

DÉCEMBRE 2017

- JOURS FRUIT : dates idéales pour s'occuper des fruits et des céréales
- JOURS RACINE : dates idéales pour s'occuper des racines et des écorces (carottes, panais, asperges, p. de terre...)
- JOURS FLEUR : dates idéales pour s'occuper des fleurs et des légumes-fleurs (brocolis, artichauts, choux-fleurs...)
- JOURS FEUILLE : dates idéales pour s'occuper des plantes vertes, salades, épinards...

NOUVELLE LUNE PLEINE LUNE **En rouge, les dates où il vaut mieux poser sa grelinette et son sécateur.**

JOUR	Montante ou descendante	Croissante ou décroissante	Racine, fleur, feuille, fruit	JARDIN	SANTÉ ET BEAUTÉ
1 ^{er} V	↗m	Lune croissante		• En climat doux, semez les fèves en pleine terre.	Programme du mois de décembre pour tout ce qui pousse : ♦ Vous avez tendance à perdre vos cheveux ? Coupez-les le 1 ^{er} ou le 2, entre le 7 et le 10 (sauf le 8 très tôt le matin), on encore le 28 ou le 29. Ils sont fins ou cassants ? Coupez-les entre le 7 et le 10 (sauf le 8 très tôt le matin), le 12 matin ou le 16. Ils ont tendance à fourcher ? Coupez-les entre le 7 et le 16 (sauf le 8 ou le 13 très tôt le matin). Pour les colorations : entre le 1 ^{er} et le 3, ou entre le 20 et le 28 (matin) mais évitez le 22, ou encore le 30 ou le 31. ♦ Séquence épilation... Pour que vos poils repoussent moins vite, épiliez-vous entre le 5 AM et le 19 (matin), avec une très bonne configuration lunaire entre le 7 AM et le 13, et une configuration optimale le 7 AM et le 8. ♦ Et vos ongles ? Fortifiez-les en les coupant le 3 (soir) ou le 4. S'ils ont tendance à s'incarner , coupez-les entre le 18 AM et le 21, ou le 23 (++) . Dates à la fois favorables pour les rendre plus forts et éviter qu'ils ne s'incarnent : faites d'une pierre deux coups en les coupant entre le 9 et le 13. • Vous avez en prévision une intervention chirurgicale qui n'a pas de caractère d'urgence ? Si vous avez le choix, privilégiez ces dates-ci : le 1 ^{er} , le 2, le 7, le 9, entre le 11 et le 13, entre le 19 et le 21, le 23, le 28 ou le 29. Ce qui ne veut pas dire que les autres dates sont à éviter formellement, mais que celles-là vous permettront de cicatriser et de récupérer plus vite. • Pour limiter les effets secondaires des fêtes de fin d'année, buvez beaucoup... d'eau ! Avant et après... Préparez-vous des tisanes de mélisse, de fenouil ou de romarin, buvez de grands verres d'eau citronnée et mâchez des feuilles de menthe après le repas. Vous pouvez aussi programmer quelques jours de jeûne en début d'année.
2 S	↗		11 h	• Semez les carottes, les panais, les navets. • Pleine lune le 3 à 16.45. • Pas de jardinage lundi 4 avant 15 h (périgée à 10 h).	
3 D	↗		20 h	• Plantez les rosiers. • Installez les les camélias, le jasmin d'hiver, le chèvrefeuille...	
4 L	↗		17 h	• Installez les aromatiques rustiques : ciboulette, thym, sarriette...	
5 M	↘d		5 h	• Avis aux lève-tôt : pas de jardinage vendredi 8 avant 7 h (nœud lunaire). • Bouturez les petits fruitiers. • Taillez les fruitiers à pépins.	
6 M	↘		18 h	• Récoltez les carottes, les poireaux, les radis, les crosnes... • Plantez l'ail rose et l'échalote grise. • Récoltez les salsifis.	
7 J	↘		9 h	• Taillez les grimpantes vivaces : glycine, clématite... • Plantez les lilas, les hortensias.	
8 V	↘		21 h	• Fertilisez le sol au pied de vos arbres (voir les conseils d'Angela page 71).	
9 S	↘	Lune décroissante	11 h	• Nouvelle lune le 18 à 7.30. • Mardi ou mercredi, en climat doux, semez les pois à grains ronds et les fèves.	
10 D	↘		0 h	• Semez les carottes et les radis. • Pas de jardinage vendredi 22 avant 16 h (nœud lunaire).	
11 L	↗m		8 h	• À l'abri, en pot ou en pleine terre suivant le climat, semez des primevères, des soucis, des pois de senteur...	
12 M	↗	Lune croissante	8 h	• Récoltez le fenouil, les cardons, les épinards, les céleris à côtes... • Récoltez les choux de Bruxelles, les choux frisés non pommés, les choux de Milan.	
13 M	↗		6 h	• Pensez à nourrir les oiseaux : mélanges de graines, pains de graisse végétale, coupelles d'eau...	
14 J	↗		22 h	• Semez les carottes et les radis... et puis au revoir 2017 ! Rebelle-Santé vous souhaite à tou(te)s une année 2018 douce et sereine...	
15 V	↗				
16 S	↗				
17 D	↗				
18 L	↗				
19 M	↗				
20 M	↗				
21 J	↗				
22 V	↗				
23 S	↗				
24 D	↗				
25 L	↗				
26 M	↗				
27 M	↗				
28 J	↗				
29 V	↗				
30 S	↗				
31 D	↗				

Dans les petits cadres bleutés : l'heure à laquelle la transition se fait entre les périodes Fruit, Racine, Fleur ou Feuille

JANVIER 2018

- JOURS FRUIT : dates idéales pour s'occuper des fruits et des céréales
- JOURS RACINE : dates idéales pour s'occuper des racines et des écorces (carottes, panais, asperges, p. de terre...)
- JOURS FLEUR : dates idéales pour s'occuper des fleurs et des légumes-fleurs (brocolis, artichauts, choux-fleurs...)
- JOURS FEUILLE : dates idéales pour s'occuper des plantes vertes, salades, épinards...

NOUVELLE LUNE PLEINE LUNE **En rouge, les dates où il vaut mieux poser sa grelinette et son sécateur.**

JOUR	Montante ou descendante	Croissante ou décroissante	Racine, fleur, feuille, fruit	JARDIN	SANTÉ ET BEAUTÉ
1 ^{er} L	↗m		8 h	• Pas de jardinage lundi 1^{er} après 17 h 50 (périgée). • Pleine lune le 2 à 3 h 25. • Au chaud, semez les choux-fleurs.	Programme du mois de janvier pour tout ce qui pousse : ♦ Si, en ce moment, vos cheveux tombent... Coupez-les le 3 AM, entre le 4 AM et le 7 (matin), ou entre le 24 AM et le 26, ou encore le 31 (matin). S'ils manquent de vigueur... Coupez-les le 3 AM, entre le 4 AM et le 7 (matin), ou entre le 12 et le 13. Si les pointes sont fourchues Coupez-les le 2 ou le 3, entre le 4 AM et le 7 (matin) ou entre le 8 et le 15. Pour les colorations : le 1 ^{er} , le 20, le 21 ou entre le 23 et le 29 (matin). ♦ Marre des poils ?... Pour que vos poils repoussent moins vite, épiliez-vous entre le 3 et le 14, avec une très bonne configuration lunaire entre le 3 et le 9, et une configuration optimale le 3 AM, le 4 surtout le matin, le 7 AM et enfin le 31 AM. ♦ Et vos ongles ? Fortifiez-les en les coupant entre le 5 AM et le 9, le 15 AM ou le 16. S'ils ont tendance à s'incarner , coupez-les le 9, le 15 AM ou le 16. Dates à la fois favorables pour les rendre plus forts et éviter qu'ils ne s'incarnent : faites d'une pierre deux coups en les coupant entre le 9, le 15 AM ou le 16. • Vous avez en prévision une intervention chirurgicale que vous pouvez programmer ? Si vous avez le choix, privilégiez ces dates-ci : le 5, le 6, le 8, le 9, ou entre le 25 et le 27. Ces dates vous permettront de cicatriser et de récupérer plus vite, mais mieux vaut un bon chirurgien qu'une bonne date (ne cherchez pas la contrepèterie, il n'y en a pas...) • Pour retrouver votre énergie, massez-vous les tempes avec ce mélange tonifiant : 100 ml d'huile de massage, ajoutez 10 gouttes d'HE de thym, 10 gouttes d'HE de cannelle, 20 gouttes d'HE de menthe poivrée + 20 gouttes d'HE de romarin. Puis frictionnez vos avant-bras et vos mollets avec ce même mélange.
2 M	↘d				
3 M	↘		4 h	• Plantez les arbres et arbustes (plants à racines nues). • Pas de jardinage jeudi 4 avant 13 h 55 (nœud lunaire). • Plantez les arbres fruitiers. Dans les terres lourdes, ameublissez le sol (suivez les conseils d'Angela page 70).	
4 J	↘		14 h	• Plantez les arbres fruitiers. Dans les terres lourdes, ameublissez le sol (suivez les conseils d'Angela page 70).	
5 V	↘				
6 S	↘				
7 D	↘		2 h	• Plantez l'ail, l'échalote... • Récoltez les poireaux, les radis, les salsifis... • Aérez le sol et enrichissez-le : poudre de roche, un peu de chaux, puis compost peu décomposé et enfin paillage épais de végétaux.	
8 L	↘				
9 M	↘	Lune décroissante			
10 M	↘		15 h		
11 J	↘			• Protégez les potées qui restent dehors.	
12 V	↘		3 h	• En climat doux, repiquez les salades d'hiver et les chicorées. • Élaguez les arbres et arbustes à feuillage caduc.	
13 S	↘		17 h	• Vérifiez les tuteurs.	
14 D	↘				
15 L	↗m			• Nouvelle lune le 17 à 3 h 15. • En climat doux, semez les fèves et les pois à grains ronds.	
16 M	↗				
17 M	↗		6 h	• Semez sous abri les carottes, les navets, les radis, les poireaux, les oignons... • Pas de jardinage jeudi 18 après 10 h 20 (nœud lunaire).	
18 J	↗		14 h		
19 V	↗				
20 S	↗			• Semez les fleurs annuelles. • Au chaud, semez les choux-fleurs.	
21 D	↗		14 h		
22 L	↗			• Semez les cressons, le pourpier, les salades à couper, la batavia... • Semez le cerfeuil sous abri. • Récoltez les épinards.	
23 M	↗	Lune croissante			
24 M	↗		13 h	• Les 24 et 25, très bonnes dates pour récolter les semences sur les plantes "fruit".	
25 J	↗				
26 V	↗		7 h	• Entre le 26 et le 30, c'est le moment de mettre en tas, d'alimenter ou de brasser votre compost.	
27 S	↗			• Semez sous abri les carottes, les navets...	
28 D	↗		19 h		
29 L	↘d			• Pensez à nourrir les oiseaux... • Pas de jardinage mardi 30 avant 16 h (périgée). • Pas de jardinage mercredi 31 (éclipse de lune et nœud lunaire). • Pleine lune le 31 à 14 h 28.	
30 M	↘		15 h		
31 M	↘				