

# Calendrier lunaire pour votre beauté et votre santé 2022

## Février

|    |   |                                 |   |                             |  |
|----|---|---------------------------------|---|-----------------------------|--|
| 1  | M | Nouvelle Lune & montante        |    | Lune risquée ou défavorable | <p><b>Programme du mois pour tout ce qui pousse :</b></p> <p><b>Vous avez tendance à perdre vos cheveux ? Coupez-les le 7, le 14 après-midi, entre le 15 et le 17, le 24 ou le 25.</b></p> <p><b>Pour une repousse lente et moins de fourches : coupez-les le 17, le 18, le 19, le 21, le 22, le 26 matin, le 27 ou le 28.</b></p> <p><b>Pour une repousse rapide : coupez-les le 2, le 3, le 7, le 8, le 9 après-midi, le 10, le 11 après-midi, le 12 ou le 16.</b></p> <p><b>Contre les pellicules, avant le shampoing, friction avec 50 ml d'huile d'olive et 30 gouttes d'HE de tea tree.</b></p> <p><b>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.</b></p> <p><b>Pour les colorations : la couleur se tiendra mieux si vous la faites le 2, le 3, le 7, le 8, le 9 après-midi, le 10, le 11 après-midi, le 12 ou le 16.</b></p> <p><b>Les masques pour les cheveux avec application d'huile végétale ou d'argile sont préférables après une coupe aussi légère soit-elle.</b></p> <p><b>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 17, le 20, le 21, le 22 ou le 25.</b></p> <p><b>Et vos ongles ? Fortifiez-les en les coupant entre le 17, le 18, le 19, le 20 ou le 21. Très bonnes dates à la fois favorables pour les rendre plus forts et éviter qu'ils ne s'incarnent : le 25, le 27 et le 28.</b></p> <p><b>Le jus de grenade et le lycopène (composant de la tomate) sont des amis de votre prostate et possèdent de réelles propriétés anticancer.</b></p> <p><b>Très bon pour le cœur, l'épinard est aussi un anticancer. Il nettoie l'estomac et les intestins. Il donne un bon coup de fouet en cas de fatigue. Les feuilles posées avec un bandage sur une blessure ou brûlure activent la cicatrisation. Changez-les toutes les 2 heures.</b></p> |
| 2  | M | Lune croissante & montante      |    | Lune sans incidence         |  |
| 3  | J | Lune croissante & montante      |    | Lune sans incidence         |  |
| 4  | V | Lune croissante & montante      |    | Lune très favorable         |  |
| 5  | S | Lune croissante & montante      |    | Lune très favorable         |  |
| 6  | D | Lune croissante & montante      |    | Lune très favorable         |  |
| 7  | L | Lune croissante & montante      |    | Lune très favorable         |  |
| 8  | M | Premier quartier & montante     |    | Lune très favorable         |  |
| 9  | M | Lune croissante & montante      |    | Lune sans incidence         |  |
| 10 | J | Lune croissante & montante      |    | Lune très favorable         |  |
| 11 | V | Lune croissante & montante      |    | Lune très favorable         |  |
| 12 | S | Lune croissante & descendante   |    | Lune très favorable         |  |
| 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 | Pleine Lune & descendante       |  | Lune très favorable         |  |
| 17 | J | Lune décroissante & descendante |  | Lune très favorable         |  |
| 18 | V | Lune décroissante & descendante |  | Lune très favorable         |  |
| 19 | S | Lune décroissante & descendante |  | Lune très favorable         |  |
| 20 | D | Lune décroissante & descendante |  | Lune très favorable         |  |
| 21 | L | Lune décroissante & descendante |  | Lune très favorable         |  |
| 22 | M | Lune décroissante & descendante |  | Lune sans incidence         |  |
| 23 | M | Dernier quartier & descendante  |  | Lune risquée ou défavorable |  |
| 24 | J | Lune décroissante & descendante |  | Lune sans incidence         |  |
| 25 | V | Lune décroissante & descendante |  | Lune sans incidence         |  |
| 26 | S | Lune décroissante & montante    |  | Lune risquée ou défavorable |  |
| 27 | D | Lune décroissante & montante    |  | Lune risquée ou défavorable |  |
| 28 | L | Lune décroissante & montante    |  | Lune sans incidence         |  |

Les informations dans cette rubrique sont inspirées du livre « Guide de la Lune 2022 » d'éditions Marabout et en s'appuyant sur les données du magazine « Rebelle-Santé »

### Crème visage aux huiles essentielles anti-âge

Un soin riche et enveloppant qui nourrit et défatigue la peau pour lui redonner chaque jour un aspect plus jeune.

2 c. à café roses de cire d'abeille bio + 2 c. café du beurre de karité + 2 c. à café d'huile de bourrache + 2 c. à café d'huile de cameline + 1 c. à café de gel d'aloé vera + 1 c. à café d'eau florale de bois de rose + 2 gouttes de chaque : HE de rose de Damas, HE d'hélichryse, HE de camomille romaine.



Faire fondre la cire et le beurre de karité au bain-marie. Hors du feu, ajoutez-y d'abord des huiles, mélangez. Ajoutez le gel d'aloé vera puis l'eau florale de bois de rose. Batez vivement. Terminer par l'ajout des huiles essentielles et mélangez bien. Utilisez cette crème maison matin et soir sur une peau bien nettoyée. Appliquez sur l'ensemble du visage et du cou