







































































JUILLET 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} D | ↗m | ↘ |  | • Semez navets et radis noir. | Programme du mois de juillet pour tout ce qui pousse : |
| 2 L | ↗ | ↘ |  12 h | • Greffez les lilas, hortensias, rhododendrons... | ♦ Vous avez tendance à perdre vos cheveux ? Coupez-les entre le 15 et le 17, ou le 25 AM. |
| 3 M | ↗ | ↘ |  13 h | • Semez les vivaces et les bisannuelles. | Ils sont fins ou cassants ? Coupez-les le 8 AM ou le 9. |
| 4 M | ↗ | ↘ |  | • Semez les chicorées, les laitues, la mâche, les cressons... | Pour les colorations : la couleur tiendra mieux si vous la faites le 26 matin ou le 27. |
| 5 J | ↗ | ↘ |  | • Semez les épinards. | ♦ Séquence épilation... Pour que vos poils repoussent moins vite, épilez-vous entre le 12 AM et le 25, mais de préférence le 13 matin, le 14 ou le 15, le 18 matin ou le 23 AM. |
| 6 V | ↗ | ↘ |  | • Semez le persil et le cerfeuil. | ♦ Et vos ongles ? Fortifiez-les en les coupant le 1 ^{er} ou le 2, le 28 ou le 29. |
| 7 S | ↗ | ↘ |  13 h | • Récoltez le fenouil. | 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 7 AM et le 11. |
| 8 D | ↗ | ↘ |  7 h | • Récoltez les petits fruits. | ♦ Vous avez en prévision une intervention chirurgicale qui n'a pas de caractère d'urgence ? |
| 9 L | ↗ | ↘ |  19 h | • Récoltez les aubergines, les courgettes, les haricots, les fèves... | Si vous avez le choix, pour cicatriser plus vite et être sur pied plus rapidement, privilégiez ces dates-ci : le 2, le 9, le 11, le 16, le 17, le 19, le 25 ou le 26. |
| 10 M | ↗ | ↘ |  15 h | • La lune est montante, semez les carottes, les navets, les radis... | Mais uniquement si vous pouvez programmer l'intervention ! |
| 11 M | ↗ | ↘ |  1 h | • Bonne période pour pulvériser vos décoctions contre les parasites du potager (voir les conseils d'Angela page 80). | • Problèmes articulaires ? Rétenion d'eau ? Pensez à la reine-des-prés... Entre le 28 juillet et le 9 août, le matin de préférence, après disparition de la rosée, c'est le bon moment pour en récolter les sommités fleuries, les faire sécher et profiter tout au long de l'année de ses vertus dépuratives et diurétiques (à éviter si vous êtes sujet à des maladies cardio-vasculaires). On la trouve dans les zones humides, et on la reconnaît à sa tige rougeâtre, à ses grandes feuilles vertes et à ses grappes de petites fleurs blanches. Tisane mode d'emploi : 50 g de sommités fleuries dans un litre d'eau froide. Laissez macérer 12 heures dans un récipient couvert, à l'abri de la lumière, et buvez 4 à 5 tasses par jour. |
| 12 J | ↘d | ↙ |  21 h | • Faites vos boutures de buddléia, de fuchsias... | |
| 13 V | ↘ | ↙ |  1 h | • Nouvelle lune le 13 à 4.49. | |
| 14 S | ↘ | ↙ |  10 h | • Pas de jardinage le 13 avant 15 h, ni le 14 avant 10 h. | |
| 15 D | ↘ | ↙ |  14 h | • Plantez les choux. | |
| 16 L | ↘ | ↙ |  4 h | • Supprimez les rameaux fanés des framboisiers remontants. | |
| 17 M | ↘ | ↙ |  14 h | • Taillez les melons. | |
| 18 M | ↘ | ↙ |  2 h | • Pincez les potirons. | |
| 19 J | ↘ | ↙ |  15 h | • Récoltez l'ail, les betteraves, les carottes, les échalotes, les oignons, les navets, les poireaux, les pommes de terre, les radis... | |
| 20 V | ↘ | ↙ |  14 h | • Désherbez le potager, apportez du compost et paillez pour éviter l'évaporation. | |
| 21 S | ↘ | ↙ |  2 h | • Récoltez vos légumes-fruit. | |
| 22 D | ↘ | ↙ |  15 h | • Taillez les rosiers non remontants. | |
| 23 L | ↘ | ↙ |  15 h | • Tondez, arrosez la pelouse. | |
| 24 M | ↘ | ↙ |  15 h | • Repiquez les chicorées, les laitues... | |
| 25 M | ↘ | ↙ |  15 h | • Rabattez les touffes de menthe. | |
| 26 J | ↘ | ↙ |  15 h | • Taillez le thym. | |
| 27 V | ↘ | ↙ |  15 h | • Taillez la vigne et le lierre. | |
| 28 S | ↘ | ↙ |  9 h | • Greffez les fruitiers. | |
| 29 D | ↘ | ↙ |  18 h | • Récoltez les fraises, les melons, les poivrons, les pois, les tomates... | |
| 30 L | ↘ | ↙ |  18 h | • Pleine lune le 27 à 22.22. | |
| 31 M | ↘ | ↙ |  19 h | • Encore une bonne période pour semer les carottes, les radis... | |

AOÛT 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} M | ↗m | ↘ |  | • Récoltez les céleris à côtes. | Programme du mois d'août pour tout ce qui pousse : |
| 2 J | ↗ | ↘ |  | • Semez les épinards et le fenouil. | ♦ Vous avez tendance à perdre vos cheveux ? Coupez-les le 13, très bonne date ! |
| 3 V | ↗ | ↘ |  20 h | • Semez les cressons, les laitues, la roquette, le pourpier, la mâche... | Ils sont fins ou cassants ? Coupez-les le 4, le 5 ou le 31. |
| 4 S | ↗ | ↘ |  15 h | • Semez le cerfeuil à l'ombre. | Ils ont tendance à fourcher ? Coupez-les le 9. |
| 5 D | ↗ | ↘ |  | • Récoltez les fraises, les melons, les poivrons, les pois, les tomates, les haricots, les concombres... | Pour les colorations : le 22, le 23, le 24 AM, le 25 ou le 26 matin. |
| 6 L | ↗ | ↘ |  | • Semez les radis, les poireaux, les navets, les salsifis. | ♦ Séquence épilation... Pour que vos poils repoussent moins vite, épilez-vous entre le 9 et le 21, avec une meilleure configuration le 9 AM, le 10 (++), le 11 matin (++), le 11 AM ou le 14. |
| 7 M | ↗ | ↘ |  5 h | • Bonne période pour pulvériser vos décoctions sur le potager. | ♦ Et vos ongles ? Fortifiez-les en les coupant le 4 ou le 31. |
| 8 M | ↗ | ↘ |  2 h | • Coupez les fleurs fanées des rosiers. | 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 5 et le 7. |
| 9 J | ↘d | ↙ |  | • Pincez les dahlias. | • Vous avez en prévision une intervention chirurgicale qui n'a pas de caractère d'urgence ? |
| 10 V | ↘ | ↙ |  11 h | • Pas de jardinage le 10 après 11 h. | Si vous avez le choix, pour cicatriser plus vite et être sur pied plus rapidement, privilégiez ces dates-ci : le 6 ou le 7, le 13, le 21, le 22 ou le 23, ou encore le 31. |
| 11 S | ↘ | ↙ |  20 h | • Nouvelle lune le 11 à 11.59. | Mais uniquement si vous pouvez programmer l'intervention ! |
| 12 D | ↘ | ↙ |  2 h | • Taillez les pêchers et éliminez, après la récolte, les rameaux qui ont fructifié. | • En prévision des toux hivernales , récoltez (entre le 27 août et le 6 septembre, le matin de préférence, après disparition de la rosée) des fleurs de bouillon-blanc et faites-les sécher. Plante très commune, on la reconnaît à sa grosse tige rigide et à ses fleurs jaunes réparties dans la partie supérieure. Cet hiver, dès les premiers signes, essayez cette tisane : déposez 2 c. à soupe de fleurs séchées dans une tasse d'eau chaude, couvrez puis filtrez soigneusement pour éliminer les petits poils irritants. Buvez-en 3 à 4 tasses par jour, entre les repas. |
| 13 L | ↘ | ↙ |  4 h | • Taillez en vert les pommiers. | |
| 14 M | ↘ | ↙ |  4 h | • Récoltez l'ail, les betteraves, les carottes, les céleris-raves, les échalotes, les oignons, les navets, les poireaux, les pommes de terre, les radis... | |
| 15 M | ↘ | ↙ |  14 h | • Récoltez vos légumes-fruit. | |
| 16 J | ↘ | ↙ |  2 h | • Taillez les rosiers non remontants. | |
| 17 V | ↘ | ↙ |  15 h | • Taillez les melons. | |
| 18 S | ↘ | ↙ |  15 h | • Pincez les potirons. | |
| 19 D | ↘ | ↙ |  15 h | • Récoltez l'ail, les betteraves, les carottes, les échalotes, les oignons, les navets, les poireaux, les pommes de terre, les radis... | |
| 20 L | ↘ | ↙ |  15 h | • Désherbez le potager, apportez du compost et paillez pour éviter l'évaporation. | |
| 21 M | ↘ | ↙ |  15 h | • Récoltez vos légumes-fruit. | |
| 22 M | ↗m | ↘ |  15 h | • Taillez les rosiers non remontants. | |
| 23 J | ↗ | ↘ |  15 h | • Tondez, arrosez la pelouse. | |
| 24 V | ↗ | ↘ |  15 h | • Repiquez les chicorées, les laitues... | |
| 25 S | ↗ | ↘ |  15 h | • Rabattez les touffes de menthe. | |
| 26 D | ↗ | ↘ |  0 h | • Taillez le thym. | |
| 27 L | ↗ | ↘ |  14 h | • Taillez la vigne et le lierre. | |
| 28 M | ↗ | ↘ |  1 h | • Greffez les fruitiers. | |
| 29 M | ↗ | ↘ |  1 h | • Récoltez les fraises, les melons, les poivrons, les pois, les tomates... | |
| 30 J | ↗ | ↘ |  2 h | • Pleine lune le 26 à 13.58. | |
| 31 V | ↗ | ↘ |  2 h | • Encore une bonne période pour semer les carottes, les radis... | |