






Calendrier lunaire pour votre beauté et votre santé 2022

Juin

1	M	Lune croissante & descendante		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 4 et le 8.</p> <p>Pour une repousse rapide coupez-les le 1^{er}, le 5, le 6, le 7, le 8, le 11.</p> <p>Pour une repousse lente et moins de fourches : coupez-les entre le 15 et le 20, le 24 ou entre le 26 et le 28.</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 1^{er}, le 5, le 6, le 7, le 8, le 11.</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 4 et le 11.</p> <p>Et vos ongles ? Fortifiez-les en les coupant entre le 15 et le 17. Très bonnes dates à la fois favorables pour les rendre plus forts et éviter qu'ils ne s'incarnent : le 24, le 26, le 27.</p> <p>Cataplasme contre les rhumatismes : écrasez des piments frais (pas trop piquants) dans de l'huile. Appliquez sur des zones douloureuses.</p> <p>Ulcères variqueux : massez vos jambes avec de l'huile d'olive dans laquelle auront macéré des feuilles fraîches de bardane.</p> <p>La sérotonine est transportée par le sang vers la plupart des organes et facilite les échanges d'informations avec le système nerveux central. Le 5-HTP, issu du griffonia (plante africaine) stimule la sérotonine. Cet acide aminé est aussi présent dans l'organisme. On le trouve en complément alimentaire. Le griffonia (5-HTP) et millepertuis soulagent durablement de la dépression. Ne pas prendre les 2 plantes en même temps.</p> <p>Partout dans le monde, le basilic est un ingrédient majeur des philtres d'amour, cela est dû à sa réputation de plante aphrodisiaque. Le basilic amplifie et régularise les règles insuffisantes. Dans le cadre d'un régime amincissant, il calme les fringales.</p>
2	J	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
3	V	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
4	S	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
5	D	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
6	L	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
7	M	Premier quartier & descendante		Lune très favorable	
8	M	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
9	J	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
10	V	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
11	S	Lune croissante & descendante		Lune sans incidence	
12	D	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
13	L	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
14	M	Pleine Lune & descendante		Lune risquée ou défavorable	
15	M	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
16	J	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
17	V	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
18	S	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
19	D	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
20	L	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
21	M	Dernier quartier & montante		Lune sans incidence	
22	M	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
23	J	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
24	V	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
25	S	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
26	D	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
27	L	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
28	M	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
29	M	Nouvelle Lune & descendante		Lune sans incidence	
30	J	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	

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»

Digestions pénibles



La recette :

Le vin de romarin. Fortifiant et digestif, le vin de romarin se déguste après les repas (dans un verre de liqueur). Mettez 150 g de feuilles fraîches ou 40 g de feuilles sèches dans une bouteille (75 cl). Remplissez de vin (blanc pour qu'il soit aussi diurétique, rouge pour un effet plus fortifiant). Bouchez et laissez macérer pendant 15 jours en remuant de temps en temps. Filtrez.