

# MIEL GATEFF

## SAINT LAURENT DE JOURDES

Mme Sophie GATEFF

### Depuis quand êtes-vous installé ?

J'ai croisé les abeilles au détour d'un chemin en Bretagne, en 2003. Depuis, elles se sont discrètement d'abord puis complètement associées à moi, pour tenter l'aventure d'une installation comme apicultrice professionnelle en 2012. Qui a relevé le plus gros défi entre elles et moi ? Je l'ignore encore !



## Où se situe votre exploitation ?

Si mon siège d'exploitation se situe à Saint Laurent de Jourdes dans la Vienne, je navigue au gré des floraisons entre Poitou et Limousin. Le Poitou pour la proximité évidemment et l'ajustement de l'organisation du travail aux besoins quotidiens. Le Limousin pour satisfaire le goût du voyage et développer une gamme de miels de fleurs sauvages. L'appel de la forêt continue depuis toutes ces années puisqu'aujourd'hui 80 % de mes colonies sont installées dans des zones bocagères ou forestières du Limousin. Les activités de production de miel sont complétées par la récolte de la propolis et la réalisation de produits transformés utilisant le miel dans la préparation.

## Quelles sont vos activités sur une journée ou une semaine-type ?

Devenir apicultrice professionnelle m'a fait rentrer dans le monde paysan : il n'y a pas de journée type !!! Bien sûr, chaque saison a ses rituels quotidiens. Mais si je peux avoir une idée de ce qui se passera dans les heures qui suivent, je ne suis pas à l'abri des imprévus avec les bons ou moins bons côtés qu'ils peuvent avoir ! A chaque saison ses spécificités : suivi des colonies, entretien des ruchers ou récoltes au printemps et en été, atelier et transformation du miel en automne et en hiver. Et tout au long de l'année, la vente directe afin de présenter au consommateur mes produits et échanger avec eux sur les mille et une vertus des produits de la ruche.

Mais toujours, il y a la possibilité d'apprendre, de s'enrichir des rencontres, faire ses expériences et partager sa passion avec petits et grands.

## En quelques mots, que conseilleriez-vous pour manger sain ?

Manger sain ? C'est avant tout une question d'équilibre. Chacun avance sur un fil entre se faire plaisir, satisfaire ses besoins nutritionnels et dépenser l'énergie ingérée. C'est connaître son corps et lui proposer des aliments qui prennent en compte les réalités de sa santé, de son âge et de ses activités. Là non plus il n'y a pas de schéma type !

Et aujourd'hui plus que jamais c'est se poser la question de l'impact sur l'environnement des aliments que l'on choisit de consommer. Effet papillon garanti !

Pour en savoir plus rendez-vous le 4 octobre !





santé  
famille  
retraite  
services

L'essentiel & plus encore