

# μελίαμα



Περιοδική έκδοση του Επιστημονικού Κέντρου Μελισσοθεραπείας

Διανέμεται δωρεάν

Τεύχος 9 • Φθινόπωρο - Χειμώνας 2008-09

**Melissa Garden**  
Το άδυτο των  
μελισσών στη  
βόρεια California

**Σουηδοί**  
επιστήμονες  
έλυσαν ένα  
αίνιγμα του μελιού

*Τα προϊόντα της  
μέλισσας στη  
λαϊκή  
ιατρική των  
Ελλήνων του  
Πόντου*

**Η μέλισσα**  
στην τέχνη:  
Κέρια  
ομοιώματα

**Μέλισσα,**  
Γεωγραφία &  
Παράδοση



φυσικά προϊόντα μέλισσας



ApiPharm  
apitherapy • μελισσοθεραπεία



Η πιο αξιόπιστη εναλλακτική πρόταση για την υγεία!

με την συνέργεια μελισσοκομικών προϊόντων και αιθέριων ελαίων



**ONCOCYCLE®  
capsules**

Αυξάνει την αντίσταση του οργανισμού, ενισχύει το ανοσοποιητικό. Αποτοξινώνει από χημικούς ρύπους. Αποτρέπει το σχηματισμό ελεύθερων ριζών.



**alleMIN®  
drops**

Αυξάνει την αντίσταση του οργανισμού κατά των αλλεργιών της άνοιξης.



**acnePHASE®  
cream**

Για την καταπολέμηση της ακμής.



**candicide®  
cream  
capsules**

Εναντίον κάθε είδους εσωτερικών και εξωτερικών μυκητιάσεων.



**kilVIR®  
cream  
capsules**

Κατά του έρπη και του έρπη ζωστήρα.



**pulmoPHASE®  
syrup  
capsules**

Βοηθάει σε πνευμονολογικές παθήσεις και στην απελευθέρωση της αναπνοής. Αυξάνει την αντίσταση του οργανισμού.



**rhinoPHASE®  
syrup  
capsules**

Κατά των παθήσεων του ανώτερου αναπνευστικού. Απελευθερώνει τη μύτη και ανακουφίζει το λαιμό.



**livaVIR®  
capsules**

Ρυθμίζει τη λειτουργία του πεπτικού συστήματος ευνοώντας την αφομοίωση τροφών και την αποτοξίνωση.



ΣΕ ΕΠΙΛΕΓΜΕΝΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

εισάγονται από το Βέλγιο



Γ. Κονδύλη 16, Αγ. Ανάργυροι, Αττική  
tel: 210 8547500 • fax: 210 8547636  
www.apipharm.gr • info@apipharm.gr



# Ισίδωρος Τσιμίνης

## Φύση - Παράδοση - Επιστήμη

Η μελισσοκομία είναι τέχνη και η γνώση της έχει ρίζες βαθιά στην αρχαιότητα. Στις μέρες μας, συνεχίζεται να ασκείται σε κάθε μεριά της πατρίδας μας από, κατά παράδοση, μελισσοκόμους αληθιά και από ανθρώπους που εγκαταλείπουν την πόλη και τον τρόπο ζωής της για μια εργασία με ελεύθερο ωράριο, σε εντελώς φυσικό περιβάλλον και με σοβαρά οικονομικά οφέλη. Τα μελισσοκομεία του Τσιμίνη στο Καπανδρίτι Αττικής αποτελούν σημείο εκκίνησης αληθιά και στήριξης, τόσο για τους νέους όσο και για τους επαγγελματίες μελισσοκόμους.

### ΦΥΣΗ, ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗ



**διαθέτουμε:**

- μελίσσια**
- παραφιιάδες**
- βασίθισσες**

Καπανδρίτι Αττικής

τηλ.: 22950 52963

fax: 22950 29082

e-mail: [info@melisokomia.gr](mailto:info@melisokomia.gr)

[www.melisokomia.gr](http://www.melisokomia.gr)



6	<b>EDITORIAL</b>
8	<b>ΤΑ ΝΕΑ ΤΗΣ ΜΕΛΙΣΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ</b>
12	<b>ΑΡΘΡΟ</b> Melissa Garden: Το άδυτο των μελισσών στη Βόρεια California
16	<b>ΠΕΡΓΑΜΗΝΗ</b> Τα προϊόντα της μέλισσας στη λαϊκή ιατρική των Ελλήνων του Πόντου
20	<b>ΑΡΙΘΗΡΑΡΥ COURSE</b> Προέλευση και τύποι μελιού μελιτώματος
22	<b>ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΑΡΘΡΟ</b> Σουηδοί επιστήμονες έλυσαν ένα αίνιγμα του μελιού
24	<b>Η ΜΕΛΙΣΣΑ ΣΤΗΝ ΤΕΧΝΗ</b> Κέρινα ομοιώματα
26	<b>ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΙΣ ΝΕΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ</b> OncoCycle: Ενίσχυση του ανοσοποιητικού, όταν ο καρκίνος "χτυπήσει", με ένα φυσικό προϊόν
28	<b>ΑΡΘΡΟ</b> Μέλισσα, Γεωγραφία & Παράδοση
30	<b>ΑΡΘΡΟ</b> Ζωντανός φράκτης- Μελισσία, ο απλούστερος τρόπος για να διώξει κανείς του ελέφαντες
31	<b>ΒΙΒΛΙΟΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ</b> Επίτομη Μελισσοκομία
32	<b>ΕΠΙΣΤΟΛΗ</b> Κατοχύρωση θυμαρίσιου μελιού
34	<b>ΔΙΑΤΡΟΦΗ</b> Ο νέος είναι ωραίος και ο παλιός αν τρέφεται σωστά φαίνεται αλλιώς
36	<b>ΓΥΡΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΚΟΥΤΑΛΑ</b> Μους σοκολάτας με ταχίνι και μέλι
37	<b>ΣΗΜΕΙΑ ΔΙΑΝΟΜΗΣ</b>
38	<b>ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ ΤΕΥΧΗ</b>





για να ξεκινάμε τη μέρα μας με

 **λιακάδα**  
**spread μελιού**  
με σπόρους & ξηρούς καρπούς

Η meli terra επινευσμένη από την ελληνική παράδοση και αφοσιωμένη στην φυσική διατροφή δημιούργησε τη σειρά "λιακάδα" για να ξεκινάει όμορφα η μέρα μας. Με βάση το μέλι, το ταχίνι, τους ξηρούς καρπούς, το λιναρόσπορο και το παρθένο ελαιόλαδο, το προϊόν αυτό αποτελεί μία εξαιρετική πηγή ενέργειας για όλη την ημέρα. Απολαύστε το αλειμμένο σε ψωμί ή μέσα σε κέικ και μπισκότα.

**Χωρίς συντηρητικά. Χωρίς πρόσθετα σάκχαρα.**  
**Υψηλή περιεκτικότητα σε ω-3 και ω-6, θειαμίνη και φώσφορο**  
**Πηγή φυτικών ινών, Βιταμίνης E, ασβεστίου, σιδήρου, μαγνησίου, & φολικού οξέος**

κλασικό  
με κακάο



**Α**γαπητοί φίλοι της Μελισσοθεραπείας, Το περιοδικό Μελίαμα είναι αυτή τη στιγμή το μοναδικό έντυπο με τη συγκεκριμένη θεματολογία στη χώρα μας. Από το ξεκίνημα της έκδοσής του φιλοδοξεί να αποτελέσει πεδίο έκφρασης των Ελλήνων και ξένων επιστημόνων που ασχολούνται με τη Μελισσοθεραπεία, αλλά και να αποτελέσει μοχλό για την περαιτέρω διάδοση της χρήσης των προϊόντων της μέλισσας για θεραπευτικούς και διατροφικούς σκοπούς.



Μετά από 4 χρόνια κυκλοφορίας, αισθανόμενοι ότι το περιοδικό Μελίαμα μεγάλωσε και ωρίμασε πιστεύουμε ότι ήρθε η ώρα να «απογαλακτιστεί». Το τεύχος που κρατάτε στα χέρια σας είναι το πρώτο μιας νέας περιόδου για την έκδοση μας. Είναι το πρώτο που κυκλοφορεί με τη φροντίδα των εκδόσεων ETRA, που μέσα από μια κοινή προσπάθεια με το Ε.ΚΕ.Μ. και όλους τους συνεργάτες που το υποστήριξαν μέχρι σήμερα, αισιοδοξούμε ότι θα φέρει πολλά καλά νέα. Νέα αισθητική, ανανεωμένη θεματολογία, ευρύτερη διανομή και σύντομα συχνότερη κυκλοφορία, δηλαδή 4 τεύχη ανά έτος – ένα για κάθε εποχή του χρόνου.

Παγιώνεται επίσης και η συνεργασία με την Apitherapy Commission της Apimondia. Τα μέλη της θα αρθρογραφούν συστηματικά στο Μελίαμα, δίνοντάς μας έτσι μια συστηματική και έγκυρη πληροφόρηση για τις εξελίξεις στο διεθνή χώρο.

Το Μελίαμα ανοίγει τα φτερά του για να πετάξει σε καινούργια λιβάδια και να επισκεφθεί όσο περισσότερα λουλούδια. Όχι για βόλτα και αναψυχή, αλλά δημιουργικά, σαν τη μέλισσα.

Καλό μας ταξίδι.

Δ. Α. Σελιανάκης  
Πρόεδρος Δ.Σ. Ε.ΚΕ.Μ.

# μελίαμα



## ΤΕΥΧΟΣ 9

ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ - ΧΕΙΜΩΝΑΣ 2008

## ΕΚΔΟΤΗΣ

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΜΕΛΙΣΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ  
Χρύσων 7, Αχαρνάι  
τηλ. 210 2465021

## ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ

Σελιανάκης Δημήτρης

## ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ

ETRA Publishing  
Ευεργετών 7, Π. Φάληρο  
τηλ. 210 9811753, www.etra.gr

## ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ

(κατ' αλφαβητική σειρά)

Δαβίας Ορέστης, βιολόγος - συγγραφέας  
Δημητριάδης Κώστας, φαρμακοποιός  
Ζουμπανέας Βαγγέλης, διατολόγος - διατροφολόγος  
Dr Liéna Hernandez Orizondo  
Κωσταρά Χριστίνα, κλινική διατροφολόγος - διατολόγος  
Dr Λαμπρόπουλος Αθανάσιος, καθηγητής επιστήμης τροφίμων και διατροφής  
Μαυροφρύδης Γιώργος, αρχαιολόγος, μελισσοκόμος  
Μπουκουβάλας Χρήστος, θεραπευτής - βελονιστής  
Μυλωνά Μυρτώ - Μαρία, διατροφολόγος  
Μυλωνάς Νίκος, γεωπόνος  
Παπαϊωάννου Γιώργος, φαρμακοποιός  
Παραπαρέκη Μαρία, τεχνολόγος τροφίμων  
Παρασκευόπουλος Ηλίας  
Dr Παύλου Κωνσταντίνος, εργοφυσιολόγος, καθ. κλινικής διατροφής, υπεύθυνος τμήματος αθλητικής διατροφής  
EKAΕ, provost/dean of faculty of the Hellenic - American University  
Dr Domerego Roch, βιολόγος, αντιπρόεδρος της Apimondia Apitherapy standing committee  
Σελιανάκης Δημήτρης, ειδικός μελισσολόγος  
Dr Stangaciu Stefan, MD - apitherapist  
Τζαλοκώστας Αναστάσιος, γεωπόνος  
Τσούγκου Χριστίνα, φαρμακοποιός  
Τσούτσος Βασιλεία, ιατρός πνευμονολόγος, ομοιοπαθητικός  
Υφαντίδης Μιχαήλ, καθηγητής μελισσοκομίας στη γεωπονική σχολή του ΑΠΘ  
Dr Χήνου Ιωάννα, φαρμακευτικό τμήμα Παν/μιου Αθηνών, τομέας φαρμακογνωσίας - χημείας φυσικών προϊόντων

Οι απόψεις που εκφράζονται από τους συγγραφείς των άρθρων δεν ταυτίζονται απαραίτητα με τις θέσεις του Ε.ΚΕ.Μ.

ΑΙΘΕΡΙΟ ΝΕΚΤΑΡ



ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ ΠΑΝΕΤΑΣ  
ΜΕΛΙΣΣΟΚΟΜΟΣ

Κιν.: 6932 577083  
Τηλ.: 210 6459779

ΒΙΟΤΕΧΝΙΑ  
ΚΥΨΕΛΩΝ

**Βασίλειος Γεωργίου Παπαϊωάννου**

Κατασκευάζουμε κυψέλες  
των 10 & 8 πλαισίων  
αποκλειστικά από Ευρωπαϊκή ξυλεία  
στην επί ετών  
γνωστή & ασύγκριτη ποιότητά μας.

**ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΕΣ:**

Πενταράκια, εξαράκια,  
κυψελίδια διαφόρων ειδών,  
τροφοδότες ξύλινοι.

**ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ:**

4ο χλμ. Τρικάλων – Λαρίσης  
Τηλ.: 24310 76055, 24310 76054  
Τηλ. Οικίας: 24310 28481

μελίμα



ΚΟΥΠΟΝΙ ΣΥΝΔΡΟΜΗΣ

Επιθυμώ να εγγραφώ συνδρομητής/τρια στο περιοδικό "μελίμα"

ΕΠΩΝΥΜΟ  ΟΝΟΜΑ   
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ   
ΠΟΛΗ  Τ.Κ.   
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ   
ΤΗΛ.  E-MAIL   
ΤΕΥΧΟΣ ΕΝΑΡΞΗΣ ΣΥΝΔΡΟΜΗΣ

Κόστος ετήσιας συνδρομής:  Ελλάδα: 10€

Εξωτερικό: 20€

(στην ετήσια συνδρομή περιλαμβάνονται τα έξοδα αποστολής με ΕΛ.ΤΑ.)

Τρόπος πληρωμής:

Με ταχυδρομική επιταγή

Στα γραφεία των εκδόσεων Etra

(Ευεργετών 7, Π. Φάληρο - τηλ. 210 9811753)

Υπογραφή

# μελίαμα2008

## 5ο Πανελλήνιο Συνέδριο Μελισσοθεραπείας & Γιορτή Μελιού

Στις 31 Μαΐου & 1 Ιουνίου 2008, στο Ινστιτούτο Γεωπονικών Επιστημών που στεγάζεται στο Κτήμα Συγγρού στο Μαρούσι, έγινε με μεγάλη επιτυχία η εκδήλωση «**Μελίαμα 2008**». Πρόκειται για το 5<sup>ο</sup> Πανελλήνιο ετήσιο συνέδριο για τη θεραπευτική δράση των προϊόντων της μέλισσας που διοργανώνει το **Ε.ΚΕ.Μ.**

Στα εγκαίνια του συνεδρίου το πρωί του Σαββάτου 31 Μαΐου 2008, το παρόν έδωσαν εξέχουσες προσωπικότητες από την πολιτεία αλλά και από τον χώρο της Μελισσοκομίας & της Μελισσοθεραπείας.

Κατά τη διάρκεια του Σαββατοκύριακου, οι περίπου 300 συνέδριοι – κυρίως εκπρόσωποι του επιστημονικού κόσμου αλλά και σημαντικός αριθμός προσκεκλημένων από τον κλάδο της μελισσοκομίας – παρακολούθησαν ομιλίες με θέματα:

### ΣΑΒΒΑΤΟ 31 ΜΑΪΟΥ

- Χρήση των προϊόντων της μέλισσας σε προγράμματα διατροφής και διαίτας
- Μέλι και Διαβήτης
- Anorexia nervosa και προϊόντα μέλισσας

- Ελληνικό μέλι: Νεότερα δεδομένα για την χημική σύσταση και τις βιολογικές του δράσεις
- Μελισσοθεραπεία και Ομοιοπαθητική
- Θεραπευτικός συνδυασμός προϊόντων της μέλισσας και χρήση αιθέριων ελαίων
- Μελισσοθεραπεία και επούλωση πληγών
- Κατακλίσεις, έλκη, εγκαύματα, τραύματα 5 λόγοι για θεραπεία με μέλι
- Αλλεργίες σχετιζόμενες με τη μέλισσα και τρόποι αντιμετώπισής τους
- Δήγματα εντόμων: Κνίδωση, Σύνδρομο Steven-Jonshon, Τοξική Επιδερμική Νεκρόλυση

### ΚΥΡΙΑΚΗ 1 ΙΟΥΝΙΟΥ

- Ο καταναλωτής δεσμώντας
- Το μέλι ως βασικό συστατικό της ελληνικής διατροφής
- Τα προϊόντα της μέλισσας στην κτηνιατρική
- Παραδοσιακή και σύγχρονη ελληνική μελισσοκομία
- Η μελισσοκομία σήμερα και οι προοπτικές της στην Ελλάδα
- Η βιολογική μελισσοκομία στην Ευρωπαϊκή ένωση





- Βιολογική μελισσοκομία και προοπτικές
- Εισαγωγή στο αγροτικό marketing
- Τα τοξικά μέλια και η χρήση τους για θεραπευτικούς σκοπούς.
- Το μέλι στη ζωή μας – Διατροφή και παράδοση
- Διαχείριση των προϊόντων της μέλισσας στο εργαστήριο του φαρμακείου

Αξιοσημείωτη ήταν η συμμετοχή των 2 ξένων ομιλητών, του **Dr. Theodore Cherbuliez**, προέδρου της Apitherapy Commission της Apimondia και του **Prof. Roch Domerego**, προέδρου της European Apitherapy Association, οι οποίοι παρουσίασαν:

- A protocol of Apitherapy treatment for M.S.
- BVT adverse reactions
- Apitherapy: Last clinical results
- Treatment of wounds and clinical results from Cuba

Το σύνολο των ομιλιών ήταν ιδιαίτερα ενδιαφέρον και η τεκμηρίωσή τους δίνει πλέον νέα ώθηση στη μελισσοθεραπεία στη χώρα μας. Το γεγονός αυτό προκύπτει και από τη συμμετοχή εκπροσώπων του ιατρικού κλάδου που φέτος ήταν μεγαλύτερη από ποτέ.

Στο πλαίσιο του συνεδρίου έγινε και το 5<sup>ο</sup> και τελευταίο session, καθώς και η απονομή των βεβαιώσεων παρακολούθησης του **Εισαγωγικού Σεμιναρίου Μελισσοθεραπείας 2008**. Έχουμε πλέον και στη χώρα μας επιστήμονες και επαγγελματίες του χώρου της υγείας με πιστοποιημένες γνώσεις πάνω στη χρήση των προϊόντων της μέλισσας για θεραπευτικούς σκοπούς.



Τέλος, ιδιαίτερο ενδιαφέρον είχε η δορυφορική εκδήλωση που συνδιοργάνωσαν το **ΕΚΕΜ**, η **ΕΔΟΜ** (Εθνική Διεπαγγελματική Οργάνωση Μελιού & λοιπών προϊόντων κυψέλης) και ο **ΟΠΕ**, στο πλαίσιο της οποίας ενημερώθηκε ο κλάδος για την τρέχουσα επικαιρότητα και κυρίως για το πρόγραμμα προώθησης του ελληνικού μελιού που συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση, τη χώρα μας και τα μέλη της ΕΔΟΜ με σκοπό τη διάδοση της χρήσης του μελιού τόσο στην Ελλάδα όσο και στο εξωτερικό.

Χορηγοί του συνεδρίου «Μελίμα 2008» ήταν οι εταιρείες: **Meliterra - Apipharm, ΕΛΓΕΚΑ, Karabini Medical, Mastihashop, Μελισσοκομία Τσιμίνη, Μελισσοκομικός Κύκλος** και **Theraskin**.

Το συνέδριο πραγματοποιήθηκε υπό την αιγίδα του Φαρμακευτικού Συλλόγου Αττικής, με την υποστήριξη της Εθνικής Διεπαγγελματικής Οργάνωσης Μελιού & λοιπών προϊόντων κυψέλης, του Mediterranean Health Forum, του ΙΝΚΑ και του Ινστιτούτου Γεωπονικών Επιστημών που για 2<sup>η</sup> χρονιά φιλοξένησε την εκδήλωση.

Χορηγός επικοινωνίας ήταν ο ραδιοφωνικός σταθμός **Αθήνα 98,4 FM**.

Φωτογραφίες:

1. Ο Δημήτρης Σελιανάκης, πρόεδρος του Ε.Κ.Ε.Μ.
2. Ο prof. Roch Domerego, πρόεδρος της European Apitherapy Association.
3. Ο Dr. Theodore Cherbuliez, πρόεδρος της Apitherapy Commission της Apimondia.
4. Άποψη του συνεδριακού χώρου.





Στην Ιταλία και συγκεκριμένα στη Ρώμη έγινε στις 9-12 Ιουνίου του 2008 η 2<sup>η</sup> διοργάνωση **Arimedita**, της εκδήλωσης παγκόσμιου βεληνεκούς που ξεκίνησε πριν από 2 χρόνια από την Αθήνα με πρωτοβουλία του Επιστημονικού Κέντρου Μελισσοθεραπείας.

Η επιτυχία της 1<sup>ης</sup> εκδήλωσης οδήγησε την Arimondia στην επιλογή της Ρώμης ως τόπου διοργάνωσης της 2<sup>ης</sup> εκδήλωσης ώστε να μπορεί να έχει η ίδια η παγκόσμια οργάνωση την εποπτεία των οργανωτικών θεμάτων (δεδομένου του ότι η έδρα της είναι στη Ρώμη), προκειμένου να διασφαλίσει ένα εξ' ίσου καλό αποτέλεσμα.

Έτσι λοιπόν, στη Ρώμη και συγκεκριμένα στο Monte Porzio Catone ένα παραδοσιακό χωριό λίγων 100άδων κατοίκων, σκαρφαλωμένο στους πρόποδες των Απέννινων ορέων, με πανοραμική θέα όλης της Ρώμης, σε ένα εκπληκτικής ομορφιάς κτίριο, τη Villa Modragone, χτισμένο τον Μεσαίωνα με σκοπό να αποτελέσει τη εξοχική κατοικία του Πάπα, φιλοξενήθηκε το **Arimedita 2008**, μαζί με το **Ariquality 2008**. Ένα δίδυμο συνέδριο με ισχυρούς δεσμούς ανάμεσα στα 2 σκέλη του, αφού η ποιότητα των προϊόντων της μέλισσας είναι προϋπόθεση για τη θεραπευτική τους δράση.

Στην αίθουσα που ο Πάπας Γρηγόριος αποφάσισε και ανακοίνωσε την αλλαγή του ημερολογίου προσαρμόζοντάς το στα όσα η πρόοδος απαιτούσε τότε, έγιναν και οι επιστημονικές ανακοινώσεις του Arimedita 2008. Αναπόφευκτος ο παραλληλισμός και η ευχή από όλους εμάς που ασχολούμαστε με τη θεραπευτική δράση των προϊόντων της μέλισσας, να έχουν και οι περι τη μελισσοθεραπεία επιστημονικές ανακοινώσεις που έγιναν στον ίδιο χώρο την ίδια παγκόσμια απήχηση.

Περίπου 60 επιστημονικές ανακοινώσεις, από σχεδόν ισάριθμους επιστήμονες (αν και είχαμε και 2 ακυρώσεις την τελευταία στιγμή, πράγμα σύνηθες σε παγκόσμιες διοργανώσεις) και 10 posters ήταν

ο επιστημονικός απολογισμός.

Ιδιαίτερη αναφορά πρέπει να κάνουμε και στην παρουσίαση των **Dr. Theodore Cherbuliez** (πρόεδρου της Arimondia Apitherapy Commission) (**φωτό 1,3**) και **Δημήτρη Σελιανάκη** (πρόεδρου του Επιστημονικού Κέντρου Μελισσοθεραπείας και μέλους της Apitherapy Commission) (**φωτό 1,2**), με τίτλο Apitherapy Commission Certification, η οποία ήταν ο συνδετικός κρίκος του Arimedita με το Ariquality και ασχολήθηκε με την ποιοτική ταξινόμηση των προϊόντων της μέλισσας.

Περίληπτικά αναφέρουμε ότι οι 2 ομιλητές, αφού έδωσαν παραδείγματα από άλλα φυσικά προϊόντα όπως το λάδι και το κρασί, τεκμηριώνοντας τα στοιχεία από διεθνείς οργανισμούς τα οφέλη που προέκυψαν από την ποιοτική ταξινόμησή τους (π.χ. extra παρθένο, παρθένο, κλπ για το ελαιόλαδο) για όλους τους εμπλεκόμενους (από τον παραγωγό ως τον τελικό καταναλωτή) και αφού έδωσαν και παραδείγματα όπου η παραπλάνηση του καταναλωτή - λόγω νομικών κενών αλλά και άλλων αιτιών - όσον αφορά τα προϊόντα της μέλισσας, ζημιώνει τελικά και τον κλάδο και τον καταναλωτή, ανακοίνωσαν ότι η Apitherapy Commission της Arimondia προχωράει σε πιστοποίηση των προϊόντων μέλισσας που επικαλούνται ότι έχουν θεραπευτική δράση.

Η ανακοίνωση έγινε δεκτή με ιδιαίτερο ενθουσιασμό από το σύνολο των συνέδρων, ο δε πρόεδρος της Beekeeping Technology & Quality Commission, **Gilles Ratia** δεσμεύτηκε ότι θα συνεργαστεί με την Apitherapy Commission προκειμένου η ποιοτική κατηγοριοποίηση των προϊόντων της μέλισσας να επεκταθεί πέρα από τη θεραπεία και σε αυτά που πωλούνται ως τρόφιμα στο super market.

Με δυο λόγια ξεκίνησε επιτέλους η διαδικασία να ξεχωρίσουν οι διαφορετικές ποιότητες του μελιού, ανάλογα με τη φυτική προέλευση, τους μελισ-



σοκομικούς χειρισμούς, το βαθμό επεξεργασίας του αλλά και την επίδρασή του στον οργανισμό μας. Και το ίδιο βέβαια θα ισχύσει και για τα υπόλοιπα προϊόντα της μέλισσας.

Δεν πρέπει να παραλείψουμε να αναφερθούμε στην πολύ καλή διοργάνωση στο επιστημονικό επίπεδο. Την επιστημονική επιτροπή αποτελούσαν οι:

**Dr. Cherbuliez Theodore**, President of the Apitherapy Commission of Apimondia

**Prof. Finazzi Agro' Alessandro**, Rector, University of Rome "Tor Vergata"

**Dr. Gilles Ratia**, President of Apimondia Standing Commission Beekeeping Technology and Equipment

**Prof. Rotilio Giuseppe**, Full Professor, Biochemistry Department of Biology, University of Rome "Tor Vergata"

**Prof. Macri' Agostino**, Istituto Superiore di Sanita' (ISS), Rome

**Dr.ssa Fidalma D'Andrea**, CRA, Rome

**Prof. Canini Antonella**, Director Honey Research Center, Dept. of Biology University of Rome "Tor Vergata"

**Prof. Mateescu Cristina**, Institute for Beekeeping Research & Development, Romania

Αλλά και σε καθαρά οργανωτικό επίπεδο η διοργάνωση ήταν υποδειγματική. Μέλη της οργανωτικής επιτροπής ήταν οι:

**Dr. Cirone Raffaele**, President of Italian Beekeeper's Federation

**Prof. Canini Antonella**, Director Honey Research Center, Dept. of Biology University of Rome "Tor Vergata"

**Dr. Jannoni-Sebastianini Riccardo**, Secretary-General of Apimondia

**Dr. Catena Liu' Maria**, Director of Villa Mondragone Conference Center

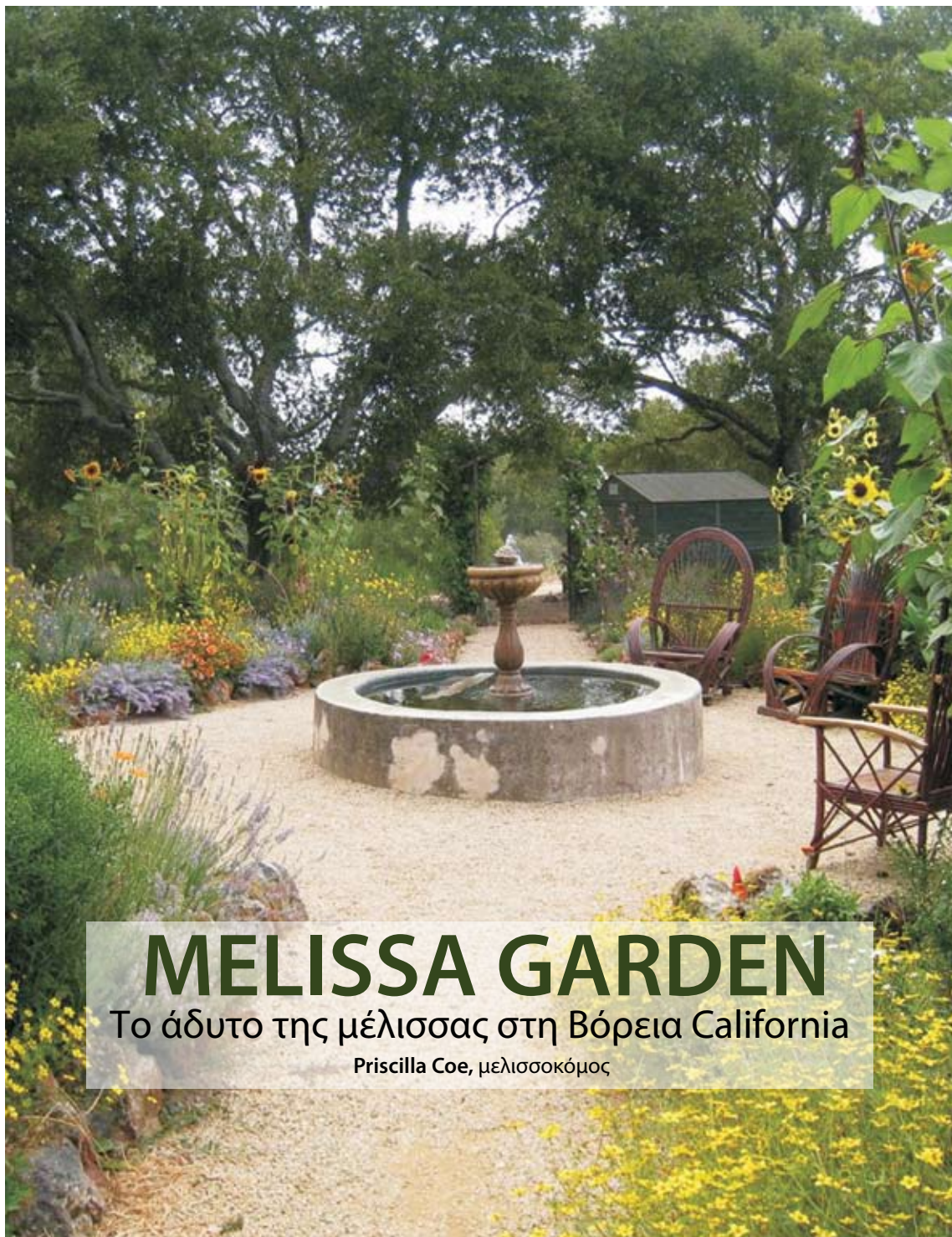
Ειδικός σύμβουλος της Apimondia για τη διοργάνωση Apimedita ήταν και ο **Δημήτρης Σελιανάκης** πρόεδρος του ΕΚΕΜ.

Η φιλοξενία των Ιταλών διοργανωτών, ήταν πέρα από υποδειγματική, και πολύ ζεστή και εγκάρδια. Το κλίμα μεταξύ των συνέδρων ζεστό και φιλικό, όπως αρμόζει σε μια ομάδα δημιουργικών ανθρώπων που ακολουθούν το παράδειγμα της μέλισσας που μας διδάσκει τη συνεργασία. Να πούμε τέλος ότι μας συγκίνησε το ότι η τελετή λήξης ξεκίνησε με την εικόνα του Παρθενώνα και τον πρόεδρο της οργανωτικής επιτροπής Raffaella Cirone να λέει ότι αυτή είναι η ελάχιστη αναγνώριση του ότι στην Ελληνική πρωτοβουλία οφείλεται αυτή η ανά διετία παγκόσμια γιορτή της Μελισσοθεραπείας.

Περιμένουμε λοιπόν τη συνέχεια, ευχόμενοι να είναι κάθε φορά και καλύτερη. Ο θεσμός δείχνει να ωριμάσει και ήδη έχουμε 1 χώρα που υπέβαλε επίσημο αίτημα αλλά και άλλες 2 που δήλωσαν ότι επιθυμούν να φιλοξενήσουν την επόμενη διοργάνωση, το 2010.

Δ. Σελιανάκης, Πρόεδρος ΔΣ ΕΚΕΜ





# MELISSA GARDEN

Το άδυτο της μέλισσας στη Βόρεια California

Priscilla Coe, μελισσοκόμος



# MELISSA GARDEN

## Το άδυτο της μέλισσας στη Βόρεια California

Η ιστορία του πώς διάφοροι φίλοι δημιούργησαν το 2007 έναν κήπο «άδυτο» για τις μέλισσες, τον MELISSA GARDEN. ([www.themelissagarden.com](http://www.themelissagarden.com)).

**Τ**ον Ιούλιο του 2007, μία φίλη μελισσοκόμος, η Barbara Schlumberger, με προσκάλεσε να επισκεφθώ το 40 στρεμμάτων ράντσο της στο Healdsburg της California, όπου ζει με τον σύζυγό της, Jacques. Βρίσκεται περίπου 2 ώρες βόρεια του San Francisco. Καθίσαμε στο κήπο της για πολλές ώρες και συζητούσαμε όταν η Barbara με ρώτησε: «*Τί πραγματικά σκέφτεσαι να κάνεις με τις μέλισσες;*» Η Barbara δουλεύει σαν οικογενειακή θεραπεύτρια και ξέρει να κάνει πολύ εύστοχες ερωτήσεις. Μου πήρε μόλις ένα λεπτό να απαντήσω ότι θα ήθελα να δημιουργήσω ένα μελισσόκηπο. Είχα γράψει άρθρα σχετικά με μελισσόκηπους και αυτή ήταν μια ιδέα που τη φανταζόμουν αρκετά χρόνια. Η Barbara απάντησε αμέσως, «*Ας το κάνουμε*».

Μέσα σε δύο μήνες, βρήκα ένα σχεδιαστή κήπων, έναν web designer και αρκετό κόσμο που τώρα είναι απόλυτα χρήσιμοι για αυτή την εργασία. Είναι πολύ σημαντικό να σημειώσουμε ότι το σκεπτικό ενός «αδύτου» είναι το κέντρο του κήπου. Βαθιά σκεπτόμενη για το πώς θα πρέπει να αντιμετωπιστεί το σύνδρομο κατάρρευσης της αποικίας (colony collapse disorder), ένα αποτέλεσμα της «βιομηχανικής» μελισσοκομικής προσέγγισης, έγινε εμφανές ότι οι μέλισσες θα πρέπει να ζουν φυσικά, παραδοσιακά και όχι τρώγοντας σιρόπι ζάχαρης και σιρόπι αραβόσιτου αντί για μέλι και όχι να μεταφέρονται διαρκώς από εδώ και από εκεί για λόγους επικονίασης. Θέλαμε να προσφέρουμε στις μέλισσες ένα πραγματικό σπίτι, θρέφοντάς τις με υγιεινή γύρη και χυμούς από τα φυτά και με τη



σιγουριά ότι με την αφθονία των ρητινών από τα δέντρα θα μπορούν να φτιάξουν πρόπολη για την υγιεινή της κυψέλης τους...

Η λέξη «άδυτο» συνδέεται άμεσα με εκκλησία και παραπέμπει σε χώρο ιερό. Αυτό δηλαδή που θέλαμε να δημιουργήσουμε για τις μέλισσες ως ένδειξη σεβασμού σε αυτές. «Αδυτο» επίσης σημαίνει απομόνωση και προστασία, κάποια στοιχεία που επίσης θέλαμε.

Η Barbara, ο κατασκευαστής του κήπου μας Kate Frey και εγώ, συναντηθήκαμε πολλές φορές κατά τους μήνες Σεπτέμβριο και Οκτώβριο ώστε να συνηνοηθούμε για τα φυτά που θα υπήρχαν στον κήπο αλλά συμβουλευτήκαμε σχετικά και τον σύμβουλο Dr. Vetaley Stashenko. Υπάρχει τεράστια πληροφόρηση στο διαδίκτυο σχετικά με το ποια φυτά είναι ειδικά για τις μέλισσες. Αυτές οι πληροφορίες αλλά και πληροφορίες από διάφορα βιβλία σχετικά με τα μελισσοφυτά στις ΗΠΑ καταγράφηκαν σε έναν μακρύ κατάλογο στο excel και μετά μελετήθηκαν.

Η Kate, ειδική στους βιότοπους, συνεργάστηκε με τον Dr. Gordon Frankie του Πανεπιστημίου Berkeley της California, που είναι ευρέως γνωστός για τις έρευνές του πάνω στον βιότοπος. Έτσι λοιπόν, ήταν αυτή που πήρε τις αποφάσεις σχετικά με τα φυτά που θα είχε ο *MELISSA GARDEN*. Είναι κατασκευάστρια κήπων διεθνούς φήμης, βραβευμένη στο London's Chelsea Flower Show και για τον λόγο αυτό εμπιστευθήκαμε απόλυτα την αισθητική της για ολόκληρο τον σχεδιασμό.

Η φύτευση ξεκίνησε το Νοέμβριο, μια ιδανική περίοδο στην Βόρεια California μιας και είναι η περίοδος που ξεκινάνε οι βροχές, πράγμα που επιτρέπει στα φυτά να φυτευτούν βαθιά στο χώμα. Παράλληλα, παραγγείλαμε τόνους κοπριάς αγελάδων, από ένα γειτονικό βιολογικό γαλακτοκομείο, για λίπασμα το οποίο εφαρμόστηκε στον κήπο

ψεκάζοντάς το βιοδυναμικά.

Τέλος, θα επιδιώξουμε να πιστοποιηθούμε από τον πιστοποιητικό οργανισμό Demeter, με τα πιο αυστηρά, από όλους τους διεθνείς οργανισμούς βιολογικής πιστοποίησης, κριτήρια.

Τον Φεβρουάριο πανικοβληθήκαμε! Αναρωτηθήκαμε πού ήταν τα φυτά. Δεν έδειχναν να μεγαλώνουν. Σχεδιάσαμε μία τεράστια «ανοιχτή» γιορτή για το τέλος του Μάη και φοβηθήκαμε ότι οι επισκέπτες δεν θα είχαν να δουν τίποτα.

Μεταξύ Μαρτίου και Απριλίου ο κήπος άρχισε να γεμίζει με γρήγορους ρυθμούς και ήταν πανέμορφος και με άφθονη ευωδιά τον Μάιο.

Ακόμα, παραλάβαμε αρκετές «εναλλακτικές» κυψέλες, προσφορά της Γερμανικής Biodynamic, χάρη στον φίλο μας Michael Thiele, ο οποίος





έχει γεννηθεί στη Γερμανία. Αποτελούνται από Κυψέλη ενός δωματίου (Einraumbeute), και καλάθι μεταφοράς της κυψέλης (Weissenseifener Haengekorb). Και οι δύο έχουν αρκετό χώρο ώστε να επιτρέπεται στις μέλισσες να φτιάξουν το δικό τους πυρήνα, όπως κάνουν και στη φύση. Επίσης, ακολουθήσαμε τα πρότυπα μελισσοκομίας του πιστοποιητικού οργανισμού Demeter, αν και ακόμη δεν έχουν τελειοποιηθεί στις ΗΠΑ.

Έχουμε μεγάλη ανταπόκριση στα μαθήματα, ολιστικής μελισσοκομίας, μελισσοθεραπείας, ακόμη και της βαφής κυψελών και έχουμε προγραμματίσει αρκετούς υποψήφιους εισηγητές για το ερχόμενο έτος. Η ελπίδα μας είναι να εμπνεύσουμε και άλλους παγκοσμίως και να δημιουργήσουν «άδυτα» μελισσών, φύτευση μελισσοκομικών φυτών και προωθώντας τις μέλισσες με ένα φυσικό τρόπο να έχουν μία υγιή ζωή.



---

Η Priscilla Coe είναι μελισσοκόμος στο Sonoma της California και η ιδρυτής του Melissa Garden. Δουλεύει στο τμήμα δημοσίων σχέσεων για θέματα διατροφής στο San Francisco και γράφει θέματα για την μελισσοθεραπεία στο έντυπο που εκδίδει το American Apitherapy Society.

Μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί της στο: [priscillacoe@earthlink.net](mailto:priscillacoe@earthlink.net) αλλά και μέσω της ηλεκτρονικής διεύθυνσης στο Melissa Garden στο: [queenbee@themelissagarden.com](mailto:queenbee@themelissagarden.com)





Γιώργος Μαυροφρύδης  
Αρχαιολόγος, Μελισσοκόμος  
melissokomia@arria-trans.gr

## Τα προϊόντα της μέλισσας στη λαϊκή ιατρική των Ελλήνων του Πόντου

**Η** λαϊκή ιατρική των Ελλήνων του Πόντου παρουσιάζει, σύμφωνα με μια μελέτη (Μπίμπη-Παπασπυροπούλου, 1983), τα παρακάτω χαρακτηριστικά: α) ένα μεγάλο μέρος λαϊκών δοξασιών και θεραπευτικών μεθόδων της είναι όμοιο με εκείνο της λαϊκής ιατρικής των άλλων Ελλήνων, β) υπάρχουν μορφές δοξασιών και θεραπευτικής που μαρτυρούνται βασικά με επίκεντρο τον Πόντο και αποτελούν ιδιορρυθμίες της περιοχής, γ) εμφανίζονται ορισμένες ιατρικές πληροφορίες που παρουσιάζουν μια αντιστοιχία με ιατροφαρμακευτικές συνταγές καταχωρημέ-

νες σε ιατροσοφικούς κώδικες διαφόρων εποχών ή στηρίζονται σε δοξασίες παλαιότατες, που αναφέρονται από το Βυζάντιο και τους μεταβυζαντινούς χρόνους και δ) υπάρχουν στοιχεία στη νοοτροπία που διέπει τη λαϊκή ιατρική του Πόντου, που αναγκάζουν τον ερευνητή να ανατρέξει στην αλεξανδρινή εποχή με την έντονη παρουσία ιπποκρατικών δογμάτων, γαληνικών δοξασιών, θεραπευτικών συλλογών του Διοσκουρίδη και άλλων ιατρών. Μέσα δηλαδή σε ένα κλειστό γεωγραφικά σύνολο, αρκετά απομονωμένο και πολύ απομακρυσμένο από την κυρίως Ελλάδα, υπήρχε



μια λαϊκή ιατρική η οποία είχε αποθησαυρίσει τη θεραπευτική εμπειρία αιώνων και τη διατηρούσε ζωντανή και ενεργή.

Σε αρκετές περιπτώσεις η λαϊκή αυτή ιατρική χρησιμοποιούσε στη θεραπευτική της πρακτική τα προϊόντα της μέλισσας, το μέλι και το κερύ, και αυτές τις περιπτώσεις θα εξετάσουμε εδώ.

### ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΜΕΛΙΟΥ

Το μέλι χρησιμοποιούνταν για την αντιμετώπιση των φλεγμονών στο στόμα (στομοφαέμαν) των βρεφών και των παιδιών. Μ' αυτό άλειφαν εσωτερικά, πρωί - μεσημέρι - βράδυ, τα σημεία εκείνα του στόματος που ήταν ερεθισμένα, ενώ κατά διαστήματα έδιναν στο βρέφος ανάλατο βούτυρο (Νικολαΐδης, 1979). Αν το παιδί ήταν μεγαλύτερο, του έδιναν, αρκετές φορές την ημέρα, κομμάτια κηρήθρας με το μέλι της

Σε περίπτωση δηλητηρίασης (φαρμάκωμαν), ένας από τους τρόπους θεραπείας ήταν να δίνουν στον ασθενή «μέλ' ταλάχ'», μέλι με την κηρήθρα (Νικολαΐδης, 1979) ή σύμφωνα με μια άλλη καταγραφή (Μελανοφρύδης, 1955), εκτός της μελικηρήθρας συγχρόνως και ανάλατο βούτυρο.

Την περίοδο της οδοντοφυΐας (δοντάζ'), όταν αντιλαμβάνονταν μεγάλη ανησυχία στο παιδί, έβαζαν το δάχτυλο στο μέλι και έτριβαν μ' αυτό τα ούλα του (Νικολαΐδης, 1979).

Ως καταπραϋντικό του στομάχου χρησιμοποιούνταν η «μαλαχτά», ένα γλύκισμα από «πουσιντάλευρο» (καβουρτισμένο κρίθινο ή σταρένιο αλεύρι), μέλι και νερό ή ανθογάλα το οποίο προσφερόταν και στα παιδιά. Τρωγόταν αναλόγως ζεστό ή κρύο (ΕτΠΕ, 2007/6: 68).

Η χρήση μελιού έχει καταγραφεί και σε περιπτώσεις φυματίωσης (βερέμ' ή τσοχότκα), ασθένειας που στον Πόντο εύρισκε κυρίως νέους ξενιτεμένους στη Ρωσία. Αν με τον πρώτο ξηρό βήχα ο άρρωστος κατέφευγε για δύο τρία χρόνια στα παρχαροτόπια (ορεινά βοσκοτόπια) με το καλό κλίμα, τον καθαρό αέρα, τα γάργαρα νερά και την καλή τροφή, συνήθως θεραπευόταν. Στις τροφές που έδιναν στον φυματικό για να αναρρώσει περιλαμβάνονταν κάθε πρωί δύο αυγά χτυπημένα με μέλι και επίσης ένα «ματσιόν» (τονωτικό) που είχε στη σύνθεσή του μέλι, κρόκους αυγών, γάλα, τρίμματα

λεθρίδ' (τοπικό φυτό που φύτρωνε στις ξερολιθιές ανάμεσα στα περιβόλια και είχε χνουδωτά και ριγωτά στελέχη) που τα πήκταιναν κοπανίζοντάς τα σε γουδί με αλεύρι φρυγανισμένου αραβόσιτου (Νικολαΐδης, 1979). Η δοσολογία του τονωτικού αυτού ήταν ένας όγκος μεγέθους καρυδιού για τους ενήλικες και αντίστοιχα ένας μεγέθους φουντουκιού για τους ανήλικους.

Παρόμοιο «ματσιόν» χρησιμοποιούνταν και στην ατροφία (πάτεμαν), όταν το βρέφος ή το παιδί ήταν κατά την ανάπτυξη του ατροφικό. Το γεγονός αυτό απέδιδαν συνήθως σε βλάβη από κακά πνεύματα και σκοτεινά δαιμόνια. Εκτός όμως από τα διάφορα ξόρκια και τις επισκέψεις σε εκκλησίες και πανηγύρια, για να αντιμετωπίσουν το «πάτεμαν», μετέφεραν τον καχεκτικό στην εξοχή και στα παρχάρια και τον έβαζαν να κάνει ψυχρόλουτρα σε ποτάμια και καταρράχτες. Το τονωτικό σ' αυτή την περίπτωση είχε μικρή διαφοροποίηση, μια που στο αντίστοιχο για τους φυματικούς προσέθεταν ακόμη ολόκληρα αυγά και καϊμάκι (Νικολαΐδης, 1979). Η δοσολογία παρέμεινε η ίδια, ένας σβώλος μεγέθους φουντουκιού για τις μικρότερες ή καρυδιού για τις μεγαλύτερες ηλικίες.

Σε περιπτώσεις βήχα (κόφισμαν) συλλογούνταν στον άρρωστο να τρώει μέλι, βούτυρο και λίπος ουράς προβάτου και να πίνει ζεστό σαλέπι - στο οποίο επίσης, σε αρκετές περιπτώσεις, προσέθεταν μέλι. Τον ασθενή από ιλαρά (λοιμική) προέτρεπαν να τρώει μέλι (Χατζόπουλος, 1978), ενώ και για την αντιμετώπιση της ανεμοβλογιάς (νεροβράσα) προσέφεραν, εκτός των άλλων, ζεστό γάλα με μέλι (Νικολαΐδης, 1979).

Μια από τις θεραπείες της αμυγδαλίτιδας (γούλας) ήταν να πιέζουν με μελωμένο κουταλάκι εσωτερικά την πρησμένη (πυώδη) αμυγδαλή, ώστε να σκάσει και να βγει το πύον (ΕτΠΕ, 2007/3: 62-63). Για τις εξωτερικές πληγές έχει καταγραφεί η χρήση της «θερακιάς», ενός μείγματος από άσπρο κερύ και άσπρο μέλι (ΕτΠΕ, 2007/4: 12).

Στην παρωτίτιδα (παρμαγούλας) έδιναν στον ασθενή να πιεί λίγο πετρέλαιο και στη συνέχεια επάλειφαν το σημείο που πονούσε με αλοιφή παρασκευασμένη από μέλι, βούτυρο και κρόκο αυγού, τον οποίο τηγάνιζαν για πολλή ώρα (ους να 'βγάλνεν ελάδ'). Στο τέλος, έδεναν στο σημείο μια

μικρή στιλπνή πέτρα (Χατζόπουλος, 1978). Ακόμη όμως και στο κέντρισμα της μέλισσας χρησιμοποιούνταν σε ορισμένες περιπτώσεις το μέλι. Μετά το καθάρισμα του κεντρισμένου σημείου το έτριβαν γερά με ένα μαχαίρι για να περάσει η φλόγωση και άλειφαν πάνω του μέλι (Μελανοφρύδης, 1955).



### ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΚΕΡΙΟΥ

Το κέρι ήταν συστατικό σε μια σειρά αλοιφών που χρησιμοποιούνταν σε διάφορες περιπτώσεις. Έτσι για τις πληγές στην περιοχή του Καρς παρασκευάζαν αλοιφή με κέρι, πίσσα (προερχόμενη από ρητινοφόρα δέντρα – πεύκα ή έλατα) και ανάλατο βούτυρο (Γρηγοριάδης, 1978). Για τις πληγές (γεράδες) και πάλι, χρησιμοποιούσαν στον Πόντο και αλοιφή από καθαρό κέρι, θυμίαμα, μαστίχα και λάδι τα οποία έλιωναν σε φωτιά. Την εν λόγω αλοιφή διατηρούσαν σε φιάλη (Χατζόπουλος, 1978). Στη Σάντα έφτιαχναν αλοιφή (μελαχιάμ) από κέρι, πίσσα, θυμίαμα, λάδι και άσπρο σαπούνι (Αθανασιάδης, 1964 & 1968: 204) την οποία χρησιμοποιούσαν εκτός από πληγές και σε «μεδέντα» (καλόγηρους).

Για τα «μεδέντα» επίσης, χρησιμοποιούσαν κατα-

πλάσματα τα οποία έθεταν για την ωρίμανση του αποστήματος, έπειτα φρόντιζαν με διάφορους τρόπους να τα ανοίξουν και στη συνέχεια, σε κάθε αλλαγή της πληγής, τοποθετούσαν αλοιφή (μελεχέμ') από μελισσοκέρι, πίσσα, θυμίαμα, άσπρο σαπούνι, λάδι, κόμμα ελάτης (αλατοπίσ') και λίπος γίδας (Νικολαΐδης, 1979). Η αλοιφή αυτή είχε την ιδιότητα να εκμαστεύει και καθαρίζει έμψυα, αλλά και να θεραπεύει κλιμακωτά. Τη θεωρούσαν αποτελεσματική και την είχαν στη διάθεσή τους, έτοιμη σε πρώτη ζήτηση, πολλές ποντιακές οικογένειες.

Την ίδια αυτή αλοιφή χρησιμοποιούσαν και στο «κατάσκισμαν» (άνοιγμα πληγής στο κεφάλι) ειδικά αν υπήρχε πύον, αλλά και στα «σιρατζά» (κακοήθη έλκη, εξελκώματα). Για την καταπολέμηση των τελευταίων (Νικολαΐδης, 1979), χρησιμοποιούσαν αρχικά μian άλλη, καυστική, αλοιφή και στη συνέχεια, αν συνέβαινε η πληγή να φτάνει ως το κόκκαλο και το έβρισκαν μαυρισμένο, έκαναν ελαφρές αποξέσεις με ξυράφι και άλειβαν την αλοιφή που αναφέρουμε παραπάνω.

Το ερυσίπελας (γιλαντζούκ') και το οίδημα των μαστών (χιαρτσίκ') θεράπευαν με αλοιφή από κέρι, θυμίαμα, μαστίχα και «σουρούλ», μια κόκκινη σκόνη που αγόραζαν από φαρμακείο (Χατζόπουλος, 1978).

Για τις φλογώσεις του δέρματος έχει καταγραφεί το «τριφάρμακον», θεραπευτική αλοιφή από την ανάμιξη τριών πάντα συστατικών. Για την παρασκευή της χρησιμοποιούνταν συστατικά όπως: κέρι, σπαρματσέτο, κρόκος αυγού, λάδι, λιβάνι, πίσσα, σαπούνι κ. α. (ΕΤΠΕ, 2007/10: 368). Η λέξη «τριφάρμακον» σημαίνει το δραστικό δηλητήριο (= τρεις φορές φαρμάκι), αλλά επίσης και το φάρμακο που ταιριάζει σε κάθε αρρώστια.

Στους ρευματισμούς (ανεμικά) έτριβαν καλά τα σημεία του σώματος που πονούσαν και έπειτα επάλειφαν με αλοιφή από κέρι, λίπος χοίρου, «συρίλ» και θυμίαμα (Χατζόπουλος, 1978).

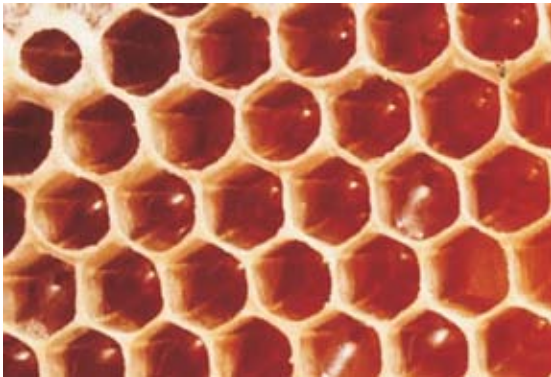
Το δάγκωμα του φιδιού (σκεντρίασμαν) αντιμετώπιζαν πλένοντας το σημείο του δαγκώματος με ξύδι και θέτοντας πάνω του κομμάτι κηρήθρας την οποία είχαν από καιρό (για τον συγκεκριμένο σκοπό) τοποθετήσει σε πλήινο αγγείο (Χατζόπουλος, 1978). Για να έχει η κηρήθρα θεραπευτικές ιδι-



ότητες έπρεπε να είχε ξινίσει.

Στην κήλη (σπάσιμον) χρησιμοποιούσαν «ριζομάστικα», ένα πολύχρωμο αυτοφυές φυτό που ευδοκίμωσε σε μερικές περιφέρειες του Πόντου, όπως αυτή του Μεσοχαλδίου. Τη «ριζομάστικα» την έδεναν πάνω στην κήλη με ζώνη και αν όλα πήγαιναν καλά την αντικαθιστούσαν, μετά από 45 περίπου ημέρες, με κηρόπανο, το οποίο κρατούσαν σφιγμένο στην ίδια θέση για άλλες 30 ημέρες (Νικολαΐδης, 1979).

Για τα εγκαύματα (κάψιμον) από φωτιά, καυτό νερό, γάλα ή φαγητό, υπήρχαν πολλές θεραπείες και μια απ' αυτές ήταν να τοποθετείται πάνω στο σημείο κερί που το είχαν προηγουμένως θερμάνει και δώσει το σχήμα πίττας (Χατζόπουλος, 1978).



Όσον αφορά στον πόνο του ματιού (ομματοπώνιον, ματόπονον) χρησιμοποιούνταν μείγμα από μικρή ποσότητα θειικού χαλκού (γόζτασιν) και κερίου (Χατζόπουλος, 1978).

Στον αντίστοιχο του αυτιού (ωτοποπώνιον), ζέσταναν «τσιπρία» (υπολείμματα στραγγισμένης από κερί κηρήθρας), τα άπλωναν σε πανί ή λαιμοδέτη και τα έδεναν, πάντοτε ζεστά, στο αυτί που πονούσε. Σε περίπτωση που με την περιθαλψη αυτή δεν έπαυαν οι πόνοι, έπαιρναν μερικές λωρίδες πανί με πλάτος έως 5 εκ. και τις έκαναν κηρόπανα με μελισσοκέρι. Ζεστά όπως έβγαιναν από το λιωμένο κερί τα τύλιγαν ένα - ένα σε αδράχτι και τους έδιναν το σχήμα χωνιού. Τοποθετούσαν στη συνέχεια ένα τέτοιο χωνί στο αυτί, το στερέωναν με ζυμάρι για να μη μπαίνει αέρας και το άναβαν. Κατόπιν, δύο περίπου πόντους από τη βάση, το

έσβηναν και στο υπόλειμμα συγκεντρώνονταν οι τυρώδεις ακαθαρσίες που με τον τρόπο αυτό απορροφούνταν από τον πόρο του αυτιού. Σε κάθε αυτί που πονούσε έκαigan ένα, δύο, πολλές φορές ακόμη και τρία από τα εν λόγω κηρόπανα (Νικολαΐδης, 1979). Σημειωτέον ότι η ίδια ακριβώς μέθοδος για τον καθαρισμό των αυτιών ήταν γνωστή και σε αρκετές περιοχές της κυρίως Ελλάδας. Εκτός από τα παραπάνω, στη λαϊκή ιατρική των Ελλήνων του Πόντου απαντούν - φυσικά - και πλήθος μαγικο-θηρσκευτικές ενέργειες, σε πολλές από τις οποίες χρησιμοποιούνται επίσης προϊόντα της μέλισσας. Για παράδειγμα η μελόπιτα που προσέφεραν σε περιπτώσεις ευλογιάς (βράσα) στην Αγία Βαρβάρα, η οποία πίστευαν πως θεραπεύει την ασθένεια αυτή, όπως και την οστρακιά (Χατζόπουλος, 1978), η χρήση λειωμένου κεριού που παγώνοντας σε νερό θεωρούσαν πως παίρνει το σχήμα του ζώου ή του ανθρώπου που είναι η αιτία για ορισμένες αρρώστιες (Νικολαΐδης, 1979. Λιανίδης, 1989) και άλλα, τα οποία δεν είναι του ενδιαφέροντός μας.

#### ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Αθανασιάδης, Ε. 1964. *Λαϊκή ιατρική Σαντάς του Πόντου*. Αρχείον Πόντου, Τ. 26, σ. 74-87.
- Αθανασιάδης, Σ. 1968. *Ιστορία και λαογραφία της Σαντάς*. Τ. 2. Θεσσαλονίκη (χ. ε.).
- Γρηγοριάδης, Γ. 1978. *Η λαϊκή ιατρική στο Καρς*. Αρχείον Πόντου, Τ. 34, σ. 191-203.
- ΕτΠΕ, 2007 = *Εγκυκλοπαίδεια του Ποντιακού Ελληνισμού*. *Ιστορία - Λαογραφία - Πολιτισμός*. 12 Τόμοι. Θεσσαλονίκη (Μαλλιάρης-Παιδεία, 2<sup>η</sup> έκδ.).
- Λιανίδης, Σ. 1989. *Σύμμεικτα λαογραφικά*. Αρχείον Πόντου, Τ. 42, σ. 139-160.
- Μελανοφρύδης, Π. 1955. *Ιατροσόφιο του Πόντου Ε' Ποντιακή Εστία*, 6(65): 3164-3165.
- Μπίμπη - Παπασπυροπούλου, Α. 1983. *Λαϊκή ιατρική των Ελλήνων του Πόντου*. Γενική Θεώρηση. Α' Συμπόσιον Ποντιακής Λαογραφίας, Αθήναι, 12-15 Ιουνίου 1981. Αρχείον Πόντου, Τ. 38, σ. 427-435.
- Νικολαΐδης, Α. 1979. *Λαϊκή ιατρική των Ελλήνων του Πόντου*. Αρχείον Πόντου, Τ. 36, σ. 8-82.
- Χατζόπουλος, Γ. 1978. *Η λαϊκή ιατρική στο χωρίον Αντρεάντων Αμισού Πόντου*. Αρχείον Πόντου, Τ. 34, σ. 204-247.



# Προέλευση και τύποι μελιού μελιτώματος

(Μάθημα 9)

**Ό**πως είδαμε στο τελευταίο μας μάθημα, υπάρχουν δύο τύποι μελιών σύμφωνα με την κύρια πιθανή προέλευσή τους: **φυτική ή ζωική**.

Το μέλι που έχει «ζωική» προέλευση (περίεργα ακούγεται το «ζωική», έτσι δεν είναι;) καλείται επίσης **μέλι μελιτώματος ή μέλι δάσους**.

Φυσικά σε μια κυψέλη μελισσών θα βρούμε συχνά και τους δύο προαναφερθέντες τύπους μελιών, αλλά χάριν της τάξης και της καλής ταξινόμησης, ας δεχτούμε αυτά τα δύο ονόματα.

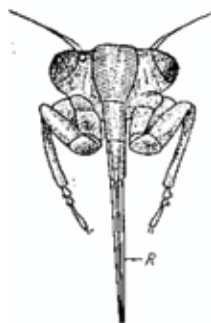
Οπότε, τι είναι το μέλι μελιτώματος;

Ο εξάιρετος ειδικός μελιού Jonathan W. White, Jr. έχει γράψει στο άριστο βιβλίο «*Η κυψέλη και η μέλισσα*» στη σελίδα 913:

«Το μελίτωμα είναι ένα γλυκό υγρό που εκκρίνε-

ται από τα ημίπτερα έντομα, κυρίως ψείρες φυτών (αφίδες) και έντομα κλίμακας, που τρέφονται από τα φυτά.»

Ας ρίξουμε πρώτα μια ματιά σε αυτά τα έντομα (αφίδες)...



Όπως μπορείτε να δείτε, είναι σαφές ότι έχουν ένα είδος μιας πολύ μακριάς «μύτης» που μοιάζει με προβοσκίδα ελέφαντα, ή καλύτερα με «συσσκευή τσιμπήματος-ρουφήγματος» κουνουπιού.

Τα έντομα που παράγουν μελίτωμα είναι ένα μέρος της κατηγορίας των



*Homoptera* (Ομόπτερων).<sup>1</sup>

Αυτή η κατηγορία έχει 5 υποκατηγορίες:

- Cicadoidea
- Psylloidea
- Aleyrodoidea
- Coccoidea
- Aphidoidea

Μεταξύ αυτών των υποκατηγοριών, οι σημαντικότερες για τη μελισσοκομία είναι κυρίως οι δύο τελευταίες.

Η υποκατηγορία **Coccoidea** αποτελείται από τις ακόλουθες οικογένειες:

- Margarodidae
- Lecaniidae<sup>2</sup>
- Kermidae
- Pseudococcidae<sup>3</sup>
- Diaspididae

Η υποκατηγορία **Aphidoidea** έχει τις ακόλουθες οικογένειες:

- Lachnidae<sup>4</sup>
- Chaitophoridae
- Callaphididae
- Aphididae
- Telaxidae
- Pemphigidae
- Adelgidae (Chermesidae)
- Phylloxeridae

Αυτά τα έντομα από την **κατηγορία Homoptera** είναι αποκλειστικά επίγεια έντομα, που παίρνουν την τροφή τους μόνο από τα φυτά.

Μέγεθος: Μεταξύ 0,5 χιλ. (μερικά είδη αφίδων και coccidae) και 80 χιλ. σε μερικά είδη cicads.

Το στόμα τους είναι ειδικευμένο για να τσιμπάει τα ζωντανά φύλλα και να απορροφάει τον γλυκό οπότε τους («χυμό»).

Ο Jonathan White είπε επίσης:

«Το μέλι μελιτώματος συλλέγεται συχνά και αποθηκεύεται από τις μέλισσες και γενικά (στις Ηνωμένες

<sup>1</sup> Carnu, 1971.

<sup>2</sup> Η οικογένεια Lecaniidae είναι πολύ σημαντική στην παραγωγή μελιτώματος.

<sup>3</sup> Η οικογένεια Pseudococcidae είναι επίσης σημαντική για την παραγωγή μελιτώματος.

<sup>4</sup> Η οικογένεια Lachnidae είναι επίσης πολύ σημαντική στην παραγωγή μελιτώματος.

Πολιτείες) θεωρείται κατώτερο μέλι ως προς τη γεύση και την ποιότητα. Οι Ευρωπαίοι θεωρούν ορισμένους τύπους μελιτωμάτων ως λιχουδιές, και διατηρούνται σε ορισμένα δάση αποικίες μυρμηγκιών για να ενθαρρύνουν και να προκαλέσουν τις αφίδες να παράγουν αυτά τα μελιτώματα.»

Εδώ έχουμε και μια άλλη σημαντική πληροφορία: τα μυρμηγκία βοηθούν τις αφίδες που με τη σειρά τους προσφέρουν το μελίτωμα στις μέλισσες. Έτσι, αυτό το μέλι μελιτώματος είναι μια αρκετά πολυ-έντομη «επιχείρηση», έτσι δεν είναι;

«Το μελίτωμα είναι πιθανότερο να συλλεχθεί κατά τη διάρκεια της περιόδου έλλειψης νέκταρος. Μπορεί να βρεθεί στα φύλλα δέντρων όπως η βελανιδιά, η οξιά, η λεύκα τουλιπών, η φλαμουριά, η φτελιά, η λευκή καρδιά, ο σφένδαμος, η λεύκα, το τίλιο και σε οπωροφόρα δέντρα καθώς επίσης και στο έλατο, τον κέδρο και την ερυθρελάτη.»

Τα συμπεράσματα συλλέγουμε από τις ανωτέρω δηλώσεις είναι:

- υπάρχουν πολλοί τύποι δέντρων που μπορεί να είναι μια καλή πηγή μελιτώματος
- μπορεί κανείς να βρει διάφορους τύπους μελιών μελιτώματος: «μέλι έλατου», «μέλι κέδρου» κ.λπ., κ.λπ.
- αυτά τα δέντρα, εάν κοιτάξουμε στον παγκόσμιο βοτανικό χάρτη, υπάρχουν σε όλες τις ηπείρους.

Ένας άλλος τύπος γενικού συμπεράσματος συσχετίζεται με την πηγή του μελιτώματος, που είναι ο χυμός του δέντρου.

Θα δούμε αργότερα λεπτομερώς, αλλά μπορούμε να συμφωνήσουμε τώρα, ότι το μέλι μελιτώματος είναι ένα είδος φυσικού «γλυκού εκχυλίσματος δέντρων», πολύ πλούσιο σε μεταλλικά στοιχεία, πολύ πλουσιότερο από τα μέλια ανθέων.

Αυτή η διαφορά στην ποσοτική σύνθεση των μετάλλων είναι εύκολο να κατανοηθεί εάν εξετάσουμε τη γενική δομή μιας δυνατής βελανιδιάς και μιας λεπτεπίλεπτης / εύθραυστης λεβάντας...

**Dr Med. Stefan Stangaciu**  
Apitherapy Internet Course  
drstangaciu@apitherapy.de



## Σουηδοί επιστήμονες έλυσαν ένα αίνιγμα του μελιού

**Ο**ι επιστήμονες, **Alejandra Vasquez** και **Tobias Olofsson**, δουλεύοντας στο Πανεπιστήμιο Lund στη Σουηδία, έκαναν μια μοναδική ανακάλυψη με την οποία λύθηκε ένα αίνιγμα του μελιού. Πραγματοποίησαν μια έρευνα με αξιοσημείωτα αποτελέσματα, που μπορεί εν μέρει να εξηγήσει την ανοχή των μελισσών σε παθογένητες αλλά και μέρος της άγνωστης αντιβακτηριακής δράσης του μελιού.

Ο παππούς του Tobias, Tage Kimblad (94 ετών) ήταν μελισσοκόμος για 78 χρόνια και ο Tobias, μεγαλωμένος με τις μέλισσες και το μέλι, αποφάσισε ότι έπρεπε να ερευνησει γιατί το μέλι θεωρείται,

με διάφορους τρόπους, ευεργετικό για τον άνθρωπο. Μαθαίνοντας μέσω μίας εργασίας του ότι ο χυμός και η γύρη των φυτών περιέχουν πολλούς μικροοργανισμούς και καμιά φορά ευεργετικά βακτήρια γαλακτικού οξέος, ξεκίνησε μία εργασία με τον παππού του. Ο Tobias είναι ειδικός στην ταυτοποίηση των βακτηριδίων με την βοήθεια του DNA και τώρα ήθελε να μάθει γιατί κάποια είδη μελιού είναι πιο ευεργετικά από άλλα. Η θεωρία που είχε ήταν ότι οι μέλισσες μάλλον ενσωματώνουν τα βακτήρια του γαλακτικού οξέος, προερχόμενα από διαφορετικούς χυμούς ή γύρες που συλλέγουν, στο μέλι.

Αυτό που ανακάλυψε με τη συνάδερφό του Alejandra, ειδική στα βακτήρια του γαλακτικού οξέος, ήταν μία μοναδική χλωρίδα σε σύνολο 12 διαφορετικών βακτηρίων γαλακτικού οξέος (LAB) που ονομάζεται *Lactobacillus* και *Bifidobacterium*. Παρ' όλα αυτά, τα βακτήρια LAB δεν προέρχονταν από τα λουλούδια. Η χλωρίδα ζει μέσα στο στομάχι της μέλισσας όπου το νέκταρ αποθηκεύεται κατά τη διάρκεια της πτήσης και φαίνεται ότι αυτή η χλωρίδα συνεξελίχθηκε με τις μέλισσες με τα χρόνια, δημιουργώντας μία σχέση συμβίωσης.

Τα βακτήρια LAB θεωρούνται ευεργετικά και κυρίως βρίσκονται σε υγιή άτομα αλλά και η χρήση τους στο εμπόριο είναι σημαντική για τα γαλακτοκομικά προϊόντα και τα προβιοτικά, έχοντας ευεργετικές δράσεις για τον καταναλωτή. Οι βασικοί τύποι βακτηρίων σε αυτή την ομάδα είναι τα *Lactobacillus* και *Bifidobacterium*. Τα βακτήρια LAB είναι γνωστοί παραγωγοί πολλών αντιμικροβιακών ουσιών και μεταβολίτες όπως το γαλακτικό οξύ, το οξικό οξύ, το μυρμηκικό οξύ, το υπεροξειδίο του υδρογόνου και πολλά άλλα. Όλα αυτά είναι ικανά να εμποδίσουν ή να σκοτώσουν πολλούς ανεπιθύμητους μικροοργανισμούς (βακτήρια, μύκητες και μούχλα).

Στην μελέτη μας παρατηρήσαμε ότι ο αριθμός και η ισορροπία των ανεξάρτητων μελών αυτής της χλωρίδας εξαρτάται από το νέκταρ, τις φυσικές συνθήκες και την υγεία της αποικίας. Τα βακτήρια LAB που βρέθηκαν μέσα στις μέλισσες φαίνεται ότι μπορούν να εμποδίσουν ή να σκοτώσουν βακτήρια που μολύνουν το φαγητό, παθογόνες της μέλισσας και βακτήρια που κυρίως βρίσκονται σε μολυσμένες πληγές. Μερικά από τα καλά βακτήρια LAB, από το στομάχι της μέλισσας, είναι ζωντανά στο φρέσκο μέλι που δεν είναι πάνω από μία εβδομάδα παλιό αλλά μετά από αυτό, ακόμα και τα συγκεκριμένα βακτήρια πεθαίνουν στο αποθηκευμένο μέλι. Φαίνεται σαν η χλωρίδα LAB να προστατεύει το νέκταρ από την επιμόλυνση μέχρι να γίνει μέλι. Πιθανώς, μέσα στα χρόνια, αρκετοί άνθρωποι να έχουν καταναλώσει αυτή την LAB χλωρίδα όσο ήταν ακόμα ζωντανή, κλέβοντας από άγριες αποικίες μελισσών το μέλι τους.

Οι ερευνητές πιστεύουν ότι η χλωρίδα LAB που ανακαλύφθηκε μπορεί να εμπλέκεται και στην παραγωγή ψωμιού μέλισσας, το οποίο πιστεύεται ότι παρασκευάζεται από ζύμωση γαλακτικού οξέος και είναι κάτι το οποίο ερευνάται σήμερα.

Έχοντας στο μυαλό μας όλα τα παραπάνω, πιστεύουμε ότι πολλές από τις προτιμώμενες ενώσεις που βρέθηκαν στο μέλι σήμερα, όπως το γαλακτικό οξύ, το οξικό οξύ, το υπεροξειδίο του υδρογόνου και πολλές άλλες, προέρχονται από την LAB χλωρίδα. Από αυτό υποθέτουμε ότι η χλωρίδα που ανακαλύψαμε στο στομάχι φαίνεται να είναι ουσιαστική για την μετατροπή του νέκταρος σε μέλι. Πιστεύεται ότι το μέλι θεωρείται προϊόν ζύμωσης, έχοντας μεγάλο αντίκτυπο στη βιομηχανία του μελιού.

Η ανακάλυψη είναι δημοσιευμένη στο περιοδικό *"Journal Microbiology"*: (*Oloffson & Vasquez Detection and identification of a novel lactic acid bacterial flora within the honey stomach of the honeybee *Apis mellifera**).







Επιμέλεια: Σοφία Καράμελα

## Κέρινα ομοιώματα

**Η** κατασκευή κέρινων ομοιωμάτων είναι εργασία που θέλει αγάπη. Πάνω από 800 ώρες χρειάζονται για να δώσεις το σωστό σχήμα, μετρώντας, χρωματίζοντας και σμιλεύοντας, για τη παραγωγή κάθε ομοιώματος. Επιστρατεύεται ένας μικρός στρατός ιδιαίτερα εκπαιδευμένων γλυπτών κεριού, προκειμένου να δημιουργήσουν έναν δι-

άσημο star του Hollywood, έναν ηγέτη ή αρχηγό κράτους, με τόση ακρίβεια που θα θεωρήσετε ότι είστε πρόσωπο με πρόσωπο με ένα πραγματικό πρόσωπο.

Θα βρεθείτε να ζητάτε συγγνώμη από κάποιον που κατά λάθος χτυπήσατε, πριν συνειδητοποιήσετε ότι είναι το ομοίωμα κάποιου διάσημου ηθο-

ποιού. Τέτοια είναι η ικανότητα των γλυπτών.

Η μεγάλη ερώτηση, εν τούτοις, είναι πώς το κάνουν; Αρχικά, ο άνθρωπος προσκαλείται για μια συνεδρίαση όπου γίνονται λεπτομερείς μετρήσεις και φωτογραφήσεις. Εάν η προσωπικότητα δεν μπορεί να έρθει προσωπικά γιατί είναι μία ιστορική φιγούρα όπως ο Αλβέρτος Αϊνστάιν, ο γλύπτης πρέπει να εργαστεί από τις υπάρχουσες φωτογραφίες. Είναι μια "λεπτή" εργασία - περισσότερες από 250 ακριβείς μετρήσεις και φωτογραφίες απαιτούνται πριν αρχίσει η εργασία για το ομοίωμα.

Οι γλύπτες χρησιμοποιούν τις μετρήσεις και τις φωτογραφίες για να φτιάξουν ένα καλούπι του κεφαλιού. Έπειτα κάνουν έναν μεταλλικό σκελετό του σώματος στο οποίο προσθέτουν το καλούπι με το σχήμα του σώματος. Επειδή το κερί συρρικνώνεται, όλα τα ομοιώματα γίνονται 2% μεγαλύτερα από την πραγματικότητα.

Στη συνέχεια φτιάχνονται ξεχωριστά καλούπια του κεφαλιού και του σώματος.

Το κερί μέλισσας, που ποικίλει σε χρώματα, βελτιώνει την ποιότητα του γλυπτού και μεγαλώνει την αντοχή στη θερμοκρασία. Χύνεται σε μία φόρμα ασβεστοκονιάματος που του επιτρέπει να κρυώσει και "να θεραπευθεί". Τα ιατρικά γυάλινα μάτια που είναι αντίστοιχα του κανονικού χρώματος του πραγματικού προσώπου, παρεμβάλλονται μαζί με οδοντοστοιχίες εφόσον η έκφραση του προσώπου είναι χαμογελαστή ή έχει ανοικτό στόμα.

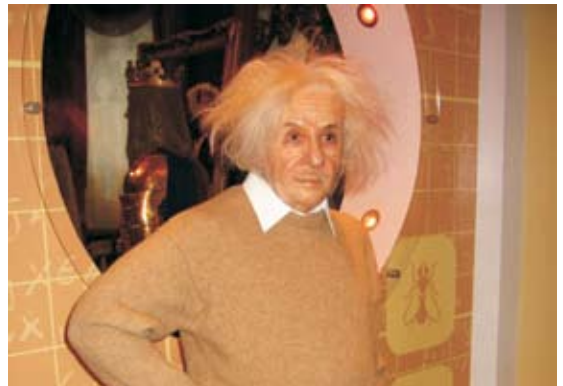
Μόλις το κερί ετοιμαστεί, έρχεται η ώρα για τα μαλλιά και το "make up". Δεν υπάρχει κανένας γρήγορος τρόπος για να βάλεις τα μαλλιά επάνω στο ομοίωμα - κάθε τρίχα πρέπει να εμφυτεύεται

χωριστά και η εργασία διαρκεί συνήθως περίπου πέντε εβδομάδες. Για τα αντρικά ομοιώματα, αυτή η διαδικασία εισαγωγής μπορεί να επεκταθεί στα χέρια, μπράτσα και ίσως ακόμη και στο στήθος! Έπειτα, προστίθενται τα δόντια και τα μάτια προτού να χρωματιστεί το ομοίωμα. Το χρώμα που χρησιμοποιείται έχει σαν βάση το λάδι και απλώνεται στην επιφάνεια, έτσι ώστε να δημιουργεί ένα ρεαλιστικό χρώμα όπως το δέρμα μας.

Δεδομένου ότι το φυσικό κερί μέλισσας δεν μπορεί ούτε να ξαναχρησιμοποιηθεί αλλά ούτε και να στηρίξει το βάρος ενός ανθρώπινου ομοιώματος, κατασκευάζεται ένα σώμα από ανθρακόνημα όπου πάνω σε αυτό προσαρμόζεται το κερί.

Τέλος, με την βοήθεια ενδυματολόγων, ντύνουν το κέρινο ομοίωμα με τα κατάλληλα ρούχα.

Ο ελάχιστος χρόνος που απαιτείται για την ολοκλήρωση ενός ομοιώματος είναι έξι μήνες. Δύο από τις αφίξεις της δεκαετίας του '90, και συγκεκριμένα η κατασκευή του πρώην Προέδρου των ΗΠΑ Bill Clinton και του πρώην Καναδού πρωθυπουργού Jean Chretien, διάρκεσαν οκτώ και δεκατέσσερις μήνες, αντίστοιχα.



# ONCOCYCLE

## Ενίσχυση του ανοσοποιητικού, όταν ο καρκίνος «χτυπήσει», με ένα φυσικό προϊόν

Dr Liéna Hernandez Orizondo  
Prof. Roch Domerego

**Τ**ο βέλγικο εργαστήριο ari-ar, εργάζεται πάνω από 10 χρόνια πάνω στη συνεργική δράση της πρόπολης και των αιθέριων ελαίων. Από τις έρευνες της ari-ar, γεννήθηκε το Oncocycle, ένα προϊόν που συνδυάζει την πράσινη πρόπολη από τη Βραζιλία και τρία αιθέρια έλαια. Έχει ιδιότητες που ενισχύουν το ανοσοποιητικό σύστημα και ενεργεί σαν συμπληρωματική δράση στις χημειοθεραπείες, λόγω της πιθανής επίδρασής του στην απόπτωση.

Το Oncocycle αποτελεί πραγματική υποστήριξη των ατόμων που υποφέρουν από καρκίνο, όπου κι αν αυτός εντοπίζεται, κατά τη διάρκεια, καθώς και μετά τη χημειοθεραπεία. Περιέχει μεγάλο αριθμό αντιοξειδωτικών που αποτρέπουν την εμφάνιση ελεύθερων ριζών αλλά και αποτελούν σημαντική πηγή ολιγοστοιχείων.

### Μερικές φυσιολογικές σκέψεις

Το ανοσοποιητικό σύστημα έχει την προδιάθεση να δημιουργεί την άμυνα του οργανισμού μας έναντι επιθετικών στοιχείων, ξένων οργανισμών και τοξινών που υπάρχουν στην ατμόσφαιρα. Ένα φυσικό προϊόν με τις ιδιότητες των αιθέριων ελαίων και της πρόπολης ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα στην καθημερινή μάχη για τη διατήρηση της υγείας μας.

Το ανοσοποιητικό σύστημα συνεργάζεται στενά με τον εγκέφαλο, τα γάγγλια, τους αδένες, το δέρμα, τις ορμόνες, τον οστικό μυελό, τους βλεννο-

γόνους, το ήπαρ, τα δάκρυα, τον ιδρώτα, το λίπος, ακόμα και με το χνούδι σε διαφορετικά σημεία του σώματος και φυσικά με τα λευκά αιμοσφαίρια που είναι οι βασικοί υποστηρικτές του οργανισμού μας.

Το σύστημα αυτό ενεργοποιείται όταν κάποιο άγνωστο στοιχείο τύπου βακτηρίου, ιού, παράσιτου, μύκητα, δηλητηρίου ή άλλης τοξικής ουσίας του περιβάλλοντος έρχεται σε επαφή με τον οργανισμό και ενεργοποιεί μία αλυσίδα αντιδράσεων, κατά την οποία τα κύτταρα του συστήματος άμυνας μας (λεμφοκύτταρα και μακροφάγα) πολλαπλασιάζονται στο αίμα και σχηματίζουν ειδικά αντισώματα για κάθε ασθένεια. Όταν ο οργανισμός είναι εξασθενημένος, η διαδικασία αυτή φυσικής άμυνας δεν ανταποκρίνεται αποτελεσματικά, γεγονός το οποίο ευνοεί την εμφάνιση ασθενειών.

Μία άλλη θεμελιώδης λειτουργία του ανοσοποιητικού μας συστήματος είναι η ρύθμιση της απαραίτητης φυσικής διαδικασίας για την αντικατάσταση των παλιών κυττάρων με καινούργια κύτταρα, φυσικό φαινόμενο γνωστό ως «απόπτωση». Στις νεοπλασίες για παράδειγμα, η φυσική αυτή διαδικασία έχει αλλοιωθεί. Τα άρρωστα κύτταρα συνεχίζουν να αναπαράγονται με ανεξέλεγκτο τρόπο, προχωρώντας και στους περιβάλλοντες ιστούς (μεταστάσεις). Οι πρόσφατες μελέτες για την αντιμετώπιση του καρκίνου κατευθύνονται κυρίως προς την υποστήριξη της φυσικής αυτής διαδικασίας κυτταρικού θανάτου.





## Η σύνθεση του Oncocycle

### 1. Η Πράσινη Πρόπολη της Βραζιλίας

Κατά τη διάρκεια των δύο τελευταίων δεκαετιών, η πρόπολη αυτή, που προέρχεται από το φυτό *Baccharis danuncifolia*, από τη Βραζιλία, έχει μελετηθεί για τις αντικαρκινικές του ιδιότητες. Σε αυτό το σκεύασμα, που δημιουργήθηκε από την api-ar, η πράσινη πρόπολη έχει επεξεργαστεί για να πετύχει συγκέντρωση των ενεργών συστατικών της μέχρι και 20 φορές μεγαλύτερη από εκείνη της φυσικής πρόπολης.

Πέρα από την ισχυρή αντιοξειδωτική δράση, η πράσινη πρόπολη διαθέτει συστατικά με αντικαρκινική δράση, η οποία έχει επιστημονικά αποδειχθεί. Η arteriline-C, το καφεϊκό οξύ και ένας φαινυλικός εστέρας (CAPE) ευθύνονται για την κυτταροτοξική και αντιφλεγμονώδη δράση.

Τα φλαβονοειδή, η πινοσεμπρίνη, η γαλαγγίνη, το βενζοϊκό οξύ, τα διτερπένια τύπου κλεροδανίου διαθέτουν ισχυρή αντιμικροβιακή δράση.

Μελέτη μίας επιστημονικής ομάδας από το Ζάγκρεμπ απέδειξε ότι η πρόπολη είναι πιο αποτελεσματική από ένα προϊόν ευρέως χρησιμοποιούμενο στη χημειοθεραπεία με την ονομασία «Επιρουμπικίνη».

Μία άλλη γιαπωνέζικη μελέτη καταλήγει σε συμπεράσματα σε σχέση με το μέγεθος των όγκων, αποδεικνύοντας ότι η πρόπολη σε συνδυασμό με τη μιτομυκίνη ή την 5-FU (δύο παράγοντες της χημειοθεραπείας), είναι δυνατό να εμποδίσει σημαντικά την ανάπτυξη των όγκων μετά από τρεις εβδομάδες.

### 2. Ένα μείγμα αιθέριων ελαίων

- Το αιθέριο έλαιο **Niaouli** (*Melaleuca quinque-nervia cineolifera*), ενεργοποιεί γενικότερα την άμυνα. Το βασικό του συστατικό, ένα τερπενικό οξύ, με μονοτερπένια και σεσκιτερπενικές αλκοόλες μειώνει την προδιάθεση για πιθανό καρκίνο.
- Το αιθέριο έλαιο του **Βασιλικού** (*Ocimum basilicum*) είναι δυνατό πεπτικό και ηπατοχολικό τονωτικό χάρη στο βασικό του συστατικό: τη μεθυλοκαβικόλη. Γενικότερα ενισχύει σε μεγάλο βαθμό τη φυσική άμυνα του οργανισμού.
- Το αιθέριο έλαιο του **Μοσχοκαρφίου** (*Eugenia caryophyllus*), περιέχει κυρίως την ευγενόλη, μία αλκοόλη με αντιβακτηριακή δράση και ταυτόχρονα πεπτικό τονωτικό, που επιτρέπει την αποβολή των τοξινών. Καταπολεμά τους σπασμούς που μπορεί να προκληθούν από τις διαδοχικές χημειοθεραπείες.

Πιο ολοκληρωμένη ενημέρωσή σχετικά με το Oncocycle, είναι διαθέσιμη στην ιστοσελίδα της εταιρείας **Api-Ar International S.A.**

[www.api-ar.com](http://www.api-ar.com)

Συστήνεται για όλες τις παθολογίες όπου το ανοσοποιητικό σύστημα είναι αδύναμο, ιδιαίτερα στους ασθενείς που ακολουθούν θεραπείες όπως η ραδιοθεραπεία ή η χημειοθεραπεία.

Σε θεραπεία πρόληψης ή προφύλαξης το Oncocycle θα βοηθήσει να μειωθεί το μέγεθος των όγκων και να επιβραδυνθεί η ανάπτυξη πιθανών μεταστάσεων.



## Μέλισσα, Γεωγραφία & Παράδοση

**Η** Ελλάδα είναι από τα πανάρχαια χρόνια συνδεδεμένη με τη μέλισσα. Οι αναφορές στο πιο ωφέλιμο από τα έντομα είναι αναρίθμητες σε όλες τις πηγές, είτε αυτές αφορούν την αρχαιότητα, είτε τους μετέπειτα χρόνους και το ίδιο ισχύει και σήμερα.

Αρχαίοι συγγραφείς, έχουν γράψει γι' αυτήν, γιατί έχουν αναφερθεί στη θεραπευτική δράση των προϊόντων της, φαρμακοποιοί έχουν καταγράψει συνταγές με τις πρώτες ύλες που μας δίνει, δάσκαλοι και φιλόσοφοι την έχουν χρησιμοποιήσει σαν παράδειγμα, κυβερνήσεις την έχουν απεικονίσει στα νομίσματά τους και ο λαός την αναφέρει στα γνωμικά του. Ο κατάλογος θα ήταν πολύ μεγάλος αν κάποιος επιχειρούσε σχολαστικά να απαριθμήσει όλες τις περιπτώσεις.

Αλλά και στην πρακτική καθημερινότητά του, ο Έλληνας ήταν πάντα δεμένος με τη μέλισσα.

Η ενασχόληση με τη μελισσοκομία χάνεται στις απαρχές της ιστορίας του τόπου μας όταν ο Αρισταίος δίδαξε κατά το μύθο τους προγόνους μας πώς να διαχειριστούν το μέλισσι παίρνοντας από αυτό τα πολύτιμα αγαθά του.

Από τότε το μέλι βρήκε τη θέση του σε κάθε Ελληνικό σπίτι, η μέλισσα τη θέση της στην καρδιά μας και οι δεσμοί αυτοί βρήκαν και άλλο ένα – ενδιαφέρον – πεδίο έκφρασης: τα τοπωνύμια.

Χωριά και πόλεις, βουνά και κάμποι βαφτίστηκαν με ονόματα σχετικά με τη μέλισσα, σαν επισφράγιση αυτής της μακραίωνης σχέσης μας μαζί της. Ο κατάλογος που ακολουθεί αποτελείται από όλες τις περιπτώσεις που μπορέσαμε να συγκεντρώσουμε. Πιθανά να υπάρχουν και άλλες. Ελπίζουμε να σας «κεντρίσουμε» το ενδιαφέρον και να αναζητήσετε κι εσείς και άλλους τόπους που τους «βάφτισε» η μέλισσα. Με χαρά θα υποδεχτούμε κάθε νέα πληροφορία, κι ίσως κάποτε να φτάσουμε να τα καταγράψουμε όλα!

#### **A. το κουβέλι (παλιός τύπος κυψέλης)**

Τοπωνύμιο που συναντάται με πολλές μορφές. Βρήκαμε το **Κουβελάκι** (όρος του νομού Αρκαδίας με ύψος 1059 μέτρα), το **Κουβελαιίκο** βουνό (κορυφή του Τετραζίου στο νομό Μεσσηνίας με ύψος 1101 μέτρα), τον **Κούβελα** (οικισμός της Μεσσηνίας επίσης στο Τετράζιο όρος), την **Κουβέλα** (οικισμός του νομού Φθιώτιδας στην παραλία του Μαλιακού κόλπου), το **Κουβέλι** που εμφανίζεται 3 φορές (μία σαν οικισμός στα Τζουμέρκα του νομού Άρτας, μία σαν κορυφή του Ταυγέτου στη Λακωνία με υψόμετρο 1486 μέτρα και μία σαν βραχονησίδα στον Κορινθιακό κόλπο), **τα Κουβέ-**

**λια** – στον πληθυντικό – (οικισμός στην Αρκαδία) και τέλος **οι Κουβέλλες** (οικισμός στην Εύβοια).

#### **B. η κυψέλη**

Η **Κυψέλη** συναντάται 13 φορές σαν οικισμός (στην Αίγινα, στον νομό Καρδίτσας, στον νομό Ημαθίας ανατολικά της Βέροιας, στον νομό Αιτωλοακαρνανίας δύο φορές η μία κοντά στο Μεσολόγγι και η άλλη βορειοδυτικά από το Μεσολόγγι, στον νομό Πρεβέζης βορειοδυτικά της Πρέβεζας, στον νομό Άρτας στις πλαγιές των Τζουμέρκων, στη Ζάκυνθο στην ανατολική πλευρά του νησιού, στη Θράκη στον νομό Ξάνθης, στην Τροιζηνία της Πελοποννήσου, στον νομό Καστοριάς, στη Μεσσηνία στις πλαγιές του Τετραζίου όρους και τέλος σαν περιοχή της Αθήνας που εντάσσεται στο Δήμο Αθηναίων). Από την κυψέλη επίσης προέρχεται και το **Κυψελοχώρι** που βρήκαμε σαν οικισμό στον νομό Λαρίσης στα βορειοανατολικά της Λάρισας.

#### **Γ. το μέλι**

Σαν τοπωνύμιο το βρίσκουμε σε πολλές διαφορετικές εκδοχές. Έχουμε τη **Μελιά** (οικισμός νότια από τα Ιωάννινα), τη **Μελιά** (οικισμός στον νομό Λαρίσης), **τα Μελιανά** (οικισμός στο νομό Πρεβέζης), το σύνθετο **Μελιγαλάς** (στη Μεσσηνία), **οι Μελιγγοί** (νοτιοδυτικά των Ιωαννίνων), **ο Μελιγός** (οικισμός στο νομό Τρικάλων) και ο «συγγενής» **Μελιγός** (οικισμός στον νομό Καρδίτσας), η **Μελίδα** (οικισμός στην Άνδρο), το **Μελιδόνι** που το συναντάμε 6 φορές (οικισμός στο νομό Ρεθύμνης, οικισμός στον νομό Χανίων, οικισμός στον νομό Κοζάνης, οικισμός στον νομό Αρκαδίας, οικισμός στη Φθιώτιδα και σαν όρος στο νομό Αχαΐας), το **Μελιδοχώρι** (στο Ηράκλειο Κρήτης), το **Μελινάδο** (οικισμός στη Ζάκυνθο), το **Μελίον** (οικισμός κοντά στα Μέγαρα), ο **Μελιός** (στην Αιτωλοακαρνανία), η **Μελόπετρα** (οικισμός στη Θράκη), η **Μέλουνα** (ύψωμα της Θεσσαλίας στο νομό Λαρίσης) η **Μελούνα** (στενό πέρασμα στις νοτιοδυτικές απολήξεις του Ολύμπου).

#### **Δ. η μέλισσα**

Η **Μέλισσα** βρέθηκε σε 10 διαφορετικές περιοχές (σαν οικισμός στον νομό Λαρίσης, σαν οικισμός στο νομό Ξάνθης, σαν οικισμός στον νομό Καρ-



δίτσας, σαν οικισμός στον νομό Ηλείας, σαν οικισμός στην Καβάλα, σαν οικισμός νοτιοδυτικά της Σπάρτης, σαν οικισμός στο νομό Θεσπρωτίας, σαν βραχονησίδα στις βόρειες Σποράδες, σαν όρμος στις ανατολικές ακτές της Άνδρου και σαν ακρωτήριο στα νότια παράλια της Κρήτης στον νομό Ρεθύμνης). Επίσης από τη μέλισσα προέρχονται η **Μελισσάνη** (βαραθρώδες λημνοσπήλαιο στην Κεφαλληνία), τα **Μελισσάτικα** (οικισμός στον νομό Μαγνησίας), οι **Μέλισσες** (οικισμός στο νομό Λασιθίου στην Κρήτη), το **Μελισσοκομείο** (οικισμός στην Καβάλα), η **Μελισσόμανδρα** (οικισμός στον νομό Δράμας), η **Μελισσόπετρα** δύο φορές (στον νομό Αρκαδίας και στο νομό Ιωαννίνων), ο **Μελισσότοπος** (οικισμός στο νομό Κατοριάς), το **Μελισσουργάκι** (οικισμός στο Ρέθυμνο Κρήτης), η **Μελισσιά** (στον νομό Χανίων στην Κρήτη) οι **Μελισσουργοί** (στο νομό Άρτας), ο **Μελισσουργός** (οικισμός ανατολικά της Θεσσαλονίκης), το **Μελισσοχώρι** (οικισμός της Κεντρικής Μακεδονίας βόρεια της Θεσσαλονίκης), ο **Μελισσώνας** (οικισμός στην Εύβοια), η **Μελίτη** (αρχαία ονομασία της λιμνοθάλασσας του Μεσολογγίου), τα **Μελιτιάνικα** (οικισμός των Κυθήρων).

## Ε. το μελίσι

Το **Μελίσι** το βρήκαμε 6 φορές (οικισμός στον νομό Κορίνθου, οικισμός στην Έδεσσα, οικισμός στο νομό Ιωαννίνων, οικισμός στον νομό Αρκαδίας, οικισμός στη Δυτ. Μακεδονία στα Γρεβενά, οικισμός στον νομό Αργολίδας), Στον πληθυντικό τώρα, βρήκαμε 7 περιπτώσεις με όνομα τα **Μελίσσια** (περιοχή της Αθήνας στους πρόποδες της Πεντέλης, οικισμός της Αχαΐας, οικισμός στο νομό Φθιώτιδας, οικισμός στον νομό Κοζάνης, οικισμός στην Κέρκυρα, οικισμός στον νομό Άρτας, οικισμός κοντά στη Λειβαδιά). Από το μελίσι προέρχεται και η **Μελισσιά** (οικισμός στον νομό Χανίων).

Συμπερασματικά, μπορούμε να πούμε ότι τα τοπωνύμια που προέρχονται από λέξεις και όρους σχετικούς με τη μέλισσα, είναι πάρα πολλά τόσο ως προς το πλήθος όσο και ως προς την ποικιλία. Είναι διάσπαρτα σε όλη την Ελλάδα, καταμαρτυρώντας έτσι τον ισχυρό δεσμό του Έλληνα με τη μέλισσα.

## Δ. Α. Σελιανάκης

Πηγή: Γεωγραφικό Λεξικό της Ελλάδος

# Ζωντανός φράκτης!

## Μελίσσια: ο απλούστερος τρόπος να διώξει κανείς τους ελέφαντες

**Μ**ελίσσια τοποθετημένα περιμετρικά στις καλλιέργειες θα μπορούσαν να ανακουφίσουν τους Αφρικανούς αγρότες από τις εισβολές των πεινασμένων ελεφάντων, έδειξαν δοκιμές του Πανεπιστημίου της Οξφόρδης.

Αν και παχύδερμα, οι ελέφαντες φοβούνται τα τσιμπήματα των μελισσών, οι οποίες μπορούν να εισχωρήσουν σε ευαίσθητα σημεία όπως η προσκόκίδα.

Για να πειραματιστούν με την ιδέα, οι ερευνητές έκρυσαν μαγνητόφωνα σε δέντρα που προτιμούν για τη σκιά οι ελέφαντες και έπαιξαν ηχογραφημένους ήχους μελισσών ενώ το κοπάδι ξεκουραζόταν.

Στο 94% των περιπτώσεων τα ζώα έφευγαν από το δέντρο, τις μισές φορές τρέχοντας. Συγκριτικά, μόνο το 27% των ελεφάντων τρόμαζε όταν παιζόταν ένας ήχος ελέγχου από λευκό θόρυβο.

«Είμαστε λίγο επιφυλακτικοί για το πόσο αποτελεσματικό θα ήταν σε μεγάλη κλίμακα», παραδέχεται στο BBC η Δρ Λούσι Κινγκ, επικεφαλής των επιστημόνων.

Το επιπλέον πλεονέκτημα των μελισσιών είναι ότι θα προσέφεραν μέλι για τις αγροτικές κοινότητες. Το μειονέκτημα είναι ότι οι αφρικανικές μέλισσες είναι πιο επιθετικές και το κεντρί τους πιο επώδυνο.

Πηγή: [www.in.gr](http://www.in.gr)

# ΕΠΙΤΟΜΗ ΜΕΛΙΣΣΟΚΟΜΙΑ

Γεώργιος Β. Σελλιανάκης



Κυκλοφόρησε η **ΕΠΙΤΟΜΗ ΜΕΛΙΣΣΟΚΟΜΙΑ** του **Γεώργιου Β. Σελλιανάκη**,  
τέως Διευθυντή της Μελισσοκομικής.

- Με 7 αλληλοδιάδοχα θεματικά Μελισσοκομικά βιβλία (Μέλισσα – Μελισσοκομία – Μελισσοκομική Επιχείρηση – Μελισσοοικονομία – Μελισσοκομικά φυτά – Μελισσοκομικό Ημερολόγιο – Μελισσοκομική Νομοθεσία).
- Με 800 σελίδες και περισσότερες από 1000 εικόνες (φωτογραφίες, σκίτσα, πίνακες, χάρτες, στατιστικές)
- Ένα μελισσοκομικό βιβλίο διαχρονικό, ιδιαίτερα χρήσιμο για τους επαγγελματίες μελισσοκόμους.

Κεντρική διάθεση:

ΑΡΙΦΑΡΜ

Διεύθυνση: Γ. Κονδύλη 16, Αγ. Ανάργυροι,  
Τ.Κ. 13561, Αθήνα,

Τηλέφωνο: 2108547500

Πωλείται και: Θεσσαλονίκη, Χανιά, Πάτρα, Χαλκίδα,  
Λάρισα

Τιμή: € 60,00

**ΧΟΥΧΟΥΤΑΣ ΑΔΕΞ. ΓΕΩΡΓΙΟΣ**  
ΒΙΟΤΕΧΝΙΑ ΤΕΧΝΗΤΩΝ ΚΗΡΗΘΩΡΩΝ  
ΕΜΠΟΡΙΑ ΜΕΛΙΣΣΟΚΟΜΙΚΩΝ ΕΙΔΩΝ

ΝΙΚΗΤΗ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ  
ΤΗΛ. 23750 22219 FAX 23750 22854

Η ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΕΓΓΥΑΤΑΙ  
ΤΗΝ ΑΥΞΗΣΗ ΤΗΣ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ

Η ΒΙΟΤΕΧΝΙΑ ΜΑΣ ΔΙΑΘΕΤΕΙ ΦΥΣΙΚΗ ΓΥΡΗ ΚΑΙ ΚΕΡΙΑ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΤΥΠΩΝ

# ΕΙΝΑΙ ΑΝΑΓΚΑΙΑ Η ΑΝΑΘΕΩΡΗΣΗ ΤΟΥ ΝΟΜΟΥ ΠΕΡΙ ΘΥΜΑΡΙΣΙΟΥ ΜΕΛΙΟΥ;

**Ε**δώ και αρκετό καιρό έρχεται συχνά στην μελισσοκομική επικαιρότητα το θέμα του Θυμαρίσιου μελιού και των προδιαγραφών του. Το ΕΚΕΜ έχει ήδη τοποθετηθεί πολλές φορές εκφράζοντας την αναγκαιότητα της δημιουργίας μίας επιπλέον κατηγορίας «επιλεγμένου» θυμαρίσιου μελιού με ποιοτικές προδιαγραφές υψηλότερες από τις υφιστάμενες, με παράλληλη διατήρηση της κατηγορίας του θυμαρίσιου όπως περιγράφεται από τον νόμο σήμερα. Θεωρούμε δε ότι είναι ωφέλιμο για όλον τον κλάδο αλλά και για τον καταναλωτή η ανάδειξη του συγκεκριμένου μελιού σε Π.Ο.Π.

Η πιο πρόσφατη εξέλιξη στο ζήτημα είναι η επιστολή που έστειλαν οι παρακάτω μελισσοκομικοί συνεταιρισμοί

- Αγροτικός Συνεταιρισμός Θυμαρίσιου Μελιού Επαρχίας Καλύμνου – «Θυμαρίτης»
- Μελισσοκομικός Συνεταιρισμός Ολύμπου Καρπάθου
- Μελισσοκομικός Συνεταιρισμός Αστυπάλαιας
- Μελισσοκομικός Συνεταιρισμός Λέρου
- Μελισσοκομικός Συνεταιρισμός Ν. Νισύρου
- Γεωργικός Μελισσοκομικός Συνεταιρισμός Ρόδου
- Αγροτικός Μελισσοκομικός Συνεταιρισμός Αμοργού – το «Πρόπολο»

στους αρμόδιους φορείς όπου πρότειναν την άμεση απαλοιφή του χαρακτηρισμού «αμιγές» από την συγκεκριμένη Υπουργική Απόφαση, αφού στη χώρα μας υπάρχουν περιοχές – κυρίως νησιά του Αιγαίου – όπου το θυμαρί κυριαρχεί στην αυτοφυή μελιτοφόρο βλάστηση και δεν ανθοφορεί ταυτόχρονα με άλλα μελιτοφόρα φυτά και το μέλι των περιοχών αυτών εμφανίζει ποσοστά γυρεοκόκκων θυμαριού, της τάξεως του 70% ή και μεγαλύτερης. Άρα η υφιστάμενη Υπουργική Απόφαση εξισώνει ένα μέλι περιεκτικότητας 18% με ένα περιεκτικότητας 70% ή και 98% - έχει μετρηθεί και τέτοιο ποσοστό – στα μάτια των καταναλωτών, αφού χαρακτηρίζει και τα δύο ως αμιγή θυμαρίσια.

Επίσης ζήτησαν να αξιοποιηθούν τα αποτελέσματα επιστημονικών ερευνών, και εν ανάγκη να συνεχίσει να διεξάγεται έρευνα, ώστε με βάση τις διαφορές σε φυσικοχημικά και οργανοληπτικά χαρακτηριστικά, να διαφοροποιηθεί το θυμαρίσιο μέλι σε επί μέρους κατηγορίες (πχ «έξτρα θυμαρίσιο» όπως στο λάδι που ονομάζεται «έξτρα παρθένο», «παρθένο» κ.λπ.





ή με ενδείξεις Α-Β), εντός του τεράστιου εύρους 18-100%. Τέλος, να μη καθοριστεί νέα κατηγορία «μέλι με θυμάρι», ή με οποιαδήποτε αναφορά σε θυμάρι, για ποσοστά χαμηλότερα του 18%, γιατί σε τόσο χαμηλά ποσοστά, δε διαθέτει το μέλι τις χαρακτηριστικές οργανοληπτικές ιδιότητες θυμαρόμελου. Μια τέτοια κατηγορία, καταλήγει η επιστολή, θα μπορούσε εύκολα να συγχέεται με το «θυμαρίσιο μέλι», και να προκαλεί παραπλάνηση καταναλωτών, οι οποίοι προφανώς θα το επιλέξουν λόγω της σημαντικά φθηνότερης τιμής του.

Σχετικά με το πρώτο θέμα, αυτό της δημιουργίας μιάς επιπλέον επιλεγμένης κατηγορίας θυμαρίσιου μελιού, το ΕΚΕΜ θεωρεί πολύ σημαντικό να επισημάνουμε την ανάγκη η κατηγορία αυτή – αν τελικά δημιουργηθεί – να συμπεριλαμβάνει και άλλα κριτήρια που να διασφαλίζουν πράγματι την υψηλή ποιότητα του προϊόντος, όπως η μέτρηση της διαστάσης και η θέσπιση ενός ορίου που να αποτρέπει την κυκλοφορία στην αγορά θυμαρίσιου μελιού που προέρχεται από μελισσια που έχουν υποστεί τροφοδοσία κατά την παραγωγική περίοδο.

Σχετικά με το τελευταίο θέμα, αυτό της δυνατότητας αναγραφής του όρου «με θυμάρι» σε μέλια με χαμηλή περιεκτικότητα σε θυμαρίσιο μέλι, έχει τοποθετηθεί και η ΕΔΟΜ (Εθνική Διεπαγγελματική Οργάνωση Μελιού και Λοιπών Προϊόντων Κυψέλης) συμφωνώντας με την πρόταση της αναγραφής. Να σημειώσουμε εδώ ότι η θέση του ΕΚΕΜ είναι ότι ουσιαστικά αυτό το ζήτημα είναι λυμένο από τον κώδικα τροφίμων ο οποίος ορίζει ότι τα συστατικά ενός προϊόντος αναγράφονται με μικρά σε μέγεθος γράμματα και με σειρά φθίνουσα (δηλα-

δή πρώτο αυτό που συμμετέχει περισσότερο στο προϊόν και τελευταίο αυτό με τη λιγότερη συμμετοχή). Με αυτή τη λογική θα μπορούσε κάποιος να θεωρήσει τις διαφορετικές ποικιλίες μελιού ως συστατικά του τελικού μίγματος και να αναγραφούν με μικρότερου μεγέθους γράμματα (και φυσικά όχι δίπλα στη λέξη Μέλι που χαρακτηρίζει το προϊόν, ώστε να αποφευχθεί η σύγχυση του καταναλωτή).

Συμπερασματικά λοιπόν το ΕΚΕΜ πιστεύει ότι η ενδεδειγμένη λύση είναι η δημιουργία μιάς νέας, υψηλότερης ποιοτικά κατηγορίας, αλλά με αυστηρότερα κριτήρια και ως προς τους μελισσοκομικούς χειρισμούς. Η κατηγορία αυτή θα μπορούσε να χαρακτηριστεί και Π.Ο.Π. Ταυτόχρονα, η αναγραφή της λέξης θυμάρι σε μέλια που δεν καλύπτουν τις προϋποθέσεις του χαρακτηρισμού τους ως αμιγή θυμάρια μπορεί να γίνει απλά ακολουθώντας τα όσα λέει ο κώδικας τροφίμων περί επισήμανσης, χωρίς να παραπλανάται ο καταναλωτής.

Κώστας Δημητριάδης  
Φαρμακοποιός, Γραμματέας Δ.Σ. ΕΚΕΜ



**ΜΕΛΙΣΣΟΚΟΜΙΑ Α. ΑΜΑΞΑ**

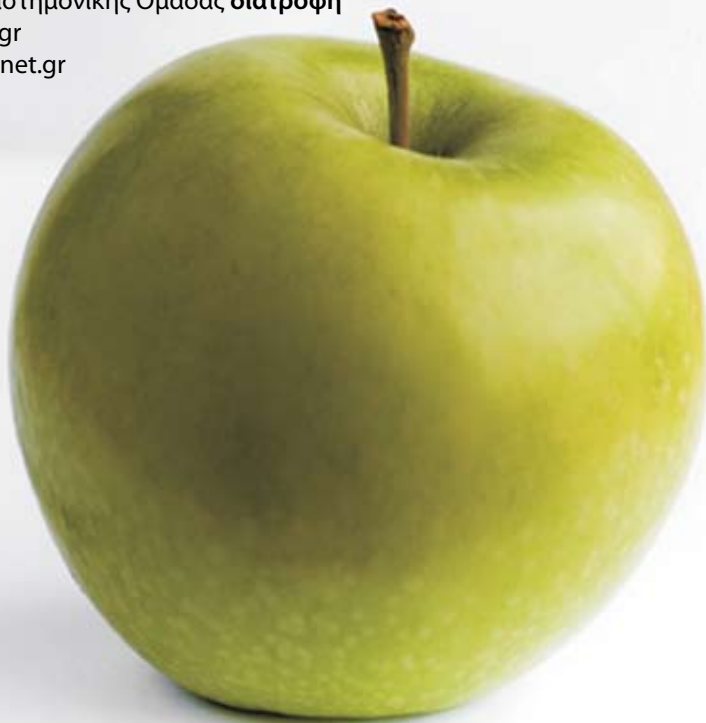
Διαθέτουμε με αξιοπιστία  
τα αγνά προϊόντα της μέλισσας

- **Μέλι ανθέων και ελάτου Βυτίνας**
- **Βασιλικό πολτό**
- **Γύρη, πρόπολη και κερι**

Αμαξάς Αντώνης  
Νέα Μανοιάδα Ηλείας  
τηλ. 2623072848, 6977656285

# Ο νέος είναι ωραίος & ο παλιός αν τρέφεται σωστά φαίνεται αλλιώς!

Ευάγγελος Ζουμπανέας  
Διατροφολόγος Διαιτολόγος  
Μέλος της Επιστημονικής Ομάδας διατροφή  
[www.diatrofi.gr](http://www.diatrofi.gr)  
[diatrofi@internet.gr](mailto:diatrofi@internet.gr)



## Πώς η διατροφή επηρεάζει την υγεία και την εμφάνιση του σώματος;

Η διατροφή επηρεάζει την υγεία αφού μέχρι και ο Ιπποκράτης, πατέρας της ιατρικής, είχε πει ότι η διατροφή είναι η αρχή και η βάση της υγείας. Το «τι» μπαίνει μέσα στο σώμα μας και με τι συστατικά τροφοδοτούμε το όργανά μας και τα κύτταρά μας είναι η αρχή για την καλή τους λειτουργία.

Επίσης με την αναπτυγμένη βιομηχανοποίηση των τροφίμων και τις τόσες ασθένειες και τοξίνες που υπάρχουν στο σύγχρονο «πιάτο», η διατροφή παίζει πολύ σημαντικό ρόλο όχι μόνο έμμεσα αλλά και άμεσα για την υγεία μας.

Έτσι λοιπόν ο Μεσογειακός τρόπος διατροφής έχει αποδειχτεί ως η καλύτερη πρόληψη για πολλές ασθένειες.

Το ελαιόλαδο, τα ψάρια, τα φρούτα, τα δημητριακά, τα όσπρια και τα γαλακτοκομικά, το μέλι, το σουσάμι, το ταχίνι, οι ξηροί καρποί του τόπου μας είναι εξαιρετικής ποιότητας γιατί παρέχουν όλα τα απαραίτητα θρεπτικά συστατικά, βιταμίνες, μέταλλα που θα εξασφαλίσουν την άριστη σωματική και πνευματική ανάπτυξη του παιδιού, του εφήβου και του ενήλικα.

Αντίθετα οι κακές διατροφικές συνήθειες μπορούν να οδηγήσουν ένα παιδί - αλλά και έναν ενήλικο στον αυριανό παχύσαρκο, διαβητικό, καρδιοπαθή, καρκινοπαθή ή να πληγεί από πολλές άλλες ασθένειες της σύγχρονης εποχής.

## Ποιες τροφές πρέπει να καταναλώνονται καθημερινά και συγκεκριμένα πώς επηρεάζουν την υγεία και την καλή σωματική εμφάνιση;

Γενικά μια ισορροπημένη διατροφή που βασίζεται στο Μεσογειακό πρότυπο πρέπει να περιέχει ακατέργαστα **δημητριακά ολικής άλεσης, ξηρούς καρπούς** που παρέχουν άφθονους υδατάνθρακες για ενέργεια και σχεδόν όλο το σύμπλεγμα των βιταμινών Β για την καλή λειτουργία του νευρικού συστήματος. Τα φρέσκα **φρούτα**, οι **χυμοί** και **λαχανικά** παρέχουν τις απαραίτητες βιταμίνες Α και C για την καλή άμυνα του οργανισμού στις λοιμώξεις. Το **ελαιόλαδο** χωρίς καθόλου χοληστερίνη βοηθάει στην καλή ροή του αίματος στα αγγεία και παρείχε άφθονη βιταμίνη Ε για τη νεανικότητα των κυττάρων. Το **γάλα**, το **γιαούρτι**

και το **τυρί** παρέχουν το απαραίτητο ασβέστιο για γερά κοκάλια και δόντια, τα φρέσκα ψάρια και θαλασσινά, τις πρωτεΐνες για την καλή ανάπτυξη του οργανισμού αλλά και πολλές ουσίες για την καλή λειτουργία της καρδιάς. Οι ξηροί καρποί, το σουσάμι, το ταχίνι, τα άγρια χόρτα, τα όσπρια και το μέλι συμπληρώνουν με όλα τα απαραίτητα αμινοξέα, μέταλλα και ιχνοστοιχεία την σωστή - Μεσογειακή διατροφή.

## Ποιες τροφές μας γερνάνε;

Τα σφάλματα της σύγχρονης διατροφής είναι τόσα πολλά ώστε να μην αμφισβητούνται από κανέναν. Η υπερκατανάλωση λιπαρών, ζάχαρης, κρέατος, καθώς και βιομηχανοποιημένων τροφίμων όπως fast food, πίτσες, σοκολατοειδή, σνακ, αναψυκτικά τύπου κόλα καθώς το πλήθος καρκινογόνων συντηρητικών και συστατικών που περιέχουν αποτελούν τους βασικότερους παράγοντες που στερούν χρόνια και ποιότητα ζωής από το σύγχρονο άνθρωπο.

Η σύγχρονη διατροφή είναι ουσιαστικά περιορισμένη και φτωχή σε ουσιώδη θρεπτικά συστατικά ενώ ταυτόχρονα παρέχει θερμίδες χωρίς θρεπτική αξία.

Αυτά τα σφάλματα, όμως, δεν εκδηλώνονται αμέσως, αλλά μόνο μετά από χρόνια, με συνέπεια να βρισκόμαστε αντιμέτωποι με σοβαρές ασθένειες καθώς οδηγούν σε εκφύλιση των κυττάρων μας με συνέπεια και την πρόωγη γήρανση

## Υπάρχει κάποια διατροφή που να μας βοηθάει να δείχνουμε νεότεροι και αν ναι, ποια είναι;

Μια σωστή ισορροπημένη διατροφή βασισμένη στο Μεσογειακό πρότυπο μας βοηθάει να νιώθουμε μεγαλύτερη ευεξία, καθυστερεί τα σημάδια του γήρατος και λειτουργεί προληπτικά για πολλές ασθένειες που μαστιάζουν τη σύγχρονη κοινωνία.

Μια τέτοια διατροφή περιγράφεται τέλεια στην εικόνα της Μεσογειακής διατροφής που περιγράφηκε παραπάνω.

Επίσης συγκεκριμένα για το γήρας είναι σημαντική η πρόσληψη καθημερινά από τη διατροφή μας αντιοξειδωτικών ουσιών όπως είναι η βιταμίνη C, η βιταμίνη Ε και οι ταννίνες (που υπάρχουν στο τσάι και στο κόκκινο κρασί)



# ΜΟΥΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ ΜΕ ΤΑΧΙΝΙ & ΜΕΛΙ

μια παραδοσιακή και μοντέρνα συνταγή!

## ΤΙ ΕΧΟΥΜΕ:

2	μήλα
200 γρ.	κουβερτούρα
60 γρ	ταχίνι
100 γρ	μέλι
30 γρ.	αμύγδαλο
50 γρ.	φιστίκι Αιγίνης χωρίς κέλυφος
100 γρ.	κρέμα φυτική
1	μπολάκι σταφίδες λίγη ζάχαρη



## ΤΙ ΚΑΝΟΥΜΕ:

Η συνταγή μας περιλαμβάνει τρία στάδια: την παρασκευή της μους σοκολάτας, του παστελιού και την προετοιμασία των φρούτων.

Αρχικά ετοιμάζουμε την μους σοκολάτας. Χρειαζόμαστε μπεν μαρί, δηλαδή δύο κατσαρόλες την μια μέσα στην άλλη, εκ των οποίων η κάτω έχει νερό και η πάνω χρησιμοποιείται για να λιώσουμε την κουβερτούρα. Ανακατεύουμε καλά την κουβερτούρα καθώς λιώνει, προσθέτουμε το ταχίνι και μόλις ενσωματωθεί το ταχίνι στην κουβερτούρα, την αποσύρουμε από την φωτιά.

Έπειτα, σε ένα μπολ, ανακατεύουμε σιγά-σιγά, το μίγμα αυτό, με την φυτική κρέμα και, καθώς η κρέμα είναι κρύα και η κουβερτούρα ζεστή, αρχίζει να πήζει. Τη βάζουμε στο ψυγείο για 20 λεπτά, και είναι έτοιμη.

Σε δεύτερο στάδιο ετοιμάζουμε τα φρούτα. Καθαρίζουμε τα μήλα, αφαιρούμε τα φλούδια και τα κόβουμε σε μικρά κομματάκια. Τα τοποθετούμε σε ένα τηγάνι, και τα πασπαλίζουμε με 1,5 κουταλιά της σούπας ζάχαρη. Περιμένουμε μέχρι να λιώσει η ζάχαρη και ρίχνουμε τις σταφίδες. Ανακατεύου-

με καλά και προσθέτουμε 1,5 κουταλιά της σούπας μέλι, για να δέσει, η γλύκα τους. Τα αποσύρουμε από την φωτιά και τα αφήνουμε εκτός ψυγείου μέχρι να στήσουμε το πιάτο.

Στη συνέχεια φτιάχνουμε το παστέλι. Σε ένα τηγάνι λιώνουμε 2-3 κουταλιές της σούπας ζάχαρη. Έπειτα, προσθέτουμε το φιστίκι, το αμύγδαλο και το μέλι και ανακατεύουμε καλά, ώσπου να γίνουν μια μάζα. Το τοποθετούμε σε ένα κομμάτι λαδόκολλα, το αφήνουμε να σταθεί λιγάκι και είμαστε έτοιμοι να σερβίρουμε.

Χρησιμοποιούμε μια μικρή στρόγγυλη φόρμα, ανοιχτή και από τις δυο μεριές, για να κόψουμε ένα στρογγυλό κομμάτι παστελιού. Επίσης, το χρησιμοποιούμε, στήνοντάς το στο πιάτο για να φτιάξουμε έναν πύργο με τα φρούτα.

Έτσι στήνουμε τη μικρή φόρμα στο πιάτο, τη γεμίζουμε με τα φρούτα και ξεφορμάρουμε.

Πάνω στον πύργο των φρούτων, τοποθετούμε 1 στρώση μους σοκολάτας, πάνω του το στρογγυλό κομμάτι του παστελιού, και στην κορυφή λίγη ακόμη μους.

# Το μελίμα μπορείτε να βρείτε σε **80** σημεία

## ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ

**ΑΓ. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ:** ΝΑΡΑΓΕΝΑ, ΑΙΓ. ΠΕΛΑΓΟΥΣ 85, 210 6397063 **ΑΓ. ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, ΑΓ. ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ 90, 210 9756418 **ΑΘΗΝΑ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, ΑΚΑΔΗΜΙΑΣ 84, 210 3608611 • “Η ΚΑΛΥΨΩ”, ΖΩΟΔΟΧΟΥ ΠΗΓΗΣ 65, 210 3801263 • ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, ΣΚΟΥΦΑ 52, 210 3608611 • ΥΓ. ΤΡΟΦΕΣ, ΣΟΥΒΑΤΖΟΓΛΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, ΒΟΥΛΗΣ 44, 210 3227207 • ΤΟΠΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ, ΣΟΦΟΚΛΕΟΥΣ 1, 210 3219039 **ΑΙΓΑΛΕΩ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, ΣΜΥΡΝΗΣ 69, 210 5910426 • ΥΓ. ΤΡΟΦΕΣ, ΤΣΑΜΗ ΑΝΝΕΤΑ, Μ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ 37, 210 5316680 **ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ:** SVOLOS SELECTIONS ΑΕ, Λ. ΡΙΑΝΚΟΥΡ 73, 210/6925940 • ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ, ΤΣΙΜΠΟΥΛΗ ΑΖΙΡΑ ΚΑΡΟΛΙΝΑ, ΛΑΜΨΑ 19, 210 6984526 **ΒΟΛΟΣ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ, ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ ΘΑΛΕΙΑ, 28ης ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 159, 24210 36156 **ΓΛΥΦΑΔΑ:** ΥΓ. ΤΡΟΦΕΣ ΜΟΚΙΑΤΟΣ ΣΠΥΡΟΣ, ΓΟΥΝΑΡΗ 88, 210 9647256 **ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ:** ΝΕΑ ΖΩΗ, ΠΡΩΤΟΠΑΠΠΑ 38, 210 9912408 • ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, ΒΥΡΩΝΟΣ & ΘΕΤΙΔΟΣ, 210 9933931 **ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ:** ΥΓ. ΤΡΟΦΕΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΙΔΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ, Π.Π.ΓΕΡΜΑΝΟΥ 30, 2310 239871 • ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ, ΣΠΥΡΕΛΛΗΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ, ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 61, 6949 140847 **ΙΛΙΟΝ:** ΥΓ. ΤΡΟΦΕΣ ΓΑΛΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΑ, ΠΑΡΚΟ ΤΡΙΤΣΗ, 6932 299030 **ΚΑΒΑΛΑ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ, ΙΟΡΔΑΝΙΔΟΥ ΚΥΡΙΑΚΗ, ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 45, 2510 224388 **ΚΑΛΛΙΘΕΑ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, ΜΑΤΖΑΓΡΙΩΤΑΚΗ 50, 210 9537415 **ΚΗΦΙΣΙΑ:** ΑΜΑΡΑΝΤΟ, ΕΛΑΙΩΝ 15 **ΚΟΜΟΤΗΝΗ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ, ΜΠΑΡΤΖΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ, ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ 50, 25310 84882 **ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΣ:** ΑΜΑΡΑΝΤΟ, ΚΑΥΚΑΣΟΥ 64 **ΚΟΥΚΑΚΙ:** PASIFLORA - ΝΙΑΓΑΖΑ ΜΑΡΓΚΑΡΕΤ ΕΛΙΖΑ, ΒΕΙΚΟΥ 53, 210 9244620 **ΛΑΡΙΣΑ:** Γ. ΤΡΟΦΕΣ ΓΚΟΥΝΤΟΒΑΣ ΜΑΝΩΛΗΣ - ΓΚΟΥΝΤΟΒΑΣ ΒΑΣ., ΝΙΚΟΤΣΑΡΑ 6, 2410 550707 **ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟ ΑΤΤΙΚΗΣ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, Δ. ΑΛΙΓΙΑΝΝΗ 3, 22990 49327 **ΝΕΑ ΕΡΥΘΡΑΙΑ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, Ν. ΠΛΑΣΤΗΡΑ 28, 210 6202725 **ΝΕΑ ΣΜΥΡΝΗ:** ΥΓ. ΤΡΟΦΕΣ, ΠΑΠΑΜΑΡΚΟΥ - ΜΟΣΧΟΠΟΥΛΟΥ ΟΕ, ΙΩΝΙΑΣ 49, 210 9317206 **ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, ΟΜΗΡΟΥ 71, 210 9370468 **ΠΑΓΚΡΑΤΙ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, ΦΙΛΟΛΑΟΥ 88-90, 210 7568883 **ΠΑΤΗΣΙΑ:** ΠΛΑΝΤΟΠΩΛΕΙΟ ΑΝΑΓΝΩΣΤΗΣ Ζ & Κ. Ο.Ε. , ΧΑΛΕΠΑ 37, 210 2929941 **ΠΑΤΡΑ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡ. ΑΝΔΡΙΟΠΟΥΛΟΥ ΠΟΛΥΞΕΝΗ, ΚΑΡΑΙΣΚΑΚΗ 102, 2610 223500 **ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, Δ. ΓΟΥΝΑΡΗ 9 , , 210 5786922 • ΥΓ. ΤΡΟΦΕΣ, ΘΕΟΧΑΡΙΔΟΥ Ε. - ΜΑΝΔΡΩΝΗ Θ., ΠΙΝΔΟΥ 11, 210 5713988 **ΡΕΘΥΜΝΟ ΚΡΗΤΗΣ:** ΥΓ. ΤΡΟΦΕΣ, ΠΛΕΥΡΗ ΒΑΣ. & ΣΙΑ ΟΕ, ΗΓ. ΓΑΒΡΙΗΛ 26, 28310 57910 **ΡΟΔΟΣ:** ΥΓ. ΤΡΟΦΕΣ ΜΑΡΓΕΤΟΥ ΕΥΣΤΑΘΙΑ, 28ΗΣ ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 18, 22410 31416 **ΣΕΠΟΛΙΑ:** ΥΓ. ΤΡΟΦΕΣ ΣΙΔΕΡΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Β. ΗΠΕΙΡΟΥ 135, 210 5151235 **ΠΑΛΑΙΟ ΦΑΛΗΡΟ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, ΤΡΙΤΩΝΟΣ 35-37, 210 9832701 • ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, ΒΑΡΒΑΡΑΣ 45, 210 9850445 **ΧΑΙΔΑΡΙ:** ΕΙΔΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΚΟΛΙΟΔΕΔΕΣ ΒΑΣΙΛΗΣ, ΣΤΡ. ΚΑΡΑΙΣΚΑΚΗ 27, 210 5320763 **ΧΑΛΑΝΔΡΙ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΑΜΟΛΟΧΙΤΗΣ - ΒΙΣΚΑΔΟΥΡΑΚΗ, ΧΙΟΥ 18, , 210 6777114 • ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, Κ. ΒΑΡΝΑΛΗ 26, 210 6825275 • ΑΜΑΡΑΝΤΟ, ΑΡΙΣΤΟΦΑΝΟΥΣ 41, 210 6812308 • ΑΜΑΡΑΝΤΟ, ΠΕΝΤΕΛΗΣ ΚΑΙ ΑΡΙΣΤΕΙΔΟΥ 1 **ΧΟΛΑΡΓΟΣ:** ΒΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ, ΠΕΡΙΚΛΕΟΥΣ 20, 210 6537099**

## ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

**ΑΓ. ΑΝΑΡΓΥΡΟΙ:** ΜΑΤΖΑΚΟΥ-ΚΑΡΑΣΤΑΤΗΡΗ, ΑΓ. ΑΝΑΡΓΥΡΩΝ 31, 210 2629305 **ΑΘΗΝΑ:** ΕΡΜΙΔΟΥ ΘΕΟΔΩΡΑ, Λ. ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ 217, 210 6748903 **ΑΙΓΑΛΕΩ:** ΚΑΤΣΩΝΗΣ ΛΑΜΠΡΟΣ, ΑΓ. ΓΕΩΡΓΙΟΥ 21, 210 5988195 • ΚΑΡΑΓΚΟΥΝΗ ΜΑΡΙΑ, ΘΗΒΩΝ 499, 210 5984244 • ΚΑΤΣΩΡΧΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ, Μ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ 27, 210 5902541 **ΑΛΙΜΟΣ:** ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ, ΘΟΥΚΥΔΙΔΟΥ 42, 210 9813644 **ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ:** ΠΑΤΗΛΑ ΚΑΛΛΙΟΠΗ, ΣΕΒΑΣΤΟΥΠΟΛΕΩΣ 82, 210 6996970 **ΑΝΩ ΠΕΤΡΑΛΩΝΑ:** ΣΑΝΙΔΑ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ, ΤΡ. ΙΕΡΑΡΧΩΝ 138, 210 3414489 **ΒΥΡΩΝΑΣ:** ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΣ Ε.Ε., ΚΥΠΡΟΥ 10, 210 7658214 **ΓΑΛΑΤΣΙ:** ΙΑΚΩΒΙΔΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ, ΑΓ. ΓΛΥΚΕΡΙΑΣ 35, 210 2224185 • ΒΑΕΝΑ ΑΠ.- ΑΔΡΑΚΤΑ ΙΩΑΝΝΑ, Λ. ΓΑΛΑΤΣΙΟΥ 67, 210 2918601 **ΓΕΡΑΚΑΣ:** ΝΤΟΓΡΑΜΜΑΤΖΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ, Λ. ΚΛΕΙΣΘΕΝΟΥΣ 233, 210 6006373 **ΓΛΥΦΑΔΑ:** ΠΑΠΠΑ Α. ΣΟΦΙΑ - ΠΑΠΠΑ Α.Γ. ΜΑΡΑΓΚΟΥ 21, 210 8983571 • ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΠΑΠΑ Σ. & ΠΑΠΑ Δ. ΟΕ, ΜΑΡΑΓΚΟΥ 21, 210 8983571 **ΔΑΣΟΣ ΧΑΙΔΑΡΙΟΥ:** ΣΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ, Γ. ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ 4, 210 5813912 **ΕΛΛΗΝΙΚΟ:** ΔΟΥΖΕΝΗ Μ. - ΝΤΑΒΙΝΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε., ΙΑΣΩΝΙΔΟΥ 47, 210 9640312 **ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ:** ΜΠΑΜΠΑΛΗΣ ΘΩΜΑΣ, Λ. ΚΥΠΡΙΩΝ ΗΡΩΩΝ 41, 210 9969722 • ΚΑΚΑΓΙΑΝΝΗΣ ΣΤΥΛΙΑΝΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., ΑΡΧΙΜΗΔΟΥΣ 64, 210 9926518 **ΚΑΛΟΓΡΕΖΑ:** ΑΚΙΑΝΙΔΟΥ ΕΥΤΥΧΙΑ, ΒΥΖΑΝΤΙΟΥ 95, 210 2795560 **ΚΕΡΑΤΣΙΝΙ:** ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ, ΓΡ. ΛΑΜΠΡΑΚΗ 517, 210 4008676 **ΚΗΦΙΣΙΑ:** ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΗ ΛΕΝΑ, ΚΗΦΙΣΙΑΣ 281, 210 8012309 **ΜΕΛΙΣΣΙΑ:** ΦΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΣΤΑΘΙΑ, Π. ΤΣΑΛΔΑΡΗ 27 & ΨΑΘΑ, 210 6134912 **ΝΕΑ ΕΡΥΘΡΑΙΑ:** ΔΟΥΒΗ ΝΤΙΝΑ -Ι. ΔΟΥΒΗ, ΕΘΝ. ΑΝΤΙΣΤΑΣΕΩΣ 28, 210 6006373 **ΝΕΑ ΜΑΚΡΗ:** ΔΗΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ -ΠΟΥΛΙΑΝΑ, Ν.ΠΛΑΣΤΗΡΑ 19, , 22940 93933 **ΠΑΓΚΡΑΤΙ:** ΣΤΑΜΑΤΟΓΙΑΝΝΗ ΕΛΕΝΗ, ΑΣΤΥΔΑΜΑΝΤΟΣ 13, 210 7211370 **ΠΑΛΛΗΝΗ:** ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ ΕΥΓΕΝΙΑ, Λ. ΜΑΡΑΘΩΝΟΣ 54, 210 6666313 **ΠΕΙΡΑΙΑΣ:** ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ, ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 47, 210 4623062 **ΡΑΦΗΝΑ:** ΚΥΡΙΑΚΟΥ Κ. ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ, ΕΘΝ. ΑΝΤΙΣΤΑΣΕΩΣ, , 22940 31830 **ΡΟΔΟΣ:** ΕΥΘΥΜΙΑΔΗΣ ΧΑΡ. Μ. ΠΕΤΡΙΔΗ 65, 22410 67830 **ΣΠΑΤΑ:** ΜΑΓΟΥΛΗ ΟΛΥΜΠΙΑ & ΣΙΑ ΟΕ, ΧΡ. ΜΠΕΚΑ 108, 210 6635135 **ΦΙΛΟΘΗ:** ΣΧΟΛΕΙΑΔΗ - ΚΥΡΙΑΖΑΝΟΥ ΕΛΙΣΑΒΕΤ, ΒΑΣ. ΓΕΩΡΓΙΟΥ Β' 11, 210,6749827 **ΧΑΛΑΝΔΡΙ:** ΚΑΦΙΡΗΣ ΑΝΤ. ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ, ΟΛΥΜΠΟΥ 92, 210 6838626 **ΧΑΛΚΙΔΑ:** ΚΙΑΠΕΚΟΣ Κ. & ΣΙΑ Ο.Ε., ΙΣΙΑΙΟΥ 3, 22210 25424

ΤΕΥΧΟΣ 1  
ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ - ΧΕΙΜΩΝΑΣ 2004-05



ΤΕΥΧΟΣ 2  
ΑΝΟΙΞΗ - ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ 2005



ΤΕΥΧΟΣ 3  
ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ - ΧΕΙΜΩΝΑΣ 2005-06



ΤΕΥΧΟΣ 4  
ΑΝΟΙΞΗ - ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ 2006



# Τα προηγούμενα τεύχη του Μελιάματος

ΤΕΥΧΟΣ 5  
ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ - ΧΕΙΜΩΝΑΣ 2006-07



ΤΕΥΧΟΣ 6  
ΑΝΟΙΞΗ - ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ 2007



ΤΕΥΧΟΣ 7  
ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ - ΧΕΙΜΩΝΑΣ 2007-08



ΤΕΥΧΟΣ 8  
ΑΝΟΙΞΗ - ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ 2008





# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΜΕΛΙΣΣΟΚΟΜΙΑ ΥΜΗΤΤΟΥ



## ΜΕΛΙ ΜΠΛΕ ΣΤΑΥΡΟΣ

Η επιχείρηση δραστηριοποιείται στο χώρο της Μελισσοκομίας από το 1946. Σήμερα η επιχείρηση έχει οικογενειακό χαρακτήρα και τα προϊόντα της έχουν κατακτήσει ένα σημαντικό μερίδιο της αγοράς.

Το αγνό Μέλι και η ποιότητά του είναι τα δύο βασικά στοιχεία που έχουν κερδίσει την εμπιστοσύνη των καταναλωτών.



θυμάρι & άνθη

άνθη πορτοκαλιάς  
& λεμονιάς

Α.Β. ΤΑΞΙΑΡΧΙΩΤΗΣ

Ειρήνης 62, 153 41 Αγ. Παρασκευή, τηλ.: 210 6613809, τηλ./fax: 210 6390941, κιν.: 6948077304

φυσικά προϊόντα μέλισσας

ApiPharm  
apitherapy • μελισσοθεραπεία

φυσικά προϊόντα μέλισσας, ελεγμένα για την ποιότητά τους και την απουσία υπολειμμάτων φαρμάκων



## μέλι • γύρη • βασιλικός πολτός • πρόπολη • μελίτη\*

- Ελληνικό μέλι σε 8 χαρακτηριστικές ποικιλίες και άλλες 6 περιορισμένης συλλογής.
- Ελληνικός βασιλικός πολτός φρέσκος, **Βιολογικής γεωργίας**, και εισαγωγής ποιοτικά ελεγμένους.
- Ελληνική φρέσκια γύρη καθώς και αφυδατωμένη από 5 διαφορετικές φυτικές προελεύσεις.
- Πλήρης σειρά φυσικής πρόπολης, αλκοολικών και γλυκολικών διαλυμάτων.
- \***μελίτη**: Μίγματα μελισσοκομικών προϊόντων με φυτικά εκχυλίσματα σε 6 συνδυασμούς.

meli  
terra

εμπνευσμένοι από την ελληνική παράδοση και αφοσιωμένοι στην φυσική διατροφή

λιακάδα



pasteli  
παστελάκι  
μου

spread μελιού με σπόρους & ξηρούς καρπούς κλασικό

spread μελιού με σπόρους & ξηρούς καρπούς κακάο

μέλι πορτοκαλιάς, σουσάμι.

μέλι ανθέων, σουσάμι, αμύγδαλα, σταφίδες, λιναρόσπορος.

μέλι ερείκης, σουσάμι και αμύγδαλα.

μέλι ελάτου Βυτίνας, σουσάμι, σύκα και δαμάσκηνα.