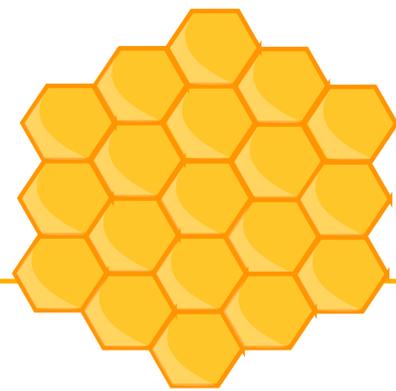


# Les vertus spécifiques des bons miels :



## **Miel d'accacia :**

Doux régulateur intestinal pour les nourrissons.



## **Miel de bruyère :**

Désinfestant et urinaire, diurétique antirhumatismal.



## **Miel de Châtaignier :**

Combat la dysenterie, accélère la circulation.



## **Miel de chêne :**

Astringent, tonique et minéralisant.



## **Miel de Forêt**

Spécifique des voies respiratoires.



## **Miel de tilleul :**

Spécifique des voies respiratoires.



## **Miel toutes fleurs :**

Tous soins de l'épiderme. Pansements pour les brûlures et irritations.



## **Miel de tournesol :**

Améliore la circulation et l'équilibre du sang (cholestérol).



## **Miel de trèfle :**

Propriétés dynamogéniques prononcées : c'est le miel des sportifs, des personnes qui doivent faire des efforts prolongés et qui manquent de résistance physique.



## **Miel de Pissenlit :**

Insuffisance Hépatique



### **Miel d'aubépine :**

Recommandé dans les cas d'hypertension et d'artériosclérose.  
C'est le miel des cardiaques, à utiliser en cas de spasmes, palpitations,  
angine de poitrine.

Antispasmodique, il est bon pour les nerveux, les angoissés.

A utiliser en cas de vertiges et bourdonnements d'oreille.

Il calme l'insomnie.



### **Miel de Colza :**

Miel de table et servant dans les industries  
alimentaires ou pour fabriquer l'hydromel.

# Les vertus du miel

## Présentation :

Le miel est habituellement présenté dans des pots de matériaux et poids variables qui doivent être conservés dans un endroit sec et frais. Il existe une variété considérable de miels suivant l'origine botanique, le plus couramment rencontré et utilisé étant le miel toutes fleurs

## Composition :

Le miel contient un certain pourcentage d'eau qui varie en moyenne de 16 à 20%.

Aussi des glucides (sucre) de 75 à 80%, essentiellement du GLUCOSE et LEVULOSE.

Ainsi que des protides (substances azotées), parmi lesquels une douzaine d'acide aminé, des acides organiques et des lactones.

Plus, des substances minérales et oligo-éléments : calcium, chlore, cuivre, fer, magnésium, mangasène, phosphore, potassium, silicium, sodium, soufre.

Il contient également des vitamines tel que les vitamines B1, B2, B3 ou vitamines PP, B5, B8 ou vitamines H et B9.

Des enzymes invertase et amylase essentiellement et d'autres substances dont plusieurs facteurs antibiotiques groupés sous le nom d'inhibine.

## Propriétés et indications :

Le miel est le seul produits sucrant naturel pour l'homme.

Cet aliment naturel riche en sucres simples directement assimilables et doués d'un haut pouvoir énergétique (100g de miel apporte 300 calories) est doté en outre de nombreuses actions et propriétés très importantes dans le cadre de la santé.

Il est particulièrement recommandé chez les sportifs par sa double action dynamogénique et stimulante du coeur, le miel est indiqué aussi en cas de :

- **Asthénies** (ou état de fatigue) à tous les degrés et surtout dans les convalescences.
- **Anorexies** (ou peres de l'appétit) et amaigrissement (surtout chez l'enfant et le nourissons).
- **Constipation** sous toutes ses formes.
- **Ulcères** : gastro-duodénaux et infections intestinales.
- **Anémies** (apanage des miels foncés) et pour faciliter le travail du coeur en général.
- **Affection O.R.L** (très bonne indication du miel en rayon) et affections bronchiques.

Dans tous les cas ou il faut faciliter la diurèse.

- **Nervosisme et insomnie** (indications des miels fortement aromatique).