
































Calendrier lunaire pour votre beauté et votre santé 2021

Août

1	D	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 le 10, le 11 ou le 18.</p> <p>Ils sont fins ou cassants ou manque de vigueur ? Coupez-les le 1^{er}, le 2 matin, le 22 matin, le 27, le 28 ou le 29 après-midi.</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 entre le 19 et le 22.</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 6 et le 18. Meilleures dates : le 7 et le 8.</p> <p>Après une épilation, n'oubliez pas de soulager votre peau avec des huiles végétales : amande, olive, avocat, coco, 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 27 et le 29. Mais les meilleures dates : entre le 1^{er} et le 4, le 30 ou le 31.</p> <p>Si l'eczéma vous gratouille, essayez les cataplasmes de haricots blancs et croquez des haricots secs.</p> <p>L'écorce de lapacho se prépare en décoction. C'est un excellent anti-inflammatoire et stimulant des défenses immunitaires.</p>
2	L	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
3	M	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
4	M	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
5	J	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
6	V	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
7	S	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
8	D	Nouvelle Lune & descendante		Lune très favorable	
9	L	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
10	M	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
11	M	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
12	J	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
13	V	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
14	S	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
15	D	Premier quartier & descendante		Lune très favorable	
16	L	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
17	M	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
18	M	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
19	J	Lune croissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
20	V	Lune croissante & montante		Lune sans incidence	
21	S	Lune croissante & montante		Lune sans incidence	
22	D	Pleine Lune & montante		Lune risquée ou défavorable	
23	L	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
24	M	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
25	M	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
26	J	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
27	V	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
28	S	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
29	D	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
30	L	Dernier quartier & montante		Lune très favorable	
31	M	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	



Bain à la rose de mal

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 4, le 10, le 11, le 12, le 13, le 18, le 19, le 20, le 27, le 31. 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 !

Hémorroïdes : essayez les cataplasmes de miel sur une feuille de chou. Vous pouvez aussi appliquer une pommade à base de marron d'Inde (en pharmacie).



Pour désinfecter des mains quotidiennement rien de mieux qu'un savon antiseptique qui ne dessèche pas la peau.

L'aubergine, riche en sels minéraux, se mange crue (mêlée à d'autres légumes), cuite à l'eau, farcie, en sauce ou encore frite dans l'huile.

Cheveux gras ? C'est peut-être dû à une mauvaise digestion. Pensez aux probiotiques et aux vitamines B. Limitez viandes rouges et sucres lents ou rapides.

Pour préserver l'éclat de votre peau et diminuer les rides, prenez de l'acide hyaluronique en complément alimentaire.

Si vous avez souvent des crampes cueillez des fleurs de camomille et confectionnez cette huile qui vous soulagera : dans un L d'huile d'olive, ajoutez 100 g de camomille. Au bain-marie, faites macérer à chaud pendant 2 heures. Filtrez, conservez dans une bouteille en verre opaque et frictionnez vigoureusement les endroits douloureux avec cette huile aussi souvent que nécessaire.



La curcumine, mélange de curcuma et de cumin, est digestif et aphrodisiaque ! Et en plus c'est délicieux.

Haleine forte ? Croquez des grains de café. Et prenez des probiotiques.

Helicobacter pylori - est une bactérie spiralee qui infecte 70% du tiers-monde et 40% de la population occidentale. Il peut entraîner un cancer des voies digestives. Aigreurs d'estomac douloureuses, ulcère, haleine fétide sont des symptômes possibles. On détecte cette bactérie avec une simple prise de sang et on s'en débarrasse en 20 jours avec un cocktail de 3 antibiotiques. Ail à haute dose et jus de cranberry peuvent limiter la prolifération de l'helicobacter pylori.

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 »

L'huile de jojoba

Les bienfaits : elle limite la perte insensible en eau de la peau, pénètre en profondeur, ce qui lui permet d'avoir un fort pouvoir hydratant, même pour les peaux les plus sèches. Elle convient particulièrement bien aux peaux sensibles. Côté capillaire, elle possède des propriétés rééquilibrantes et revitalisantes, intéressantes si vos cheveux sont secs ou cassants, et leur apporte brillance et souplesse.



L'huile post-épilation maison : mélangez 25 ml d'huile végétale de jojoba avec 25 ml macérat de calendula et 35 gouttes d'huile essentielle de lavande fine. Appliquez sur la zone après l'épilation avec un coton ou à la main.

