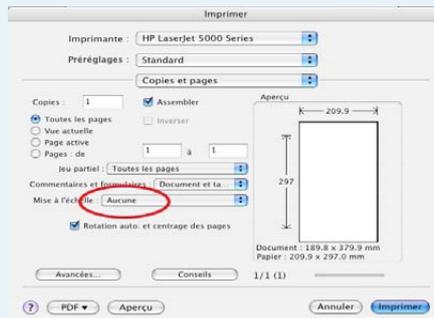


CONFECTION D'UNE BROCHURE



Plier les feuilles dans le sens de la hauteur (pour un meilleur rendu, vous pouvez coller les pages après les avoir pliées).



Plier une nouvelle fois les feuilles, dans le sens de la largeur. (le plus petit numéro de page doit être à l'extérieur).



Assembler les différentes pages.



Maintenez le tout à l'aide d'un élastique.

sentier des abeilles

Un monde de reines et d'ouvrières



éditions randonature - collection sentiers didactiques

sentier des abeilles

2

Randonature Sarl ne peut être tenue pour responsable de l'état des chemins, d'un accident survenu sur cet itinéraire ou du fait que vous vous y égariez.

L'utilisation de ce guide est soumise aux conditions générales disponibles sur www.randonature.ch/conditions

NATURE ATTITUDE

- Pour votre sécurité, restez sur les chemins.
- Les zones que vous traverserez sont des lieux d'habitation et de travail pour les agriculteurs de la région. Veuillez respecter le bétail, les bâtiments et les clôtures.
- La nature vous sera reconnaissante de ne pas lui abandonner vos déchets.
- Avant votre départ, renseignez-vous sur les conditions météo et sur l'enneigement.
- N'entrez pas dans le périmètre délimité de la station de reproduction de la Tovassière.

POUR EN SAVOIR PLUS

Le traité Rustica de l'apiculture, Henri Clément, Rustica, Paris, 2002.

Apiculture - connaître l'abeille, conduire le rucher, Pierre Jean-Prost, Lavoisier, Paris, 2005.

Les abeilles et les 7 merveilles de l'apiculture, Jean-Pierre Delpré, Editions de l'Astronome, Cernens, 2007.

Site d'apiculture de la société de Monthey: www.apimonthey.com.

A découvrir également dans le Vallon de Morgins : *Le Sentier Sylvicole* - 88 essences forestières, *Le Sentier Planétaire* - Présentation de système solaire. *Le Chemin des Ponts* - 32 ponts de bois enjambent la rivière. Chacun porte le nom d'une fleur.

CRÉDITS DES TEXTES ET ILLUSTRATIONS

Cette brochure a été créée par Randonature Sarl sur la base du «Sentier apicole». Une partie des informations présentées ici est issue des ouvrages et site internet listés ci-dessus.

Textes et images ©Randonature Sarl 2008 exceptés images: p. 1 ©John Sullivan; p. 7 ©Emmanuel Boutet; p. 5 ©Zantastik pp. 5, 6, 8, 12, 20, 26 ©Guy Rouiller; p.9 ©Migco; pp. 11, 12, 16 ©Waugsborg; p. 13 ©John Sevens; pp. 14, 19, 20, 22 ©Luc Viatour; p. 17 ©Balakov; p. 15 ©Albag; p. 18 ©Supermanu; p. 23 ©Jean-Noël Lafarque; p. 24 ©Jeffdelonge.

RETROUVEZ TOUTES CES INFORMATIONS ET TÉLÉCHARGEZ CETTE BROCHURE SUR

<http://www.randonature.ch/39>

sentier des abeilles

31



Canton du Jura

Sentier des Faînes (Boncourt), Sentier nature de Courgenay (Courgenay), Sentier Auguste Quiquerez (Delémont), Sentier panoramique de Pleigne (Pleigne), La Randoline (Saignelégier), Sentier du Fer (Lajoux)

Canton de Genève

Feu vert pour les corridors biologiques (Veyrier), Les Bois des Bouchets (Chancy), Le Bois de Fargout (Chancy), Genève côté jardin (Dardagny)

DÉCOUVREZ TOUS CES ITINÉRAIRES SUR WWW.RANDONATURE.CH

30 sentier des abeilles

29 sentier des abeilles

DANS LA MÊME COLLECTION

Canton de Vaud

Rossinière, histoire et architecture (Rossinière), Le canal d'Entreroches (Eclépens), Lausanne moderne (Lausanne), Lausanne au fil de l'eau (Lausanne), Sentier de la Pierre (Villars), Sentier géologique de Bassins (Bassins), Balade à travers Orbe et son passé (Orbe), Payerne et son abbaye (Payerne), Les Grangevilles (Noville), L'Orbe et sa vallée (Vallorbe), Sentier lithologique de Bassins (Bassins)

Canton du Valais

Sentier des Pives (Nendaz), Sentier des Pierres à cupules (Evolène), Sentier glaciologique d'Arolla (Arolla), Sentier des Bergers (La Fouly), La combe de l'A (Liddes), Sentier des Sens (La Toumaz), Sentier du Barrage de Zeuzier (Ayent), Sentier des abeilles (Morgins), Le Raccard du blé (Pratz-de-Fort), Pèlerinage au Col du Grand Saint-Bernard (Bourg-St-Pierre), Les Follatères (Fully), Sentier des vignes et guérites (Fully), Sentier des planètes (St-Luc)

Canton de Neuchâtel

Sentier de la Tourbière (Les Ponts-de-Martel), Sentier du Site marécageux (Les Ponts-de-Martel), Sentier de la Forêt jardinée, l'Envers (Couvét), Sentier de la Forêt jardinée, l'Endroit (Couvét), Sentier du Temps (Neuchâtel)

Canton de Fribourg

Zone alluviale d'Autigny (Autigny)

INFOS PRATIQUES

📍 Découverte de l'univers des abeilles

📍 Morgins - La Tovassière - Morgins

📍 Cn 1: 25000 1304 Val d'Ille

📍 210m ← 210m

📍 10 km

📍 Environ 4h30

⚠️ Aucune difficulté particulière

📅 De juin à novembre

📍 A Morgins et dans deux chalets d'alpage, à «En Tey» et à «La Tovassière»

📍 Office du tourisme au centre du village de Morgins

📍 Place du Village (devant l'Eglise)

📍 En face de l'office du tourisme, à «En Tey» et à «La Tovassière»

sentier des abeilles 3

sentier des abeilles 4

TABLE DES MATIÈRES

p. 4	Infos pratiques
p. 5	Introduction
p. 7	Début du sentier
p. 27	Remarques personnelles
p. 29	Dans la même collection
p. 31	Pour en savoir plus

En transports publics: Depuis la gare CFF d'Aigle, prendre le train AOMC jusqu'à Troistorrens, puis le bus jusqu'à Morgins et s'arrêter à l'arrêt «Poste». départ du sentier se trouve en face sur la Place du 6 Août.

En voiture: Prendre l'autoroute en direction du Valais et sortir à «St-Triphon». Suivre «Pas de Morgins» puis, à partir de Troistorrens, «Morgins». Entrer dans Morgins et se parquer sur la Place du Village (devant l'église).

SITUATION



L'abeille, fascinante et indispensable

Le temps d'une promenade, ce sentier vous invite à vous immerger dans l'univers incroyable, mais souvent méconnu, des abeilles. Le parcours rejoint la station de fécondation de reines de la variété d'abeilles Buckfast qui est située au fond de ce vallon. Pour éviter toute contamination, il est toutefois impossible de la visiter; seuls les apiculteurs y ont accès.



«Si les abeilles devaient disparaître, l'humanité n'aurait plus que quatre années à vivre!» Ces propos lourds de menace, prêtés à Albert Einstein, illustrent parfaitement le rôle que jouent ces insectes dans l'équilibre du monde vivant. Indispensables aux végétaux, qu'elles aident à se multiplier par leur action pollinisatrice, les abeilles ont traversé les âges. Les spécimens fossilisés qui ont été retrouvés, vieux de 40 millions d'années, sont apparemment proches des espèces actuelles.

sentier des abeilles

5

sentier des abeilles

6

Le sentier part du fond de la grande place gravillonnée située en face de l'église, à côté de l'office du tourisme. Il suit intégralement la part sur les 200 derniers mètres) le Chemin des ponts, le long de la rivière de la Vièze. Traversez la passerelle et commencez à remonter la rivière. Le premier poste se trouve 50m après que le sentier quitte la route, sur la gauche.



L'abeille n'existe que par sa communauté



L'organisation sociale des abeilles fascine l'homme depuis toujours

L'abeille fascine l'homme depuis toujours. Non seulement en raison du miel qu'elle produit, mais aussi parce qu'elle vit en société organisée, comme lui. Les actions d'une abeille ne s'expliquent que par la logique de la colonie. Le rôle de chacune est déterminé par son âge, la saison et l'environnement végétal. Affirmer son individualité au sein du groupe est un comportement inexistant chez cet insecte social.

Toute seule, une abeille n'est rien. Elle ne vit que par, et pour, le groupe auquel elle appartient. Ainsi, si l'on veut réellement comprendre ces insectes, il est préférable de considérer chaque colonie (chaque ruche) comme un être vivant global, un organisme dont les abeilles ne sont que les organes.

Remarques personnelles

28

sentier des abeilles

27

sentier des abeilles

10 L'avenir des abeilles

Le fond de ce vallon a été choisi pour abriter une station de fécondation de reines de la variété d'abeilles Buckfast. Ceinturé d'un cirque de montagnes et situé à 6km des apiculteurs les plus proches, il constitue un milieu bien isolé au niveau apicole. Cela permet de contrôler la fécondation des reines et de limiter au maximum les risques d'hybridation avec d'autres variétés. La production de mâles fécondateurs est garantie par des ruches de Buckfast disposées en haut de la parcelle.



La perpétuation d'une variété pure se fait ici au prix d'une passion sans limites, d'innombrables précautions et d'une traçabilité maximale. C'est pour cela que ce site est malheureusement interdit aux visiteurs, afin de ne pas désorienter les reines qui rentrent de fécondation et qui impliquerait leur perte.

25 sentier des abeilles

26 sentier des abeilles

Fin Vous voilà parvenus au terme du sentier. Rejoignez Morgins en revenant sur vos pas par le sentier des Ponts.

La visite de la station est très réglementée. Son accès se fait uniquement sur autorisation, qui doit être demandée au minimum deux jours à l'avance. A quelques exceptions près, seuls les apiculteurs qui y possèdent des ruches y ont accès. Chacun n'a le droit de visiter que ses propres ruches, qui sont identifiées par ses initiales. De plus, chaque visiteur rempli à son arrivée et à son départ un registre qui permet de retracer toutes les allers et venues en cas de contamination génétique.



Les reines sont placées dans des ruchettes à proximité des ruches qui contiennent les mâles



Plusieurs apiculteurs amènent leurs reines Buckfast ici pour les faire féconder

Cet espace est utilisé de manière conjointe par plusieurs apiculteurs. Chaque éleveur de Buckfast amène ses reines dans des ruchettes pour les faire féconder. Afin de perpétuer la pureté de la variété, il est soumis à des directives très strictes. Il doit en premier lieu s'assurer que ses ruchettes ne contiennent pas de faux-bourçons. Ensuite, il faut que toutes les abeilles qu'il amène soient exemptes de maladie et certifiées comme telles. Enfin, il est tenu de fournir le pédigrée complet de sa reine.

1 une longue sélection

En plus des Buckfast, élevées dans la région, il existe de nombreuses autres races d'abeilles. On dénombre des milliers d'espèces d'hyménoptères, d'apoïdes et d'apidés qui leur sont apparentées. Mais beaucoup sont solitaires, contrairement à l'abeille qui nous intéresse ici, qui appartient au genre *Apis*. Parmi les quatre grandes familles de cet insecte social, une seule est largement élevée par l'homme: *apis mellifera* (c'est-à-dire «abeille à miel»).



Cette famille présente toutefois des variations en fonction de son milieu d'adoption. C'est pourquoi on parle couramment de l'abeille italienne, caucasienne, noire ou encore caroliennne. Le comportement de chacune de ces races varie légèrement; certaines forment plus facilement des essaims, d'autres sont plus productives, ou plus agressives.

sentier des abeilles

7

sentier des abeilles

8

2 Le poste suivant se trouve 150m plus loin, lorsque le sentier rejoint le parcours Vita.

Le travail de sélection des abeilles nécessite un suivi constant de toutes les colonies. Il suffit qu'une reine s'accouple avec un mâle d'origine inconnue pour que tout soit compromis. D'ailleurs, partout où la densité des ruches est forte, les abeilles sont très largement hybridées (croisées). Ainsi, la station de fécondation est indispensable ici, pour garantir la pureté de la variété Buckfast.

Le sélectionneur le plus célèbre du monde apicole était le frère Adam. Ce moine allemand, décédé en 1996, vivait à l'abbaye de Buckfast, dans le sud de l'Angleterre. Il a parcouru le monde pour rapporter des reines dont les caractéristiques étaient intéressantes. En les croisant avec ses souches d'élevage, il a créé la célèbre abeille Buckfast, très résistante et actuellement très répandue.

Les abeilles Buckfast font partie des variétés les plus répandues



C'est dans cette abbaye que vécut le célèbre sélectionneur

forme convexe et plate mesure environ 1,6mm. Il se nourrit en suçant l'hémolymphe (le sang) de l'abeille, ce qui la fragilise et la rend plus vulnérable à d'autres affections. Malgré des traitements scrupuleux, le cycle rapide de reproduction du varroa lui permet de résister aux produits utilisés pour l'éliminer.



Le sphinx tête de mort

D'autres maladies s'attaquent directement aux larves. Causée par une bactérie, la loque américaine est très contagieuse et peut demeurer plus de trente ans sur un support apicole (vieille cire, miel étranger, ruches abandonnées...). Sa cousine la loque européenne est beaucoup moins dangereuse; les abeilles peuvent souvent y remédier d'elles-mêmes. Ces micro-organismes ne sont pas les seuls ennemis invisibles des abeilles. Pas moins d'une vingtaine de virus s'attaquant à elles ont été identifiés à ce jour.



Le redoutable varroa

10 Continuez jusqu'à la route et suivez-la. Elle effectue rapidement un virage en épingle à cheveux. Le poste suivant se trouve 50m plus loin, sur la gauche.

24 sentier des abeilles

23 sentier des abeilles

Dans la nature, l'abeille compte parmi ses prédateurs différents oiseaux, araignées, mammifères et insectes. Certains ne s'intéressent qu'à son miel, comme le sphinx tête de mort, un papillon. D'autres, tels que l'ours, le blaireau, la martre, le loir et la souris, sont moins sélectifs; ils considèrent toute la ruche comme étant comestible. La vie des abeilles est également menacée par plusieurs maladies. Parmi elles, le parasitage par le tristement célèbre varroa, qui a fait son apparition dans les ruches suisses en 1980. Ce petit acarien brunâtre de



L'abeille, comme toutes les formes de vie, possède de nombreux ennemis de différentes tailles, allant du virus à l'ours. L'être humain, par sa maladresse et les traitements chimiques qu'il utilise pour ses cultures, n'est certainement pas le plus insignifiant d'entre eux. Ses nuisances sont toutefois généralement involontaires, car l'abeille est son alliée et il a tout intérêt à ce qu'elle prospère.

6 Les ennemis de l'abeille

2 de la cueillette à l'élevage

Le passage de la «cueillette» du miel sauvage à l'apiculture d'élevage a nécessité une longue transition. Dès la Préhistoire, la fumée était la meilleure alliée des humains pour éloigner les abeilles de leur miel. C'est un flambeau à la main qu'ils allaient voler les rayons de miel, comme en témoignent les peintures rupestres de plusieurs grottes. Cette récolte s'apparentait alors à une périlleuse cueillette lors de laquelle il fallait affronter ces minuscules animaux.



Par la suite, aussi bien les Celtes que les civilisations de la Méditerranée orientale ont commencé à domestiquer les abeilles, en leur aménageant très simplement un abri où se fixer. Ces ébauches de ruches étaient réalisées en bois, en paille, en roseau, en poterie (en utilisant de grandes jarres retournées) ou encore dans des troncs d'arbres creux. Ce n'est qu'au XVIII^e siècle que les savants se sont efforcés de

sentier des abeilles 9

sentier des abeilles 10

3 Suivez le sentier, qui traverse la rivière puis la remonte de l'autre côté. Déposez le grand couvert et arrêtez-vous sur la droite juste avant la place de pique-nique aménagée avec des arbres en bois.

D'autres outils spécifiques sont nécessaires pour extraire le miel, qui est fabriqué par les abeilles sur des cadres disposés à l'intérieur des ruches. Pour débloquer et prélever ces derniers, différents modèles de lève-cadres existent. Ils sont complétés par la brosse à abeilles, une sorte de petite balayette.



La «fourchette» permet d'enlever les opercules qui bouchent les alvéoles

Aujourd'hui encore, malgré son développement, l'apiculture reste un art et continue à utiliser certaines des méthodes de la Préhistoire. Ainsi, l'outil le plus utilisé à l'apiculteur est l'enfumoir (ou soufflet). Son deuxième allié (ou soufflet) est l'enfumoir indispensable est le «voile». Ce vêtement de protection intégral est complété par des gants d'apiculteur, que l'on peut mettre ou enlever selon l'humour des abeilles.



Le voile fait partie des allés indispensables de l'apiculteur

comprendre le fonctionnement des colonies d'abeilles. Parallèlement, les formes des ruches ont évolué, jetant les bases de l'apiculture moderne.

De même, un butinage intense est fondamental pour l'apiculteur. Pour augmenter et diversifier sa récolte de miel, il se déplace avec ses ruches en suivant les différentes floraisons. Cette transhumance, de minimum 2-3km, s'effectue de nuit, lorsque toute la colonie se trouve dans la ruche.



Les apiculteurs déplacent régulièrement leurs ruches pour que les butineuses trouvent de nouvelles fleurs

Lorsque la nourriture est abondante, la colonie d'abeilles atteint son apogée. La ruche devient surpeuplée, ce qui provoque le besoin d'essaïmer. Les ouvrières mettent alors en route un élevage de reines, qu'elles protègent de la reine actuelle. Environ dix jours avant l'éclosion de ses rivales, la reine s'enfuit pour éviter de les affronter.



Lorsqu'une ruche est surpeuplée, une partie de ses occupants part former une nouvelle colonie

Accompagnée d'une partie de ses sujets, la reine éconduite forme un essaim. Chargé de provisions, ce dernier quitte la ruche et rejoint un nouveau gîte choisi par les éclaireuses. Les ouvrières cirières se mettent immédiatement au travail afin de permettre à leur reine de recommencer à pondre. Une nouvelle colonie est ainsi créée.

8 Dépassez le lac et continuez sur le Chemin des Ponts. Quelques centaines de mètres plus loin, il rejoint une route, qu'il quitte peu après en partant sur la droite. Le poste suivant se trouve à cette bifurcation.

20 sentier des abeilles

61 sentier des abeilles

Cette activité pollinisatrice est également très importante pour les producteurs de fruits et de légumes. Un fruit mal fécondé possède une faible valeur marchande de par sa forme asymétrique et son déficit en sucre (ou en huile dans le cas d'un oléagineux comme le colza ou le tournesol), qui va jusqu'à 80%. Ainsi, l'importance économique des abeilles liée à la pollinisation est quarante fois plus grande que la valeur du miel récolté.



L'échange de bons procédés entre l'abeille et la fleur est bénéfique et indispensable à toutes les deux. Alors que l'insecte aide à la plante à se reproduire en la pollinisant, la fleur fournit du nectar qui nourrit l'abeille. La vie des colonies est ainsi déterminée par leur environnement floral.

7 pollinisation et

4 du nectar au miel

Ce n'est pas pour le plaisir des amateurs de douceurs que les abeilles fabriquent du miel. Produit à partir du nectar des fleurs, puis stocké dans les rayons de leur ruche, il constitue pour elles une précieuse réserve de nourriture pour l'hiver.



Lors de son butinage, chaque abeille féconde les fleurs en transportant leur pollen de l'une à l'autre. En triturant leurs étamines, elle se couvre de grains de pollen, qu'elle humecte systématiquement avec du nectar. Lorsqu'elle quitte la fleur en s'élevant dans les airs, l'abeille se brosse soigneusement et ramène sa récolte dans les corbeilles qui se situent sur la face externe de ses pattes arrières. Une fois chargée, elle peut retourner à la ruche.

Lors de son butinage, l'abeille aspire, grâce à sa trompe, du nectar et du «miellat» (sécrétion sucrée émise par les petits insectes parasites des arbres et arbustes) qu'elle stocke dans son jabot. Elle rentre ensuite à la ruche et transmet son butin à une autre abeille, avant de repartir butiner.

sentier des abeilles 13

sentier des abeilles 14

5 Continuez sur environ 1km, jusqu'à la place de pique-nique qui comporte un grand abri situé le long de la route. Le poste suivant se trouve 30m plus loin, le long de la rivière.

Le miel peut contenir jusqu'à vingt sortes de sucres différents, dont principalement du glucose et du fructose. Il fait le bonheur des sportifs... sans pour autant être considéré comme un produit dopant. Il possède encore bien d'autres propriétés et usages, qui sont décrits au poste 6.

Noisette, anis, rose, pruneau, café, abricot, citron, vanille ou encore menthe ne sont que quelques-uns des innombrables arômes du miel, cet aliment aux multiples facettes. Malgré cette variété, due à son origine florale, il se compose invariablement de divers sucres (près de 80%), d'eau (près de 20%) et, en bien plus faibles quantités, de vitamines, pigments, minéraux et arômes, qui lui donnent sa couleur et son parfum.



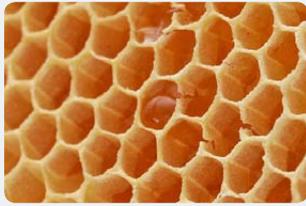
Le miel est extrait et filtré avant d'être consommé

La récolte de la butineuse est ensuite transmise à d'autres ouvrières, qui l'avalent puis le régurgitent dans les cellules des rayons où il sera stocké. Comme elle contient jusqu'à 50% d'eau, elle doit encore être déshydratée par les ouvrières ventileuses, qui expulsent l'air réchauffé et chargé d'humidité vers l'extérieur. Enfin, les cellules sont fermées avec un bouchon de cire.



La récolte des abeilles est stockée dans les rayons de la ruche

auxquelles il offre un véhicule idéal pour leur pénétration dans l'organisme, augmentant ainsi leur efficacité.



Le miel possède des propriétés cicatrisantes

L'apithérapie est aussi très intéressante pour les pays en voie de développement. A Cuba, l'utilisation de trois aromiels antibactériens et d'un propomiel de cicatrisation, tous réalisés à l'aide de produits locaux, a donné des résultats dépassant toutes les espérances. Sur les 500 patients atteints d'infections bactériennes de la sphère respiratoire qui ont été traités, 90% ont connu une guérison rapide et sans effets secondaires.



Le venin des abeilles contient des principes thérapeutiques antirhumatismaux

Les produits de l'apiculture ne peuvent cependant être considérés comme une panacée. Par exemple, aucun miel ne peut constituer une thérapeutique du diabète. Par contre, la gelée royale et la propolis contribuent à abaisser à long terme la glycémie et la lipémie de manière rapide.

7 Continuez jusqu'à la buvette et traversez sa terrasse pour emprunter le sentier qui longe la rivière. A la bifurcation située 200m plus loin, restez sur la même rive. Le poste suivant se trouve à 500m, juste avant le petit lac.

18 sentier des abeilles

17 sentier des abeilles

Tout seul, le miel peut être utilisé pour aider la cicatrisation des plaies. Les principes antimicrobiens qu'il renferme sont issus à la fois de l'abeille, qui produit de l'eau oxygénée (un antiseptique puissant), et de la source florale, qui lui transmet des composés aux propriétés antibactériennes, comme l'acide phénolique.

C'est grâce à ces qualités que le miel, consommé durant la saison froide - par exemple dans le thé - a une action favorable contre les maux de gorge. Il peut aussi être mélangé à des huiles essentielles,



A l'image de la gelée royale, tous les produits récoltés ou sécrétés par l'abeille profitent à l'être humain. Ce constat est à la base de l'apithérapie. Cette approche, aussi bien préventive que curative, offre une très large pharmacopée. Elle utilise notamment le miel et des associations entre miel et huiles essentielles («aromiels») ou entre miel et propolis («propomiels»).

9 L'apithérapie

5 propolis et gelée royale

Si le miel est de loin le produit de la ruche le plus connu, il en existe d'autres, aux propriétés et usages étonnants, qui méritent d'être mentionnés: la propolis et la gelée royale.



La gelée royale est sécrétée par les abeilles ouvrières, en particulier par les nourrices âgées de cinq à quinze jours. Si elle est distribuée à toutes les jeunes larves au début de leur croissance, elle est par la suite réservée aux cellules royales. Cette bouillie blanchâtre à l'odeur et à la saveur caractéristiques constitue l'essentiel de la nourriture des reines pendant toute leur existence, alors qu'ouvrières et faux-bourdons doivent se contenter de miel et de nectar.

L'effet provoqué sur la reine par l'absorption continue de gelée royale est impressionnant. Cette nourriture multiplie son espérance de vie par 50 et sa vitesse de croissance par 3000 par rapport aux ouvrières.

15 sentier des abeilles

16 sentier des abeilles

6 Continuez à longer la rivière. Après quelques centaines de mètres, le sentier la traverse, puis la quitte provisoirement pour traverser un dipoge et rejoindre la route. Arrêtez-vous au début de l'alpage, juste après la passerelle.

La propolis possède de nombreuses propriétés médicales (antibactériennes, antivirales, antifongiques, antiparasitaires...), qui ont été vérifiées par de très nombreux travaux scientifiques à travers le monde. Son efficacité a ainsi été reconnue en médecine dentaire, en dermatologie, en oto-rhino-laryngologie ou encore en gynécologie.



De la propolis

On appelle propolis les substances résineuses que les abeilles utilisent pour calfeutrer les fissures de leur ruche. Elles en enduisent également les parois et les rayons, ainsi que les corps étrangers qu'elles ne peuvent évacuer de leur habitat en raison de leur taille (papillons, petits rongeurs, lézards...).

La formidable croissance des reines s'est liée à la consommation de gelée royale



Cela a incité l'être humain à consommer lui aussi ce produit dopant naturel et dépourvu de toute toxicité. De fait, la gelée royale a un effet stimulant sur l'état général des sujets fatigués et déprimés.