

Je suis une amoureuse inconditionnelle de la ruche, de ses produits et des abeilles. Je me suis, il y a quelques années déjà, offerte une formation en apithérapie, et j'ai grand, grand respect pour ces butineuses, leur travail et leur production.

Du coup j'ai décidé de te présenter cette **initiative** qui a piqué mon intérêt : contribuer à la survie des abeilles en installant des ruches sur son toit, ou son terrain...c'est le concept que **BEES4YOU** propose aux entreprises et collectivités publiques de Genève et de l'Arc Lémanique.

Qui sont les collectivités ou entreprises qui ont déjà choisi de soutenir une telle initiative :

- Genève- Plage
- UBS
- Hublot à Nyon

### **Hommes et abeilles en harmonie**

Pour garantir le maximum de sécurité c'est la variété, sous-espèces *Apis mellifera carnica*, réputée pour son caractère doux, qui est utilisée en zone urbaine.



Sais-tu pourquoi les abeilles pollinisent ?

Elles butinent de fleurs en fleurs tout simplement pour se nourrir. Le pollen est une source de protéine et le nectar leur principale source d'énergie.

Les abeilles sont archi importantes pour notre éco-système, l'agriculture et la biodiversité dépendent de la pollinisation de nos petites butineuses.

### **Quelques vertus du miel :**

#### **Composition :**

*une majorité de fructose et de glucose. "Du maltose, du saccharose et d'autres polysaccharides en faibles proportions. C'est la proportion entre ces différents sucres qui détermine la consistance du miel : s'il est plus riche en glucose, il se cristallise, si le fructose l'emporte il reste liquide.*

Le miel est également composé d'eau entre 15 et 20% environ, de sels minéraux et d'oligoéléments, de lipides en faible quantité, de vitamines, B essentiellement et de nombreux autres composés organiques complexes dont nombreux enzymes.

**Pollen :** oui oui le pollen que les butineuses récoltent afin de nourrir leurs congénères est comestible. Non seulement le pollen peut nourrir les hommes il est de plus très nutritif. Par exemple 100 grammes de pollen équivalent à 500 gr de viande de boeuf ! C'est pourquoi il est particulièrement recommandé pour *lutter contre la fatigue physique et intellectuelle.*

**Propolis :** c'est un peu la pâte à tout faire dans la ruche... Elle est utilisée par les abeilles comme isolant et comme antibiotique naturel. Ces mêmes *propriétés antimicrobiennes sont utilisées en médecine.*

**Gelée royale :** la gelée royale est sécrétée par les abeilles ouvrières. Elle est composée de glucides (fructose et glucose en majorité) d'eau et de lipides. Très riche en vitamine B5 et en oligoéléments, la gelée royale est connue pour *ses propriétés revitalisantes, stimulantes et euphorisantes.*

Pour en savoir plus sur l'initiative de [BEE4YOU](https://www.bee4you.com) : voici le lien

A mercredi prochain pour nouvel article " Ecolo-Bobo, bon bon " .

PS : n'hésite pas à partager tes commentaires, "à liker " si tu as trouvé sympa et même fais voyager cet article pour que d'autres puissent butiner à leur tour.