

Calendrier lunaire pour votre beauté et votre santé 2022

Janvier

1	S	Lune décroissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	<p>Programme du mois pour tout ce qui pousse :</p> <p>Vous avez tendance à perdre vos cheveux ? Coupez-les le 12 (+), le 19 après-midi, le 20 (+), le 21 (+), le 22, le 27 après-midi, le 28 ou le 29 matin.</p> <p>Ils sont fins ou cassants ou manque de vigueur ? Coupez-les entre le 19 après-midi, entre le 20 et le 22, le 27 après-midi, le 28 ou le 29 matin.</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 4 matin, le 5, le 6, le 7 après-midi, le 8, le 9 matin, le 10, le 12, le 13 après-midi, le 14, le 15 ou le 16 matin.</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 1^{er}, le 2 matin, entre le 19 et le 29.</p> <p>Et vos ongles ? Fortifiez-les en les coupant entre le 21 et le 24. Très bonnes dates à la fois favorables pour les rendre plus forts et éviter qu'ils ne s'incarnent : le 2, ou entre le 29 et le 31.</p> <p>Faible en glucide, donc peu calorique, la stevia a un pouvoir sucrant 300 fois supérieur au saccharose. Elle est compatible avec les régimes hypoglycémiques.</p> <p>Abcès, plaies récentes, ulcères des jambes, brûlures, furoncles, dartres et impétigo... Faites un cataplasme de carotte râpée.</p> <p>Pour éliminer l'acné et les problèmes de peau, évitez les produits laitiers, les charcuteries, l'alcool et les sucreries. Désinfectez la peau en utilisant régulièrement savon anti-acné à l'huile d'arbre à thé ou savon antiseptique à l'eucalyptus.</p> <p>EUCALYPTUS antibactérien</p> 
2	D	Nouvelle Lune & montante		Lune risquée ou défavorable	
3	L	Lune croissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
4	M	Lune croissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
5	M	Lune croissante & montante		Lune sans incidence	
6	J	Lune croissante & montante		Lune sans incidence	
7	V	Lune croissante & montante		Lune sans incidence	
8	S	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
9	D	Premier quartier & montante		Lune très favorable	
10	L	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
11	M	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
12	M	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
13	J	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
14	V	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
15	S	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
16	D	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
17	L	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
18	M	Pleine Lune & descendante		Lune très favorable	
19	M	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
20	J	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
21	V	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
22	S	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
23	D	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
24	L	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
25	M	Dernier quartier & descendante		Lune très favorable	
26	M	Lune décroissante & descendante		Lune sans incidence	
27	J	Lune décroissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
28	V	Lune décroissante & descendante		Lune sans incidence	
29	S	Lune décroissante & descendante		Lune sans incidence	
30	D	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
31	L	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	

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 »

Recette : Dentifrice en poudre menthe – citron maison

Il vous faut : pot en verre de 50 ml + 10 g de carbonate de calcium + 10 g d'argile blanche + ½ c. à café de stévia en poudre (facultatif) + 5 gouttes d'HE de menthe des champs + 5 gouttes d'essence de citron



Mélangez les poudres dans un bol, puis ajoutez les huiles essentielles. Transvasez la préparation dans un pot en verre. Humidifiez votre brosse à dents, puis posez-la sur la poudre pour en prélever la quantité nécessaire. Brossez-vous les dents comme d'habitude.