

Clémentine, apicultrice productrice de gelée royale



Saison 2017, Rucher de Rontignon

Mon parcours

J'ai 30 ans, j'ai grandi au béarn, où je suis revenue m'installer depuis quelques années. Actuellement pluriactive, je travaille dans le réseau des Calandreta, à temps partiel. Cela me permet de monter progressivement mon projet d'apiculture, et de conjuguer deux activités en accord avec mes convictions.



J'ai commencé l'apiculture en 2013 dans une association de rucher école, où j'ai été "piquée" par le monde de l'abeille.

Après avoir accompagné les projets d'installation agricole au sein de la Confédération Paysanne et de l'ADEAR de l'Aveyron, j'ai souhaité passer de l'autre côté et monter mon projet dans une démarche d'agriculture paysanne.

Visite d'un essaim, 2017, Rontignon

En 2015 lors de la formation adulte de BPREA Apiculture à Auterive (Brevet Professionnel Responsable d'Exploitation Agricole) j'ai eu la chance de réaliser des stages chez des apiculteurs.

C'est **Jeanine Peyre-Lavigne**, apicultrice à Castet, qui m'initie depuis au métier. J'ai également été accueillie chez des producteurs de gelée royale afin de me former à cet atelier spécifique.

Je viens d'entrer dans la pépinière agricole du CIVAM dite " la couveuse " afin d'intégrer notamment un réseau de jeunes en démarche d'installation et de producteurs.

Cette année je "couve" aussi car j'attends notre premier enfant, prévu pour l'automne.

Mon projet



Mes motivations principales sont le plaisir du travail au contact de l'abeille, la diversité des activités en fonction des saisons, et vivre "au païs".

Actuellement j'ai une quarantaine de ruches et essaims, installés principalement en sédentaire sur les côteaux de Rontignon (entre Pau et Nay) et sur le secteur sud de Pau (Lasseube).

Chaque année j'augmente mon cheptel, je réinvestis les ventes dans l'achat de ruches et de matériel. Ce choix de parcours progressif me permet d'améliorer mes connaissances, et ma technicité.

La gelée royale est l'atelier de production principal.



Récolte d'un cadre avec des cellules royales, 2017



Extraction de la gelée royale, 2017... goutte à goutte !

Je travaille avec soin, dans une recherche de qualité des produits de la ruche.



Visite d'un essaim, saison 2017

Pour exemples :

- je privilégie l'achat de cire bio chez des apiculteurs en bio du Sud Ouest, ainsi que l'achat de reines chez des apiculteurs pyrénéens en bio
- pour les apports nécessaires en saison de production j'utilise mon miel ou le sucre bio. Je n'utilise pas d'apport extérieur dans un objectif de nourrissage spéculatif.
- pour le matériel, je fabrique de la peinture à base d'ocre et de farine ou de l'huile de lin, appliquée sur les ruches en bois.

Pourquoi l'AMAP

Je partage la vision des AMAP. Cela permet aux amapiens d'avoir accès à des produits locaux, de qualité, et aux producteurs d'être en contact direct avec eux, ce qui est très valorisant. C'est aussi un moment de rencontre, d'échange et de convivialité qui laisse de l'espace aux relations humaines. Je propose de présenter mon activité et d'échanger en toute transparence avec les amapiens intéressés.

LES PROPRIETES DE LA GELEE ROYALE

Extraits : <http://geleeroyale-info.fr/>



Quand et pourquoi faire une cure de Gelée Royale ?

On peut consommer de la Gelée Royale en cure, de préférence aux intersaisons (**printemps et automne**), toute l'année... afin de faire le plein de vitamines, d'oligoéléments et d'antioxydants.

Les bienfaits de ses composants

Les vitamines B1, B2, B3, B5, B6, B8, le cuivre et le phosphore contribuent à un métabolisme énergétique normal.

Les vitamines B1, B2, B3, B5, B6, B8, et le cuivre participent au fonctionnement normal du système nerveux.

Les vitamines B2, B3, B5, B6, B9 contribuent à réduire la fatigue.

Les vitamines B1, B3, B6, B8 et B9 contribuent à des fonctions psychologiques normales.

Le cuivre, le zinc, l'acide folique et la vitamine B6 interviennent dans le fonctionnement normal du système immunitaire.

Les vitamines B2, B3, B8 et le zinc contribuent au maintien d'une peau normale.

La vitamine B2 et le cuivre jouent respectivement un rôle dans le métabolisme et le transport du fer.

Le 10-HDA (acide 10-hydroxy-2-décénoïque) est un acide gras spécifique de la gelée royale, composé qui intéresse beaucoup les chercheurs il a été identifié comme responsable d'une activité biologique importante attachée aux stratégies de développement de la colonie.

La synergie de tous ces éléments donne à la gelée royale ses propriétés remarquables.

Quelle quantité consommer ?

Un pot de 10g représente une cure de deux à trois semaines à raison d'une à deux cuillères doses par jour (0,5 à 1g par dose) pour un adulte bien portant. La gelée royale se conserve au frais entre +2° et +5°C.