



A PRANZO CON LE API

In collaborazione con:



Perché scegliere questo laboratorio?

L'ape è un insetto molto prezioso per noi e per il nostro pianeta. Il 90% della produzione di cibo nel mondo dipende da circa 100 specie vegetali e di queste 70 esistono attraverso l'impollinazione effettuata dalle api. Nel mondo di oggi, purtroppo, le api stanno scomparendo, soprattutto a causa dell'agricoltura intensiva che libera sempre più veleni nell'ambiente. L'effetto potrebbe essere catastrofico per tutti: rischiamo di non avere più fragole, pesche o carote e tantissimi altri prodotti! Cosa possiamo fare per proteggerle? Grazie a questo laboratorio gli studenti impareranno a conoscere le api, apprenderanno le buone pratiche che possono aiutarne la conservazione, ed impareranno a riconoscerne i prodotti attraverso l'utilizzo dei sensi.

L'ape

L'ape è un insetto impollinatore. Vola di fiore in fiore per raccogliere il nettare che poi trasforma in miele. Il nettare è il nutrimento dell'ape adulta. Il miele è il cibo di riserva delle api.

L'ape è un insetto sociale e vive in colonie numerose. La società delle api si distingue da quella degli altri insetti per la sua straordinaria perfezione e laboriosità. Il legame che unisce le api di una famiglia è strettissimo: tutte collaborano per la costruzione del bene

comune, per questo una colonia di api può essere paragonata ad un singolo individuo definito il superorganismo.

La famiglia delle api è composta da:

- **Ape Regina**: ha il compito di deporre le uova da cui nasceranno nuove api
- **Fuchi**: si accoppiano con la regina durante il volo nuziale
- **Api Operaie**: api femmine che lavorano per far crescere la colonia

L'alveare

La casa dove vivono le api si chiama alveare. L'alveare naturale è composto dai favi che sono delle costruzioni di cera d'api dalla forma appiattita ed allungata. Ogni favo è formato da tante celle esagonali di cera. All'interno delle celle le api conservano il miele e il polline; utilizzano le celle anche come culla in cui crescere le larve.

Gli apicoltori allevano le api in cassette chiamate "arnie razionali". L'arnia si divide in due parti:

- **il nido**, ovvero il luogo in cui la colonia alleva le larve e conserva le riserve di miele e polline per il periodo invernale
- **il melario**, ovvero la parte mobile dell'arnia dove le api immagazzinano il miele quando il nido è pieno.

Gli apicoltori estraggono dal melario il miele senza dover uccidere o disturbare la comunità di api che risiede nel nido.

Laboratori'

Il miele

Il miele è il più famoso prodotto alimentare creato dalle api domestiche. La produzione di miele parte dalla raccolta del nettare e del polline. Le api viaggiano di fiore in fiore, succhiano il nettare e raccolgono il polline e lo trasportano all'alveare.

Il nettare arrivato all'alveare viene rielaborato con sostanze chimiche dette enzimi. La trasformazione in miele si completa all'interno delle cellette.

Una volta che il miele è maturo, le api sigillano le cellette con un tappo di cera che permetterà al miele di conservarsi per lungo tempo.

Il miele è principalmente composto da zuccheri (fruttosio e glucosio), ma contiene anche altre sostanze di importanza fondamentale come sali minerali, enzimi e vitamine (gruppo B e C) che rendono il miele un alimento sano, completo e prezioso.

Il miele è più leggero e digeribile dello zucchero ed è ideale per recuperare le energie e zuccherare i cibi. Il fruttosio contenuto nel miele ha inoltre proprietà emollienti ed addolcenti, utili a gola, stomaco, intestino e fegato.

Le api e la biodiversità

La biodiversità è costituita dall'insieme delle diverse forme viventi e dei loro ecosistemi.

Grazie ad essa la natura può darci cibo, acqua, energia e risorse. Il ruolo degli insetti impollinatori è di fondamentale importanza per il mantenimento della biodiversità.

Le api hanno un ruolo importantissimo nel preservare la biodiversità della natura, perché mentre volano di fiore in fiore trasportano il polline per lunghe distanze, mescolando ed incrociando tra loro i semi di fiori e piante anche molto lontani. Attraverso questa attività di scambio si ottengono frutti e verdure più buoni ed è garantita la biodiversità vegetale.

Un mondo senza api

Sono tantissime le coltivazioni che non esisterebbero senza l'impollinazione effettuata dalle api e da altri insetti: senza api non avremmo frutta, ortaggi, foraggi per animali, piante officinali e colture per utilizzi industriali, come il cotone e la soia.

Le api contribuiscono a mantenere viva la biodiversità ed è grazie alla biodiversità che esistono tante diverse produzioni agricole, ognuna con il suo sapore tipico, la sua tradizione, ma anche con valori nutritivi preziosi per il nostro benessere. L'Italia è il paese europeo con il più alto numero di specie botaniche: un immenso patrimonio da proteggere, insieme alle api.

COSA PUOI FARE TU? 10 CONSIGLI PER DIVENTARE BEE ACTIVE!

1. Preferisci prodotti biologici e biodinamici

Per tutti gli altri alimenti, scegli prodotti provenienti da fattorie e allevamenti che evitano l'utilizzo di sostanze chimiche, causa principale della scomparsa delle api.

2. Scegli i prodotti delle api

Acquistare miele, polline, propoli, pappa reale, significa fare una scelta salutare per l'organismo, ma anche sostenere il lavoro e l'impegno degli apicoltori, che sono i primi garanti della difesa delle api e, quindi, dell'ambiente.

3. Non usare pesticidi o insetticidi

Controlla le etichette dei prodotti che usi per coltivare fiori ed ortaggi ed evita l'uso dei principali killer delle api, i neonicotinoidi: Imidacloprid, Acetamiprid, Thiamethoxam, Thiacloprid, Clothianidin, Fipronil sono i principi attivi che appartengono a questa famiglia.

4. Partecipa alle iniziative che difendono le api e l'ambiente

Oltre al progetto BEE ACTIVE! di CONAPI, ci sono tante altre iniziative, petizioni e progetti alle quali puoi partecipare, mantieniti informato attraverso i mezzi di comunicazione.

5. Sensibilizza i tuoi familiari, i tuoi amici e la tua comunità

Fai capire alle persone che conosci l'importanza della salvaguardia delle api, per il futuro di tutti. Chiedi al tuo Comune di prendere delle iniziative concrete su questo tema, ad esempio aumentando il verde pubblico e piantando fiori nelle aiuole.

6. Coltiva fiori di tanti colori

Nel tuo giardino, sul terrazzo, sul balcone, contribuisce a creare un habitat migliore per le api ed accresci la loro fonte di nettare.

7. Non avere paura delle api

Se trovi uno sciame di api, ad esempio dentro la fessura di un muro o di un albero, informati se ci sono apicoltori nelle vicinanze che le possono recuperare, oppure rivolgiti ai Vigili del Fuoco che ti potranno dare utili indicazioni.

8. Diventa un apicoltore

Le api ti entusiasmano e ti piacerebbe intraprendere questa strada come hobby o come professione? Non ci si improvvisa apicoltori, ma puoi rivolgerti a CONAPI per avere dei consigli su come iniziare.

9. Adotta tutti i giorni B.P.Q: Buone Pratiche Quotidiane

L'ape è un insetto sociale e l'alveare, come la società, è un "superorganismo". Una singola ape nella colonia non si nota, ma senza di lei l'intera colonia sarebbe più debole. Dai nostri gesti quotidiani, consapevoli e rispettosi, dipende il futuro di tutti: spegni la luce, non sprecare acqua ed energia, scegli prodotti con pochi imballaggi e ricicla costantemente, muoviti senza consumare carburante... sono alcune delle B.P.Q. che possono fare la differenza!

10. Diventa Bee Activist

Continua a seguirci anche su www.conapi.it, www.salvaunaspecie.it

Laboratori'