

Életmód Klub

(2017. május 29.)

2. foglalkozás 17 fő lakó részvételével

Németh Rita és Miklósi-Sikes Kinga klubvezetők, a mai napra egy nagyon érdekes témát választottunk: A méhek világa.



Ahhoz, hogy mélyreható ismereteket szerezhessünk, meghívtunk egy szakértő vendéget, Söjtöri Andor méhészt, aki egy nagyon érdekes, képekkel illusztrált előadást tartott nekünk a témában.



Andor egy projektoros vetítő segítségével bevezetett minket egy olyan világba, amit eddig nem ismertünk igazán. Hiszen mindannyian találkoztunk már méhecskével életünk során, sokan félelemmel viseltettünk irántuk, hiszen az a sztereotípiát él bennünk, hogy ez a rovar csíp. Azzal kevesen vagyunk tisztában, hogy mennyire hasznos kis állatokról van szó.

Volt egy kis rendszertani besorolás: a méhek az ízeltlábúak törzsébe, a rovarok osztályába, a hártvászárnyúak rendjébe tartoznak.

Rokonaik a *poszméhek*, akik a föld alatt fészkelnek, így szinte soha nem találkozunk velük; a szabóméhek, melyekről megtudtuk, hogy fullánktalanok; a *lódarazsak* és a *kecskedarazsak*, melyeknek csípése halálos is lehet.

Csoporttagjaink ezernyi kérdéssel rohamozták meg szakértőnket. Többen említették az allergiát. Megbeszéltük, hogy vannak emberek, akik allergiások a darázs-, és méhcsípésre. Ők úgynevezett anafilaxiás sokkot kaphatnak. Aki tudja, hogy allergiás, mindig hordania kell magánál ellenszert, ami az életét mentheti meg.

Beszéltünk a fejlődésükről: a teljes átalakulás 4 fázison keresztül történik:

pete → lárva → báb → kifejlett rovar

A méhek családot alkotnak, ahol mindenkinek megvan a saját feladata. Egy családban 1 anyaméh, 40-50.000 dolgozó, és 7-8.000 here él.

Az anya (királynő) feladatai: 16 nap alatt fejlődik ki, és több évig él, csak egy van a kaptárban, ő gondoskodik a szaporulatról, a család fenntartásáról.

A dolgozók feladatai: Az anya táplálása, a fiasítás gondozása, viasz termelés és a lépek építése, a kaptár takarítása, örködés, gyűjtés, télen a család átmentése a következő évre.

A herék (hím méhecskék) feladatai: az anya megtermékenyítése, a fiasítás melegítése, a család kiegyensúlyozott hangulatának biztosítása.

Tartásuk fa/műanyag kaptárokban történik keretekkel, így méztér és az élettér elkülönül egymástól. A méhészek el tudják venni úgy a mézet tőlük, hogy közben nem kell elpusztítaniuk a méhcsaládokat.



A besűrített mézet elveszik a méhektől. A mézes fiókokat minden esetben hazaszállítják és a pörgető segítségével kipörgetik.



Így kerül hordóba a méz, melyet végül üvegbe töltés előtt leszűrnek.

A méhész is csak megfelelő védőruhában közelíti meg a kaptárokat.



Csoportunk tagjai újabb kérdéseket tettek fel. Például, hogy van az, hogy a méhek egyfajta mézet tudnak csinálni?

A válasz: **virághűség**. A méhekben dolgozik egyfajta ösztön, ami arra sarkallja őket, hogy amíg egy virág el nem virágzik, addig ők csak onnan hordják a nektárt. Így tudnak a méhészek fajtamézeket készíteni.

A méhek haszna:

- nektárból mézet termelnek
- propolisz (méhszurok) – immunerősítő szer
- méhpempő (főként a kozmetikai ipar hasznosítja)
- méhméreg
- viasz (régén gyertyát készítettek belőle)
- megporzás (nektárgyűjtés közben megtermékenyítik a virágokat, így azok termést tudnak hozni)

Télen a méhek visszavonulnak a kaptárba. Egy céljuk van: a túlélés.



A méhészek sem zavarják őket. Ilyenkor kerül sor az új keretek, kaptárok készítésére, javító munkákra.



Miután ennyi érdekes információt magunkba szívunk, eljött az ideje a kóstolónak. Andor három mézfajtát hozott nekünk: vegyes virágmézet, hársfamézet, gesztenyemézet,...



...melyeket kaláccsal megkóstolhattunk...



...és biztos állíthatom, mindegyiknek nagy sikere volt.

A **mézzől** korábban is sokat beszéltünk, most néhány mondatban összefoglalva:

A méz az egyik legtermészetesebb étel. Egyszerű cukrokból áll, tehát nagyon gyorsan felszívódik, pillanatok alatt energiát ad, és pillanatok alatt a vérbe és a szívizomba kerül. A méz egyébként, mint gyógyszer is használható, felszakítja az amúgy semmilyen gyógyszerrel fel nem szakítható lerakódásokat a légutakban.

A méz naponta fogyasztva a leghatékonyabb. Növeli ellenállóképességünket, erősíti szervezetünket. Betegség kezelésére önmagában nem elég, de bizonyítottan hasznos kiegészítő. A méz előnyösen kombinálható élelmiszerekkel; bármilyen italban kiválóan helyettesíti a cukrot; a mézes sütemény sokkal tovább puha marad, mint a cukros.

Napi rendszerességgel 1-2 evőkanál méz ajánlott a test karbantartásához. Betegség esetén ennek többszöröse, ami a betegnek kötelező több liter teában úgyszintén benne van. Télen észrevehetően segít a betegségek elkerülésében. Nyáron pedig kellemes ital, mert akkor is fogyasztható, ha a napon megmelegszik. Sőt, egészségesebb a hideg italnál.

Az ember életének legfontosabb időszakában erősíti a szervezetet: erősíti a csontokat; a szívet; betegségekkel szemben az ellenálló-képességet; a gyenge szervezetűeknek, időseknek nagyon könnyen emészthető, könnyen hasznosítható; gyors felszívódását kihasználva a fáradtságot érző, akár súlyos betegeknek, valamint dohányosoknak frissességet, energiát ad fél órán belül; javítja a betegek étvágyát is; természetes módon csillapítja a fájdalmat, leghatékonyabban propolisz keverve.

A valódi, természetes méz fajtától, a benne levő cukrok arányától függően idővel megsűrűsödik, kikristályosodik, ez azonban nem befolyásolja belső értékét.

Tagjaink nagy lelkesedéssel vettek részt ezen a foglalkozáson is, érdeklődéssel hallgatták beszámolót, lelkesen kérdeztek, és kóstolták a mézfajtákat. Újabb ismeretekkel gazdagodtak.