À conserver au réfrigérateur après réception.



Préparations miel et gelée royale

Un rituel douceur et bien-être jour après jour. La gelée royale, c'est le produit le plus rare de la ruche. Les moines l'associent au miel crémeux en trois concentrations.

À **4 %**, un coup de pouce quotidien — idéal en entretien.
À **10 %**, un soutien plus affirmé pour les périodes de fatigue.
À **20 %**, la dose la plus concentrée, est notre secret pour l'hiver.



Propolis

Gorge irritée, gencives sensibles, aphtes, **Buccopolis 15 ml & 30 ml pour une cure** : 1 pipette dans une cuillère de miel, gargariser 3 fois par jour.

Spray 15 ml — solution hydro-alcoolique et miel. Pulvériser directement dans la gorge.

Ne pas utiliser en cas d'allergie à la propolis.



100% Pollen de fleurs

Coup de fatigue ? Ce que les abeilles accumulent fleur à fleur — protéines, vitamines, minéraux en pelote. Bio d'Espagne, conditionné à l'Abbaye. Doux, légèrement sucré. Deux cuillerées par jour, sur yaourt ou dans un jus.



Nos miels

Miel Fleurs Sauvages, miel Crémeux et miel de Châtaignier de Slovénie. Découvrez également nos miels des moines en édition limitée sur notre boutique en ligne.



Notre fromage de Sept-Fons

Elaboré avec le lait de nos vaches normandes et affiné à la Germalynne, sa pâte onctueuse en fait un fromage gourmand. **595g**

Les biscuits

Le clapon, un petit biscuit au beurre simple et authentique selon la recette des croquants d'Auvergne. Existe nature ou au chocolat. **230g**



NOUVEAUTÉS

Peaux sensibles et réactives, cosmétiques bio respectueux de la protection naturelle de la peau

Découvrez la crème visage bio réparatrice, plébiscitée par nos clients, à l'huile de germe de blé et extrait de tilleul. Nourrit et régénère la peau et assouplit l'épiderme fatigué.



Découvrez encore notre **baume à lèvres**, le **baume articulation** en complément de Germaflex, notre **crème apaisante** pour soigner le psoriasis, nos **savons surgras**, notre **gel douche bio**.

Amandes torréfiées
300g



Courges grillées
200g



Noix de cajou nature
250g



Naturellement riches en vitamines et minéraux, ces fruits secs sont une source précieuse de magnésium, de zinc et de vitamine E, formant un trio gourmand riche en bons lipides au quotidien. Sans sel ajouté, ils offrent un plaisir sain et équilibré.

SANTÉ CARDIOVASCULAIRE & TRANSIT

ActiPro probiotiques - 30 jours

Ballonnements, digestion perturbée, transit chaotique après une gastro ou une cure d'antibiotiques. ActiPro apporte 5 milliards de levures vivantes Saccharomyces boulardii par gélule. Gélule végétale. 1 gélule à jeun, 30 min avant le repas.



Graines de Chia - 250g

Fibres, oméga-3, calcium, magnésium — beaucoup dans peu. À saupoudrer partout, goût neutre. 100 % bio, origine Paraguay.



Huile de germe de blé

Pressée à froid. Concentrée en vitamine E et en oméga-3 et 6 — pour les cellules et le cholestérol. Une cuillerée à café par jour, crue. Ne pas chauffer.



Lécithine de soja - 200g

Pour le cholestérol et le foie, 100 % lécithine de soja en granules — sans OGM, sans gluten, sans isoflavones. Goût neutre, à saupoudrer partout. Dix grammes par jour.



Compléments alimentaires à consommer dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain. Ingrédients, allergènes et conseils sur notre site Internet : www.boutique-abbayedeseptfons.com
Moulin de la Trappe - Abbaye de Sept-Fons - 03290 DIOU - Tél : 04 70 48 14 70 - contact@septfons.com

ABBAYE
de
SEPT-FONS
LES MOINES TRAPPISTES



De génération en génération, les moines de Sept-Fons se transmettent leur savoir-faire. Découvrez ou redécouvrez nos produits. Nous travaillons à votre bien-être. Vous pouvez donc dormir sur vos deux oreilles.

frère Philippe, frère Dismas et Hypocrate le chat.