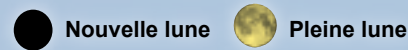


- JOURS FRUIT** : dates idéales pour s'occuper des fruits et des céréales
- JOURS RACINE** : dates idéales pour s'occuper des racines et des écorces (carottes, panais, asperges, p. de terre...)
- JOURS FLEUR** : dates idéales pour s'occuper des fleurs et des légumes-fleurs (brocolis, artichauts, choux-fleurs...)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



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 <sup>er</sup> s | ↘d                      | Lune croissante            | 14 h  | • Repiquez les poireaux.<br>• Récoltez l'ail, les betteraves, les carottes, les échalotes, les oignons, les navets...                  | Programme du mois pour tout ce qui pousse :<br><br>♦ Vous avez tendance à <b>perdre vos cheveux</b> ? Coupez-les le 7 (AM), le 8 (matin) le 25 (AM), le 26, le 27 (AM). Toutes ces dates sont très bonnes. Ils sont <b>finis ou cassants</b> ? Coupez-les de préférence le 10 (AM), ou encore le 17 ou le 18.   |
| 2 d               | ↘                       |                            | • Buttez les pommes de terre.   |  |   |
| 3 l               | ↘                       | Lune croissante            | 2 h   | • Taillez les rosiers.   | ♦ <b>Séquence épilation...</b> Pour que vos poils repoussent moins vite, les dates les plus favorables : 22, 23, 24 toute la journée, ou 25 (matin), ou encore le 17 ou le 18.  |
| 4 m               | ↘                       |                            | • Repiquez les choux.<br>• Repiquez les salades, l'oseille, la rhubarbe.  |  |   |
| 5 m               | ↘                       |                            | • Rabattez les touffes de menthe.<br>• Tondez la pelouse.   |  |   |
| 6 j               | ↘                       | Lune croissante            | 16 h  | • Semez les haricots grains et les fèves.<br>• <b>Pleine lune le 9 juillet à 06:08.</b>  | ♦ Et vos <b>ongles</b> ? S'ils ont tendance à <b>s'incerner</b> , coupez-les entre le 26 et le 29. Pour les <b>fortifier</b> , coupez-les entre le 9 et le 11, ou encore le 12 (AM). Dates à la fois <b>favorables pour les fortifier et éviter qu'ils ne s'incarnent</b> : faites d'une pierre deux coups en les coupant entre le 17 et le 20.   |
| 7 v               | ↘                       |                            | • Semez les navets, les radis d'été.<br>• Semez les carottes.   |  |   |
| 8 s               | ↗m                      | Lune décroissante          | 10 h  | • <b>Le 12, pas de jardinage, noeud lunaire...</b><br>• Semez les bisannuelles sous abri.  | ♦ Vous avez en prévision une <b>intervention chirurgicale</b> qui n'a pas de caractère d'urgence ? Si vous avez le choix, privilégiez ces dates-ci : le 1 <sup>er</sup> , le 2, le 10, le 11, entre le 17 et le 20, ou entre le 26 et le 29. Ce qui ne veut pas dire que les autres dates sont à éviter formellement, mais que celles-ci vous permettront de cicatriser et de récupérer plus vite.<br>Et si vous voulez mettre toutes les chances de votre côté, prenez Staphysagria en 9 CH, 2 granules 3 fois par jour pendant les 4 jours qui suivent l'intervention, ce remède aide à la cicatrisation. |
| 9 d               | ↗                       |                            | • Semez le fenouil.<br>• Sous châssis, semez les laitues d'hiver.<br>• Semez le chou de Chine.<br>• Semez le cerfeuil et le persil.   |  |   |
| 10 l              | ↗                       | Lune décroissante          | 9 h   | • Récoltez les pêches, abricots, poires, prunes, figues, brugnons...<br>• Greffez les fruitiers.                                       | ♦ Si vous voulez jeûner, un jour ou quelques jours, la nouvelle lune est un moment favorable pour le faire.   |
| 11 m              | ↗                       |                            | • Si vous n'avez pas eu le temps de le faire la semaine dernière, semez les carottes, radis, navets...  |  |   |
| 12 m              | ↗                       | Lune décroissante          | 9 h   | • <b>Le 21, pas de jardinage, périgée...</b><br>• Marcottez les clématites et la glycine.  | ♦ Et si vous avez besoin d'un petit « coup de fouet », sachez qu'un massage effectué en lune croissante aura un effet énergisant. Trouvez donc des mains volontaires et faites-vous masser le long de la colonne vertébrale avec ce mélange d'huiles essentielles : bois de Hô, thym à linalol, basilic, pin sylvestre, épinette noire = 1 goutte de chaque diluées dans 5 gouttes d'huile d'arnica. Si possible 3 fois par jour pendant 10 jours !   |
| 13 j              | ↗                       |                            | • <b>Nouvelle lune le 23 juillet à 11:47.</b><br>• Plantez les choux de Bruxelles.<br>• Taillez le thym.  |  |   |
| 14 v              | ↗                       | Lune croissante            | 6 h   | • <b>Le 25, repos, noeud lunaire...</b><br>• Taillez les fruitiers à noyau.<br>• Repiquez les aubergines.<br>• Repiquez les fraisiers. | ♦ Pour lutter contre les vers intestinaux, il existe de nombreux remèdes. Celui-ci, par exemple : râpez 3 gousses d'ail dans une tasse d'eau bouillante, laissez macérer la nuit, filtrez et buvez à jeun le matin. Faites-le pendant 3 semaines, en commençant 2 ou 3 jours avant la pleine lune (qui aura lieu le 6 septembre). On trouve aussi de l'ail en gélules...  |
| 15 s              | ↗                       |                            | • Récoltez les radis, les pommes de terre, les poireaux...<br>• Récoltez l'ail, les betteraves, les carottes, les échalotes, les oignons, les navets...<br>• Paillez vos tomates, courgettes, poireaux, choux... avec des orties. |  |   |
| 16 d              | ↗                       | Lune croissante            | 6 h   | • Repiquez les fleurs annuelles.<br>• Divisez les iris.  |   |
| 17 l              | ↗                       |                            |   |  |   |
| 18 m              | ↗                       | Lune croissante            | 22 h  |  |   |
| 19 m              | ↗                       |                            |   |  |   |
| 20 j              | ↗                       | Lune croissante            | 9 h   |  |   |
| 21 v              | ↗                       |                            |   |  |   |
| 22 s              | ↘d                      | Lune croissante            | 6 h   |  |   |
| 23 d              | ↘                       |                            |   |  |   |
| 24 l              | ↘                       | Lune croissante            | 17 h  |  |   |
| 25 m              | ↘                       |                            |   |  |   |
| 26 m              | ↘                       | Lune croissante            | 6 h   |  |   |
| 27 j              | ↘                       |                            |   |  |   |
| 28 v              | ↘                       | Lune croissante            | 6 h   |  |   |
| 29 s              | ↘                       |                            |   |  |   |
| 30 d              | ↘                       | Lune croissante            | 21 h  |  |   |
| 31 l              | ↘                       |                            |   |  |   |

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

- 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...



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 <sup>er</sup> m | ↘                       | Lune croissante            | 9 h                           | • Éclaircissez les cardons.<br>• Repiquez les céleris à côtes.<br>• Plantez les choux frisés.<br>• Plantez les salades (frisées, laitues...). | Programme du mois pour tout ce qui pousse :<br><br>♦ Vous avez tendance à <b>perdre vos cheveux</b> ? Coupez-les le 4 ou le 31. Ils sont <b>finis ou cassants</b> ? Coupez-les de préférence le 13 (AM) ou le 14 (matin), ou encore le 15.<br><b>Si vos pointes ont tendance à fourcher</b> , coupez-les le 18 AM ou le 19 (matin). C'est tout ! Le mois d'août n'est pas un mois très favorable pour se couper les cheveux... Attendez la rentrée. |
| 2 m               | ↘                       | Lune croissante            | 23 h                          | • Semez les courgettes.<br>• Récoltez les aubergines, les poireaux, les fèves...  |   |
| 3 j               | ↘                       |                            | Lune croissante               | 11 h  | • Semez les oignons blancs.<br>• <b>Pleine lune le 7 août à 20:12.</b><br>• <b>Le 8, pas de jardinage, noeud lunaire...</b>   |
| 4 v               | ↗m                      | Lune décroissante          |                               | 17 h  | • Greffez en écusson les rosiers.<br>• Semez les fleurs vivaces et les bisannuelles.  |
| 5 s               | ↗                       |                            | Lune décroissante             | 15 h  | • Semez le cresson.<br>• Semez la roquette, la mâche et le pourpier.  |
| 6 d               | ↗                       | Lune décroissante          |                               | 11 h  | • Greffez les fruitiers.<br>• Récoltez les concombres, les cornichons, les haricots, les tomates et les fraises.  |
| 7 l               | ↗                       |                            | Lune décroissante             | 4 h   | • Semez les navets, les oignons, les poireaux, les radis, les salsifis...<br>• Le 16, jour favorable pour éliminer les liserons, l'arrachage en sera facilité.  |
| 8 m               | ↗                       | Lune décroissante          |                               | 17 h  | • <b>Le 18, pas de jardinage, périgée...</b><br>• Bouturez les rosiers, les lilas, les hortensias...  |
| 9 m               | ↗                       |                            | Lune décroissante             | 15 h  | • Plantez le chou de Milan.   |
| 10 j              | ↗                       | Lune décroissante          |                               | 3 h   | • <b>Nouvelle lune le 21 août à 20:31.</b><br>• <b>Le 21, pas de jardinage, noeud lunaire...</b><br>• Du 23 au 28, bonnes dates pour tondre votre pelouse, elle repoussera moins vite.  |
| 11 v              | ↗                       |                            | Lune décroissante             | 15 h  | • Du 24 au 28, pensez à récolter vos graines sur vos légumes « racine » et vos légumes « feuille ».<br>• Récoltez les pommes de terre, les radis, l'ail, l'échalote...  |
| 12 s              | ↗                       | Lune décroissante          |                               | 5 h   | • Plantez les artichauts.<br>• Divisez les vivaces.<br>• Plantez les bulbes et les rhizomes vivaces.  |
| 13 d              | ↗                       |                            | Lune décroissante             | 16 h  | • Taillez les arbres et arbustes.<br>• Bouturez le laurier, le romarin, la sauge...   |
| 14 l              | ↗                       | Lune décroissante          |                               | 7 h   | • Récoltez les graines sur vos légumes « fruit », c'est le moment.  |
| 15 m              | ↗                       |                            | Lune décroissante             |   |   |
| 16 m              | ↗                       | Lune décroissante          |                               |   |   |
| 17 j              | ↗                       |                            | Lune décroissante             |   |   |
| 18 v              | ↘d                      | Lune décroissante          |                               |   |   |
| 19 s              | ↘                       |                            | Lune décroissante             |   |   |
| 20 d              | ↘                       | Lune décroissante          |                               |   |   |
| 21 l              | ↘                       |                            | Lune décroissante             |   |   |
| 22 m              | ↘                       | Lune décroissante          |                               |   |   |
| 23 m              | ↘                       |                            | Lune décroissante             |   |   |
| 24 j              | ↘                       | Lune décroissante          |                               |   |   |
| 25 v              | ↘                       |                            | Lune décroissante             |   |   |
| 26 s              | ↘                       | Lune décroissante          |                               |   |   |
| 27 d              | ↘                       |                            | Lune décroissante             |   |   |
| 28 l              | ↘                       | Lune décroissante          |                               |   |   |
| 29 m              | ↘                       |                            | Lune décroissante             |   |   |
| 30 m              | ↘                       | Lune décroissante          |                               |   |   |
| 31 j              | ↘                       |                            | Lune décroissante             |   |   |

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