

Sommeil des moines est un complément alimentaire à base de mélisse, contribuant à favoriser un sommeil apaisant et reposant, de magnésium, vitamines (B6, B3) et de mélatonine qui contribue à réduire le temps d'endormissement.

Conseils d'utilisation : prendre 3 gélules avec un verre d'eau avant le coucher.

VALEURS NUTRITIONNELLES POUR 3 GÉLULES :

| | |
|--|----------|
| Extrait de mélisse | 375 mg |
| Magnésium (AR ¹ 40%) | 150 mg |
| Extrait de passiflore | 100 mg |
| Extrait de griffonia (dont 20 mg de 5-HTP ²) | 100 mg |
| Extrait d'escholtzia | 50 mg |
| Niacine (vitamine B3) (AR ¹ 100%) | 16 mg EN |
| Vitamine B6 (AR ¹ 100%) | 1,4 mg |
| Mélatonine | 1 mg |

¹Apports de référence - ²hydroxytryptophane

les **moines** de
SEPT-FONS

sommeil des moines

Poids net :
20,55 g

complément alimentaire
plantes | mélatonine

60 gélules
20 nuits

Ingrédients : Extrait de feuille de mélisse (*Melissa officinalis* - support : maltodextrine) ; oxyde de magnésium ; gélule d'origine végétale : hydroxypropylméthylcellulose ; extrait de partie aérienne de passiflore (*Passiflora incarnata* - support : maltodextrine) ; extrait de graine de griffonia (*Griffonia simplicifolia* - support : gomme d'acacia) ; extrait de partie aérienne d'escholtzia (*Eschscholtzia californica* - support : maltodextrine) ; vitamine B3 ; antiagglomérant : sels de magnésium d'acides gras ; vitamine B6 ; mélatonine.

A utiliser dans le cadre d'une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain. Ne pas dépasser la dose journalière indiquée. Tenir hors de portée des jeunes enfants. Conserver à l'abri de la chaleur et de l'humidité.

Réservé à l'adulte. Déconseillé aux enfants, aux adolescents, aux femmes enceintes et allaitantes, aux personnes souffrant de maladies inflammatoires ou auto-immunes, aux personnes épileptiques, asthmatiques ou souffrant de troubles de l'humeur, du comportement ou de la personnalité. Déconseillé en cas de prise simultanée de médicaments (dont les antidépresseurs compte tenu de sa teneur en 5-HTP). En raison du risque de somnolence, ne pas conduire de véhicules, ni manipuler de machines-outils dans les heures qui suivent la prise de mélatonine. Demander l'avis de votre médecin et/ou pharmacien.

A consommer de préférence avant fin et N° de lot : voir sous le flacon.

Les moines de Sept-Fons
MOULIN DE LA TRAPPE
F-03290 DIUO

contact@septfons.com
www.septfons.com



3

v1