Zeitschrift: Générations : aînés
Herausgeber: Société coopérative générations
Band: 30 (2000)
Heft: 3

Register: Les invités de Mednat

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 03.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Les vertus du miel

Le miel ne résout pas à lui seul les problèmes de santé, mais il contribue à renforcer le système immunitaire et agit sur des terrains spécifiques.

Sa texture, sa couleur et ses vertus varient en fonction de sa composition. Le miel, innocemment fabriqué par les abeilles, est surtout un produit très contrôlé par l'apiculteur, qui doit soumettre le produit de ses ruches à des analyses précises pour pouvoir revendiquer une appellation particulière.

On trouve couramment sur le marché suisse des miels spécifiques qui peuvent agir favorablement sur une pathologie. L'Institut Plaisir Santé Harmonie vend une collection de miels étrangers, afin de faire connaître au public les vertus de ces produits. Voici quelques indications données par la spécialiste de l'apiculture, qui travaille à l'Institut:

Le **miel d'acacia** est un régulateur intestinal. Sa saveur est légère et agréable.

Le **miel de bruyère** est diurétique et antianémique. D'une saveur prononcée, il est un peu amer.

Le **miel de châtaignier** favorise la circulation sanguine. Foncé et épais, il est plutôt âcre.

Le **miel d'eucalyptus** est un antiseptique des voies urinaires et respiratoires. Sa couleur et sa saveur changent selon les espèces.

Le **miel de lavande** est anti-inflammatoire et soulage les voies respiratoires. Blanc doré, il est très agréable au goût.

Le **miel d'oranger** est antispasmodique et sédatif nerveux. Il est d'une teinte jaune ambré, et très agréable au goût.

Le **miel de romarin** est indiqué pour les insuffisances hépatiques et vésiculaires. Il est blanc ou doré et doux.

Le **miel de thym** est antiseptique. Il est plus ou moins foncé, avec une saveur assez forte.

Le **miel de tilleul** est un sédatif nerveux et un antispasmodique.

Le **miel de tournesol** est fébrifuge, utile dans toutes les affections fébriles en général. Jaune clair, il a une saveur douce.

Le **miel de trèfle** est favorable à la convalescence, efficace dans les états de fatigue et pour les efforts physiques intenses. Il est presque incolore, avec une saveur douce.

A vos tartines et bon appétit! **G. N.**

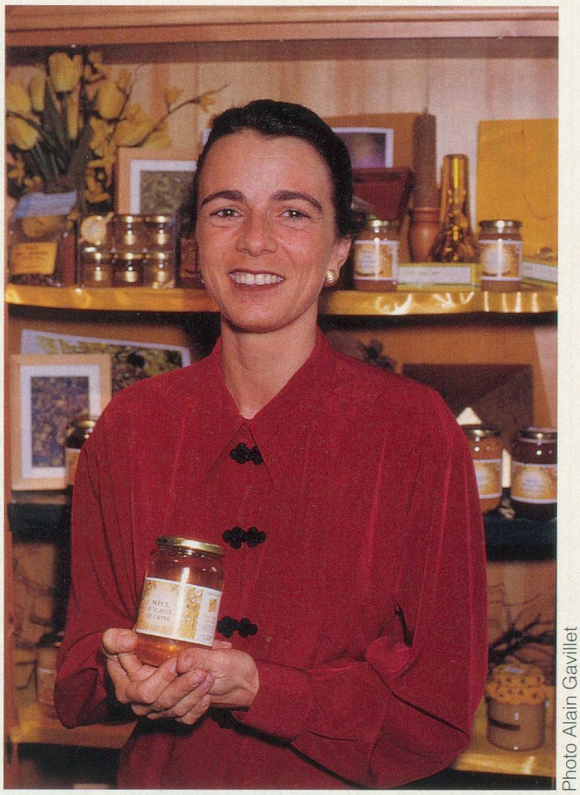

Photo Alain Gavillet

Les propriétés du miel varient selon sa composition

Les invités de Mednat

Cette année, pour sa 12e édition, le Salon Mednat a invité la station thermale de Lavey-les-Bains et les anthroposophes. Agrobiorama apportera un complément bienvenu aux visiteurs.

Le village du thermalisme. La station thermale de Lavey-les-Bains présentera ses nouvelles installations. Les autres spécialistes du thermalisme seront également présents: Yverdon-les-Bains, Saillon et Ovronnaz Thermalp.

La Société anthroposophique suisse. Fondée en 1923 par Rudolf Steiner, elle compte 5500 membres actifs. Il s'agit d'une société idéaliste, qui considère l'homme comme un être créateur, libre et responsable. (Voir page 38)

Agrobiorama. Cette exposition spéciale offrira au public la possibilité de mieux s'informer sur le développement de l'agriculture biologique. A l'époque des organismes génétiquement modifiés (OGM), c'est une approche différente.

Conférences et ateliers. Traditionnellement, des conférences sont organisées durant Mednat. L'an passé, il y en a eu 102, suivies par 8000 spectateurs. Il s'agit d'une animation très prisée.

Les bancs du marché, avec Pro Senectute, le Mouvement des Aînés, *Générations*, la Fédération VD des ligues de la santé, la Fédération VD de gym et sports aînés et les associations partenaires du Pass'Sport Seniors, qui feront des démonstrations.