































Calendrier lunaire pour votre beauté et votre santé 2020

Septembre

1	M	Lune croissante & montante		Lune très favorable	<p>Programme du mois pour tout ce qui pousse :</p> <p>Vous avez tendance à perdre vos cheveux ? Coupez-les le 14, le 15 ou le 24.</p> <p>Ils sont fins ou cassants ou manque de vigueur ? Coupez-les le 6 après-midi, le 7, le 8 (matin), le 14 ou le 15.</p> <p>Si les pointes de vos cheveux sont fourchues : coupez-les le 12, le 14 ou le 15. Ils repousseront moins vite.</p> <p>Petite coupe pour renforcer vos cheveux, et soins naturels (argile, huile d'olive etc.) pour les rendre plus souples et qu'ils accrochent mieux la lumière.</p> <p>Pour les colorations : la couleur se tiendra mieux si vous la faites le 1^{er}, ou entre le 25 et le 30.</p> <p>Les masques pour les cheveux avec application d'huile végétale ou d'argile sont préférables après une coupe aussi légère soit-elle.</p> <p>Séquence épilation... Marre des poils ? Il faut s'épiler à la Pleine Lune ou juste après, en Lune décroissante, si possible en jour « Racine ». Pour que vos poils repoussent moins vite, épiliez-vous entre le 12 et le 24 (meilleures dates entre le 14 et le 16).</p> <p>Après une épilation, n'oubliez pas de soulager votre peau avec des huiles végétales : amande, olive, avocat, colza, noyau d'abricot...</p> <p>Et vos ongles ? Fortifiez-les en les coupant le 6 après-midi, le 7 ou le 8. Très bonnes dates à la fois favorables pour les rendre plus forts et éviter qu'ils ne s'incarnent : le 9, le 10, le 11 matin, le 16 ou le 17 après-midi.</p> <p>Les melons et les courges sont constituées de 95% d'eau et de fibres., ce qui en fait un aliment minceur, particulièrement laxatif et diurétique.</p> <p>Prenez le temps de soigner vos mains et vos pieds. Laissez tromper 5 min vos doigts dans cette solution. Mélangez 2 c. à s. de miel + 2 c. à s. d'huile d'olive + 4 c. à s. de lait en poudre + 3 gouttes d'HE de lavande ou de citron dans 1 l d'eau chaude. Si vous trouvez que c'est long à préparer, nous pouvons vous proposer différents produits dans la catégorie « Bain effervescent ».</p> <p>Ne jetez pas les feuilles d'aubergine. Elles s'utilisent en cataplasme pour lutter contre les brûlures, les abcès et les hémorroïdes.</p> <p>L'ail est une véritable panacée : antibiotique, antibactérien, antiviral, anticancer. Mangez une gousse par jour. En excès, l'ail est vomitif.</p>
2	M	Pleine Lune & montante		Lune très favorable	
3	J	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
4	V	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
5	S	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
6	D	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
7	L	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
8	M	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
9	M	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
10	J	Dernier quartier & montante		Lune sans incidence	
11	V	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
12	S	Lune décroissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
13	D	Lune décroissante & descendante		Lune sans incidence	
14	L	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
15	M	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
16	M	Lune décroissante & descendante		Lune sans incidence	
17	J	Nouvelle Lune & descendante		Lune risquée ou défavorable	<p>Vous devez prendre rendez-vous pour une intervention chirurgicale qui n'a pas de caractère d'urgence ? Si vous avez le choix, privilégiez ces dates-ci : le 7, le 8, le 9, le 14, le 24, le 25 ou le 28. La cicatrisation et la récupération peuvent être plus rapides, c'est tout. Donc pas d'inquiétude si on vous propose un rendez-vous à une date différente. Mieux vaut un bon chirurgien qu'une bonne date !</p> <p>Le samedi 19 septembre est un bon jour pour commencer une cure minceur.</p> <p>Le piment est un désinfectant intestinal. Il réduit le Candida albicans et protège des infections digestives et des rhumatismes. Il existe au moins 50 espèces de piments plus ou moins piquants. Ils accompagnent les salades et les plats cuisinés.</p>
18	V	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
19	S	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
20	D	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
21	L	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
22	M	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
23	M	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
24	J	Premier quartier & montante		Lune risquée ou défavorable	
25	V	Lune croissante & montante		Lune risquée ou défavorable	<p>Si vous avez des difficultés d'endormissement, remplissez votre oreiller de cônes de houblon (fleurs femelles) séchées au four. Vous pouvez en trouver en ce moment au bord de rivières. Ou bien dans les pharmacies ou des magasins de produits naturels. Essayez cette méthode au moment de la pleine lune qui favorise les insomnies. Et si vous souffrez d'arthrose cervicale, votre oreiller sera doublement efficace, puisque les cônes de houblon soignent aussi les douleurs rhumatismales !</p> <p>Pour faciliter votre cure minceur, buvez le jus d'herbe d'orge. Pas facile à avaler sous forme de poudre à diluer, préférez en comprimés. Il a l'apparence et le goût de la spiruline. C'est un concentré de vitamines et d'oligo-éléments. Il vous donnera un effet coupe-faim et détoxifiant.</p>
26	S	Lune croissante & montante		Lune sans incidence	
27	D	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
28	L	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
29	M	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
30	M	Lune croissante & montante		Lune très favorable	

Les informations dans cette rubrique sont inspirées du livre « Guide de la Lune 2020 » d'éditions Marabout et en s'appuyant sur les données du magazine « Rebelle-Santé »

La bonne routine beauté après la plage et les coups de soleil

Voici les 4 ingrédients TOP, faciles à réaliser pour apaiser les coups de soleil et entretenir son bronzage. Sachez qu'il existe des huiles et plantes efficaces pour calmer les coups de soleil et entretenir le bronzage. Source: Marie Claire idées



Huile de coco : elle a de très bonnes propriétés adoucissantes et parfume la peau de senteurs exotiques. Si il ne fallait garder qu'un produit dans sa salle de bain, ce serait celle-là. Cette huile aux multiples vertus hydrate la peau, les cheveux et peut même servir de dentifrice.

HE de lavande : elle favorise le renouvellement des cellules et a des vertus cicatrisantes et apaisantes. Idéale pour apaiser les coups de soleil.

Huile d'avocat : elle favorise la cicatrisation de la peau et calme les irritations.

Huile d'argan : on la surnomme aussi huile anti vieillissement de par son fort pouvoir assouplissant. Elle lutte contre les effets du vieillissement cutané et protège la peau des agressions.

