

Table des matières

Introduction.....	3
Les vertus du miel.....	4
Propriétés / Effets / Indications.....	4
Prise du miel.....	6
Types de miel.....	8
Les vertus du pollen.....	12
Propriétés / Effets / Indications.....	12
Prise du pollen.....	16
Les vertus de la propolis.....	17
Propriétés / Effets / Indications.....	17
Prise de la propolis.....	20
Les vertus de la gelée royale.....	21
Propriétés / Effets / Indications.....	21
Prise de la gelée royale.....	23
Les vertus de la cire d'abeille.....	25
Propriétés / Effets / Indications.....	25
Prise de la cire d'abeille.....	25
Les vertus du venin d'abeille ou l'apipuncture.....	26
La petite histoire du Québec : La seringue ou l'abeille.....	27
L'apithérapie énergétique.....	30
Elixirs de la ruche®.....	30
La cire d'abeille.....	33
Le miel.....	33
L'Apithérapie et l'Ancienne Égypte.....	34
Références & Bibliographie.....	36