































Calendrier lunaire pour votre beauté et votre santé 2023

Septembre

1	V	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	<p>Programme du mois pour tout ce qui pousse :</p> <p>CHEVEUX</p> <p>Vous avez tendance à perdre vos cheveux ? Coupez-les afin qu'ils repoussent plus lentement, plus épais, plus forts, et qu'ils fourchent moins : le 4 ou le 5, sinon attendez le 1^{er} octobre 2023.</p> <p>Pour une repousse de vos cheveux plus rapide coupez-les le 18 ou entre le 23 et le 28.</p> <p><i>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.</i></p> <p>COLORATION CHEVEUX</p> <p>Pour les colorations : la couleur se tiendra mieux si vous la faites entre le 3 et le 5, puis le 9 (+++), le 18, le 19, le 23, le 24, le 25 (+++) et 26 (+++), le 27.</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>ÉPILATION</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 8, le 9, le 10, le 11, le 12, le 13, le 14.</p> <p>SOIN DES ONGLES</p> <p>Et vos ongles ? Fortifiez-les en les coupant entre le 3 et le 6, entre le 12 et le 13 pour une repousse lente et le 25 ou le 26 si vous souhaitez une repousse rapide.</p> <p>DETOX et RÉGIME</p> <p>Le 4, le 9, le 10, le 11, le 12, le 13, le 29 et le 30 sont des bonnes dates pour débuter un jeûne ou un detox par les plantes (pissenlit, ortie, bouleau). Les meilleures plantes pour réveiller l'organisme et éliminer les toxines au printemps sont la bruyère et aubier de tilleul. Les périodes en Lune descendante sont propices à la réussite des régimes minceur. Pour vous aider utilisez la spiruline comme coupe-faim. Pour détoxifier, c'est la guerre ; il faut agir avec stratégie selon 4 axes : assainir, drainer, éliminer, reconstruire. Commencez par supprimer gluten et sucre. Sauf en cas d'intolérance, pensez à l'ail ou à un concentré de pépins de pamplemousse pour assainir. Pour éliminer, emprisonnez les toxines avec le charbon actif (2 c. à café le soir pendant 2 jours). 3 jours après le charbon actif, reconstruisez votre flore intestinale avec des probiotiques. Choisissez les formules qui associent un maximum de souches (6 à 8 ferments).</p> <p>BAIN pour nettoyer et épurer le corps : le 15, le 16 et le jeudi 28.</p> <p>MASSAGE relaxant ou drainage lymphatique : le 9, le 10, le 11, le 12, le 13.</p> <p>MASSAGE énergétique et tonifiant : entre le 16 et le 27.</p> <p>SOINS DENTAIRES</p> <p>Dates favorables pour effectuer vos soins dentaires : le 6, le 7, le 9 (+++), le 10 (+++), le 11 (+++) et du 13 au 15.</p> <p>Pour un bain relaxant, 10 gouttes d'huile essentielle de bois de cèdre dans 1 c. à soupe de l'huile d'avocat sous le robinet. Sinon, choisissez une de nos boules de bain qui sont presque toutes à base d'huile d'avocat.</p> <p>Attention aux tiques si vous faites des promenades dans la forêt ou dans les bois. Contre les tiques, frottez les pattes de votre chien et le bas de vos pantalons avec du fenouil ou de l'ail. Mettez un chapeau et glissez des semences de fenouil dans vos chaussures. La tique est vectrice d'une maladie de plus en plus fréquente, la maladie de Lyme. En effet, certains insectes et les tiques transmettent une bactérie, la borrelia. Elle passe souvent inaperçue. Au bout de quelques années, elle devient chronique avec fatigue intense, douleurs, dépression... Seule analyse fiable pour détecter cette maladie : le Western Blot à demander en plus du test Elisa.</p> <p>Hémorroïdes : essayez les cataplasmes de miel sur une feuille de chou. Vous pouvez aussi appliquer une pommade à base de marron d'Inde (en pharmacie).</p> <p>Lundi le 18 septembre est un excellent jour pour débuter une cure d'automne pour lutter contre la fatigue, les infections respiratoires et l'arrivée des rhumatismes. Prenez de la gelée royale (le matin) et des vitamines C et B. Le soir buvez des tisanes de prêle ou d'ortie.</p> <p>La prise des antibiotiques pour un nourrisson de moins d'un an multiplie par 3 le risque d'asthme, dans les années à venir.</p> <p>Le SEPSIS est le terme international employé pour choc septique. Il affecte principalement les individus déjà fragilisés, les nouveau-nés et les personnes âgées.</p>
2	S	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
3	D	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
4	L	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
5	M	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
6	M	Lune décroissante & montante		Lune sans incidence	
7	J	Dernier quartier & montante		Lune très favorable	
8	V	Lune décroissante & montante		Lune très favorable	
9	S	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
10	D	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
11	L	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
12	M	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
13	M	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
14	J	Lune décroissante & descendante		Lune très favorable	
15	V	Nouvelle Lune & descendante		Lune très favorable	
16	S	Lune croissante & descendante		Lune sans incidence	
17	D	Lune croissante & descendante		Lune risquée ou défavorable	
18	L	Lune croissante & descendante		Lune sans incidence	
19	M	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
20	M	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
21	J	Lune croissante & descendante		Lune très favorable	
22	V	Premier quartier & descendante		Lune très favorable	
23	S	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
24	D	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
25	L	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
26	M	Lune croissante & montante		Lune très favorable	
27	M	Lune croissante & montante		Lune sans incidence	
28	J	Lune croissante & montante		Lune risquée ou défavorable	
29	V	Pleine Lune & montante		Lune risquée ou défavorable	
30	S	Lune décroissante & montante		Lune risquée ou défavorable	

Les informations dans cette rubrique sont inspirées du livre « Guide de la lune 2023 » d'éditions Marabout et en s'appuyant sur les données d'éditions Mosaïque-santé.

Cire coiffante Néroli & moringa

Cette cire coiffante est un véritable soin ! Elle sculpte, hydrate, assouplit et nourrit le cheveu sec au cœur de la fibre.

Il vous faut : 10 g de cire de candelilla, 10 g de beurre de cacao, 10 g de beurre de karité, 10 g d'huile de jojoba, 5 g d'huile d'argan, 5 g d'huile de moringa. Facultatif : 3 gouttes d'HE de néroli (Citrus aurantium).

Faites fondre le tout au bain-marie à l'exception d'HE de néroli. Hors du feu, mélangez la préparation jusqu'à ce qu'elle soit homogène et légèrement épaissie. Ajoutez l'HE dès que vous pouvez toucher le bol sans vous brûler. Versez la cire dans un récipient et laissez durcir pendant 1 nuit.

Pour l'utiliser, réchauffer la cire dans votre main et coiffez vos cheveux du bout des doigts. Elle peut aussi servir à nourrir les pointes sèches. Conservation : 12 mois.

