































Calendrier lunaire pour votre beauté et votre santé 2021

Juin

1	M	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	<p>Programme du mois pour tout ce qui pousse :</p> <p>Vous avez tendance à perdre vos cheveux ? Coupez-les entre le 14 et le 17, ou le 24 après-midi.</p> <p>Ils sont fins ou cassants ou manque de vigueur ? Coupez-les le 1^{er} matin, le 6 ou le 8.</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 11 après-midi.</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 matin.</p> <p>Après une épilation, n'oubliez pas de soulager votre peau avec des huiles végétales : amande, olive, avocat, coïta, noyau d'abricot...</p> <p>Et vos ongles ? Très bonnes dates à la fois favorables pour les rendre plus forts et éviter qu'ils ne s'incarnent : le 1^{er}, ou entre le 25 et le 28. Mais les meilleures dates : entre le 6 et le 10 matin.</p> <p>Ajoutez des pétales de souci dans vos salades : c'est décoratif, délicieux et excellent pour la santé (peau et cheveux) !</p> <p>Ne pas utiliser le charbon actif en cas de traitement antibiotique, il en réduirait l'action. À éviter aussi si vous prenez un contraceptif oral.</p> <p>La tisane de chèvrefeuille soigne l'asthme et les problèmes pulmonaires : 2 c. à soupe de fleurs sèches dans ½ litre d'eau, à boire matin et soir. La décoction de chèvrefeuille se prend en gargarisme contre les aphtes et les angines : 4 c. à soupe dans 1 L d'eau, laissez bouillir 5 minutes.</p> <p>Cataplasme contre les rhumatismes : écrasez des piments frais dans de l'huile. Appliquez sur les zones douloureuses. Utilisez les compresses avec attention, peut provoquer les brûlures.</p>
2	M	Dernier quartier & 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 sans incidence	
10	J	Nouvelle Lune & montante		Lune risquée ou défavorable	
11	V	Lune croissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
12	S	Lune croissante & descendante		Lune sans incidence	
13	D	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
14	L	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
15	M	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
16	M	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
17	J	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
18	V	Premier quartier & descendante		Lune très favorable	
19	S	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	<p>Bronchite, asthme, infection urinaire, goutte, diarrhée, règles très abondantes ? Pensez au lamier blanc. On l'emploie en infusion, à raison de 2 cuillerées à soupe de sommités fleuries pour un demi-litre d'eau. C'est le moment d'en faire la récolte puisqu'il est épanoui un peu partout. Mettez les extrémités fleuries dans une théière, couvrez d'eau frémissante et laissez infuser sous un couvercle pendant 10 minutes. Prenez-en 3 tasses par jour avant vos repas. Renouvelez plusieurs jours si vous en ressentez la nécessité. Vous pouvez utiliser aussi en externe : en compresses, l'infusion de lamier blanc apaise les épidermes agressés par l'eczéma et, en bain d'yeux.</p>
20	D	Lune croissante & descendante		Lune sans incidence	
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	Pleine Lune & descendante		Lune risquée ou défavorable	
25	V	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
26	S	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
27	D	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
28	L	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
29	M	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
30	M	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	



Les informations dans cette rubrique sont inspirées du livre « Guide de la Lune 2021 » d'éditions Marabout et en s'appuyant sur les données du magazine « Rebelle-Santé »

Covid-19 et hygiène de vie



Des tests cliniques ont été réalisés en milieu hospitalier afin d'évaluer l'intérêt des huiles essentielles dans la lutte contre Covid-19. Ce protocole a été basé sur 3 HE : Laurier Noble, Eucalyptus et Lentisque pistachier. Ils ont révélé en effet leur capacité du 1.8 cinéole à cibler et neutraliser la principale protéinase du Covid-19. L'hygiène de vie a son mot à dire également. Si on ne peut pas faire grand-chose à l'échelle planétaire, à la maison, on choisit ce qu'on utilise pour se laver. Le gel hydroalcoolique s'utilise seulement si vous n'avez pas de possibilité de laver les mains. Sachez que son fréquente utilisation dessèche la peau. Mais dès que c'est possible, préférez un bon savon. Notre savon antiseptique à l'eucalyptus avec l'effet désinfectant est une excellente solution.