


Calendrier lunaire pour votre beauté et votre santé 2022

Juillet

1	V	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 2 et le 5, le 12, le 30 après-midi ou le 31.</p> <p>Pour une repousse rapide coupez-les le 3, le 4, le 5, le 9 ou le 12.</p> <p>Pour une repousse lente et moins de fourches : coupez-les entre le 14 et le 17, le 21, le 23, le 24, le 25, le 30 après-midi ou le 31.</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 4, le 5, le 9 ou le 12.</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 26 ou le 27.</p> <p>Et vos ongles ? Fortifiez-les en les coupant le 14 ou le 15. Très bonnes dates à la fois favorables pour les rendre plus forts et éviter qu'ils ne s'incarnent : le 21, le 23, le 24 ou le 25.</p> <p>Le méillot, plante de la ménopause, est aussi efficace pour la circulation et contre les insomnies.</p> <p>Piqûre d'insecte : frottez avec des feuilles de cassis pour soulager.</p> <p>Si vous êtes au bord de la mer, ramassez du varech (algue) pour, le soir, vous frictionner les cuisses pour un effet anticellulite.</p>  <p>Excellent contre les douleurs d'estomac, le pourpier se mange cru, en salade. La feuille peut être utilisée en cataplasme sur des blessures. Mais soyez raisonnable, pas d'abus car il contient un coagulant.</p> <p>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 : le 4, le 5, le 7, le 15, le 21 ou le 29. 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 ! Les conseils si vous êtes d'une nature anxieuse : appliquez 2 gouttes d'HE de camomille noble + 2 gouttes d'HE d'hélichryse italienne sur le plexus solaire (partie charnue sous le sternum) 2 à 3 fois par jour dès l'avant veille de l'intervention. Pour vous requinquer en rentrant chez vous, 10 gouttes d'HE de ravinstara 3 fois par jour en massage le long de la colonne vertébrale, en se souvenant que le massage ne doit jamais s'effectuer sur les vertèbres, mais uniquement n bordure de la colonne vertébrale. Diluez les HE dans 1 c. à s. d'huile végétale si vous avez la peau sensible.</p> <p>Le céleri, antiseptique et diurétique, élimine les infections urinaires et les douleurs rhumatismales. Il est aussi un aliment « anti calorique » : il contient moins de calories que ce dont votre corps a besoin pour le digérer. Utilisez les graines de céleri comme condiment pour les plats de poisson, de chou ou de brocoli.</p> <p>Après votre toilette, reconstituez le film hydrolipidique de votre peau avec une huile végétale tout simplement.</p> <p>Le 15 juillet est une excellente date pour commencer un régime amincissant et faire un peu de sport. Vous tiendrez vos bonnes résolutions.</p> <p>Le tryptophane est un acide aminé, précurseur de la sérotonine. Si rien ne vient à bout de vos insomnies, essayez-le en complément alimentaire.</p> <p>Pour préserver l'éclat de votre peau et diminuer les rides, prenez de l'acide hyaluronique en complément alimentaire.</p> <p>Haleine forte ? Croquez des grains de café. Et prenez des probiotiques. Si c'est chronique avec des douleurs d'estomac, il peut s'agir d'un Helicobacter pylori. C'est un insecte 70% du tiers monde et 40% de la population occidentale. Il peut entraîner un cancer des voies digestives. Algèbres d'estomac douloureuses, ulcère gastrique, fatigue, haleine fétide sont des symptômes possibles de l'Helicobacter pylori. On détecte la 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.</p> <p>Pour venir à bout d'une angine, faites des gargarismes de tisane concentrée de feuilles de cassis plusieurs fois par jour.</p> <p>Les déodorants corporels augmentent le risque de cancer du sein. Utilisez un ¼ citron ou des déodorants bio à base d'huiles essentielles.</p> <p>Massages et cures (de vigne rouge et d'hamaméls) contre les problèmes circulatoires (jambes lourdes, varices).</p> <p>La vervaine est une plante médicinale majeure qui éloigne la toux et les insomnies. En élixir floral, Vervain est destiné aux hyperactifs.</p> <p>La curcumine, mélange de curcuma et de cumin, est digestif et aphrodisiaque ! Et en plus c'est délicieux !</p>
2	S	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
3	D	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
4	L	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
5	M	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
6	M	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
7	J	Premier quartier & descendante		Lune très favorable	
8	V	Lune croissante & descendante		Lune sans incidence	
9	S	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
10	D	Lune croissante & descendante		Lune sans incidence	
11	L	Lune croissante & descendante		Lune sans incidence	
12	M	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
13	M	Pleine Lune & montante		Lune risquée ou défavorable	
14	J	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
15	V	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
16	S	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
17	D	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
18	L	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
19	M	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
20	M	Dernier quartier & montante		Lune très favorable	
21	J	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
22	V	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
23	S	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
24	D	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
25	L	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
26	M	Lune décroissante & descendante		Lune sans incidence	
27	M	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
28	J	Nouvelle Lune & descendante		Lune sans incidence	
29	V	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
30	S	Lune croissante & descendante		Lune sans incidence	
31	D	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 »

Ongles mous et cassants ?



Coupez-les aux dates indiquées, et essayez cette recette : placez une coquille d'œuf dans le bol d'un mixer avec 2 gouttes d'HE d'ylang-ylang et 2 gouttes de ciste, puis réduisez le tout en poudre très fine. Versez une petite tasse d'eau dans une casserole, ajoutez-y la poudre de coquille d'œuf et le jus d'un citron. Portez à frémissements, puis laissez infuser jusqu'à ce que la préparation soit tiède. Versez ensuite cette mixture dans un bol et plongez-y le bout de vos doigts pendant 10 minutes.