













Calendrier lunaire pour votre beauté et votre santé 2022

Mai

1	D	Lune croissante & montante		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 8, le 9 matin, le 10, le 11 ou le 16 après-midi.</p> <p>Pour une repousse rapide coupez-les le 3, le 6, entre le 9 et le 14 ou le 15 matin.</p> <p>Pour une repousse lente et moins de fourches : coupez-les entre le 18 après-midi et le 24 matin, le 28 ou le 29 avant 22h.</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 3, le 6, entre le 9 et le 14 ou le 15 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 le 16 après-midi ou le 18.</p> <p>Et vos ongles ? Fortifiez-les en les coupant entre le 19 et le 22. Très bonnes dates à la fois favorables pour les rendre plus forts et éviter qu'ils ne s'incarnent : entre le 27, le 28 ou le 29 avant 22h.</p> <p>Le bacopa, plante indienne, stimule la mémoire et les capacités intellectuelles, permet de retrouver le calme et sérénité.</p> <p>Contre les migraines et céphalées : cataplasmes de cerises sur le front. Nettoyez avec un citron coupé en deux.</p> <p>Maux de tête : 3 fois par jour, massez les tempes et le front par petits cercles appuyés avec de l'huile à l'angélique. Recette : pendant 15 jours au soleil, laissez macérer 100 g de racine d'angélique, 100 g de lavande, 100 g de camomille dans 1 L d'huile d'olive vierge.</p> <p>L'infusion de pensée sauvage est un excellent dépuratif qui peut venir à bout des eczémas récalcitrants et du psoriasis.</p> <p>Pour faire fuir les moustiques, mettez quelques gouttes d'huile essentielle de géranium pélagonium ou de citronnelle sur votre oreiller.</p>
2	L	Lune croissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
3	M	Lune croissante & montante		Lune sans incidence	
4	M	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
5	J	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
6	V	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
7	S	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
8	D	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
9	L	Premier quartier & 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	Lune croissante & descendante		Lune sans incidence	
16	L	Pleine Lune & descendante		Lune risquée ou défavorable	
17	M	Lune décroissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
18	M	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
19	J	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
20	V	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
21	S	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
22	D	Dernier quartier & montante		Lune très favorable	
23	L	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
24	M	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
25	M	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
26	J	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
27	V	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
28	S	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
29	D	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
30	L	Nouvelle Lune & montante		Lune risquée ou défavorable	
31	M	Lune croissante & montante		Lune risquée ou défavorable	

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 »

Gel nettoyant intime - recette

Il vous faut :
 Flacon pompe de 50 ml
 25 g d'hydrolat de fleur d'orange (Néroli) + 15 g de lauryl glucoside + 5 g de gel d'aloé vera + 4 g de glycérine végétale + 10 gouttes d'HE de palmarosa.



Mélangez à froid tous les ingrédients à l'aide d'une spatule, en évitant de faire mousser le mélange, puis versez dans un flacon pompe. Conservation 3 mois.