

Les bienfaits des produits de la ruche

Mélissa Girard
agr. M.Sc.



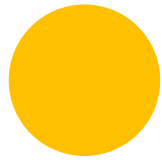
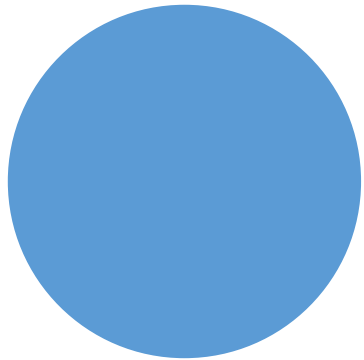
4
magnifiques
produits

Miel

Pollen

Propolis

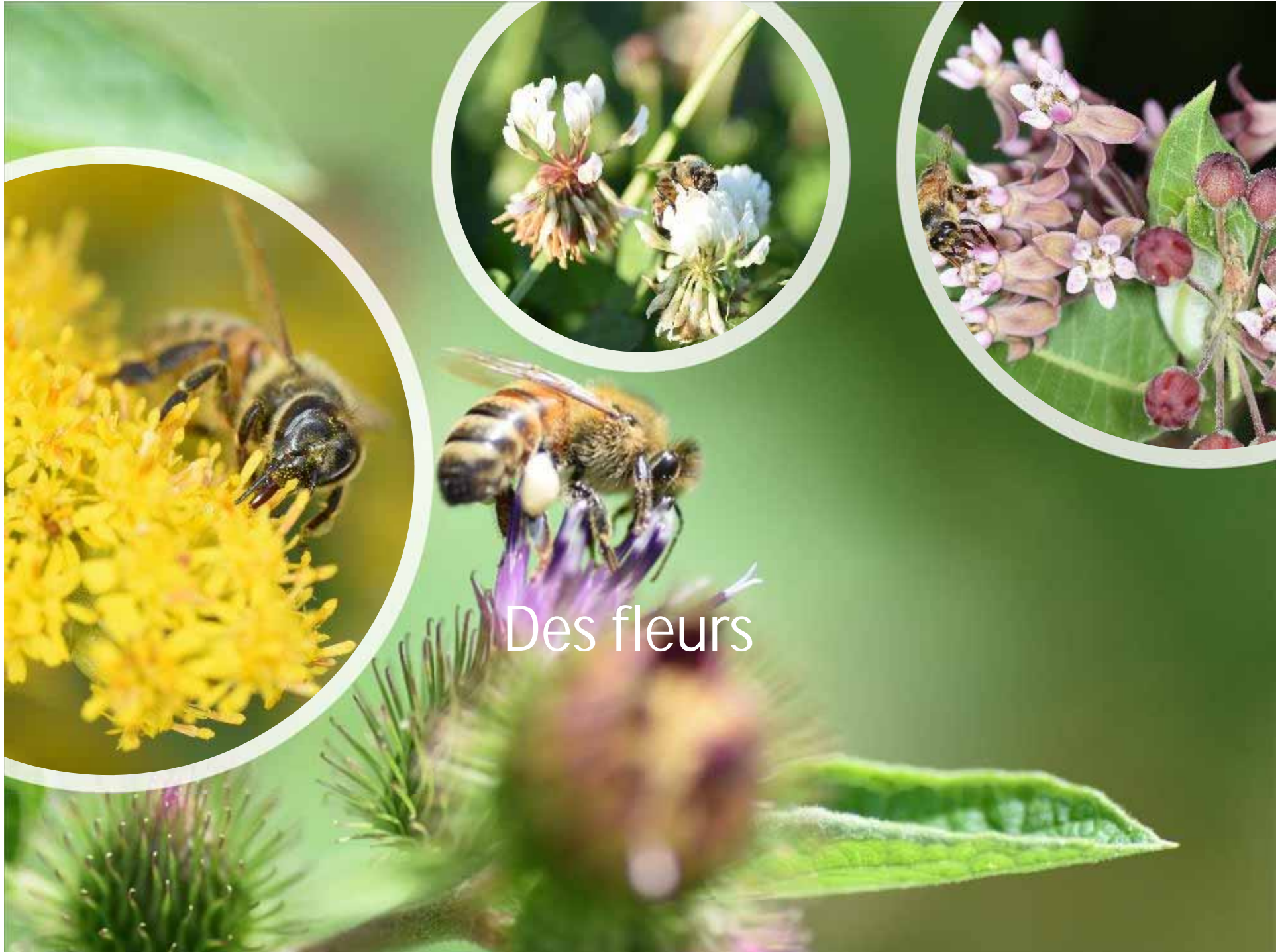
Cire



Miel |



Des abeilles



Des fleurs



Dans la ruche

Ventillation



À la miellerie





Les miels

Les bienfaits

Donner énergie

- 304 cal/100g
- Fructose-glucose

Faciliter transit intestinal

- Effet prébiotique

Favoriser sommeil

- ↑ insuline = prod. tryptophane cerveau = sérotonine = sommeil



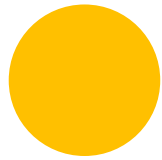
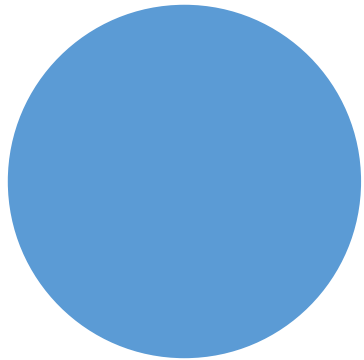
Les bienfaits

- Améliorer cicatrisation
 - Égypte
 - Maintenant France
 - Ici, vétérinaires
 - Antibactérien
 - Osmolarité
 - pH acide
 - Enzymes
 - Glucose-oxydase + glucose =
acide gluconique + H₂O₂

Les bienfaits

- Réduire toux
 - Antimicrobien et antioxydant
 - Miel sarrasin
 - Miel et vinaigre de cidre de pommes





Pollen |



La récolte



Dans la ruche



Les bienfaits

Aliment complet

- 14 g = acides aminés/jour
- 14 g = 1 œuf protéines

Moments difficiles

- Grossesse, allaitement
- Fatigue générale

Renforcer immunité (rhume/grippe)

Ménopause

Les bienfaits

Routine

- Fragilité capillaire

Régulateur des fonctions intestinales

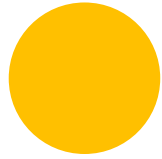
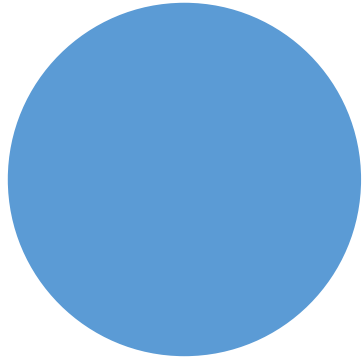
- Ferments

Action préventive sur la prostate



Allergies

Anémophilie vs entomophilie



Propolis





Propolis

Les bienfaits

Antivirale

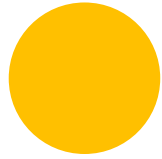
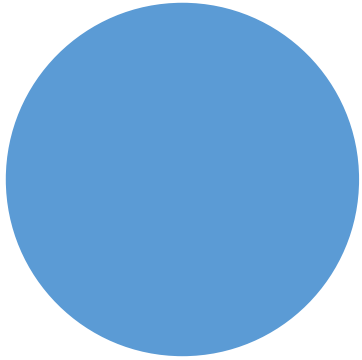
Antibactérienne

Antifongique

Systeme immunitaire

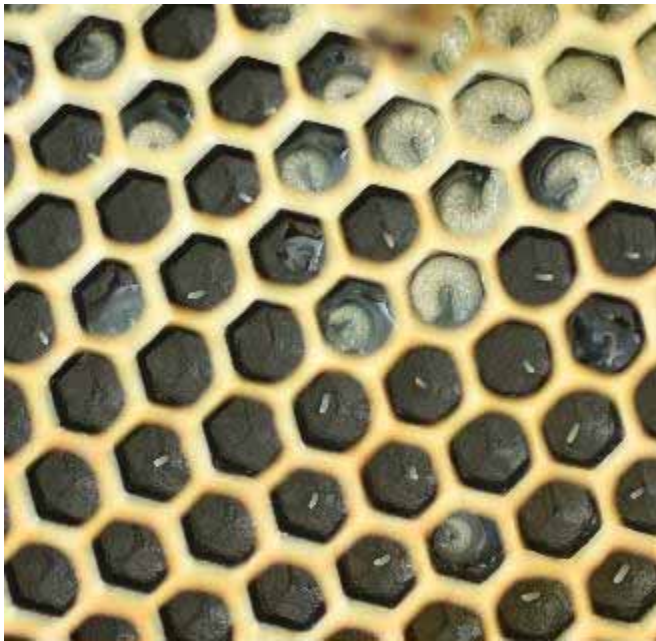
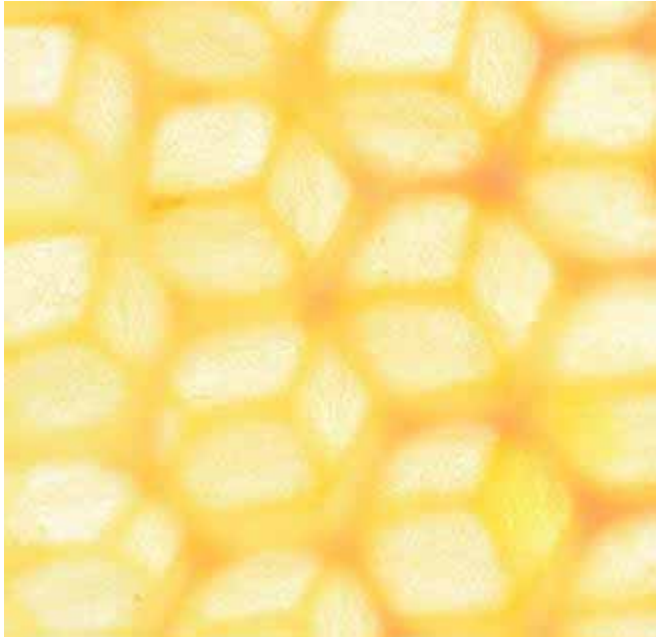
Anti-inflammatoire

Cicatrisant



Cire





Production



Utilisations

Les bienfaits

