

# Calendrier lunaire Mars 2023

Les notes en noir sont les soins conseillés.

Les notes en bleu sont les jours encore plus favorables pour les soins spécifiés.

Les notes en vert sont vraiment les meilleures conjonctures entre les phases croissantes/ascendantes et décroissantes/descendantes pour les soins spécifiés (dans l'hémisphère nord, la lune ascendante est descendante dans l'hémisphère sud et pareillement pour la lune descendante.).

Les notes en rouge sont les jours ou les heures où il ne faut pas toucher aux cheveux, aux ongles, ni s'épiler.

Jours	Lunes	Signes	Soins
Mercredi 1	Croissante Ascendante	Cancer	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. <i>Ne touchez pas à vos cheveux, ni ongles ni épilation. Attention à la prise de poids.</i>
Jeudi 2	Croissante Descendante	Cancer	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. <i>Ne touchez pas à vos cheveux, ni ongles ni épilation.</i>
Vendredi 3	Croissante Descendante Apogée 19 h 5	Cancer	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. <i>Ne touchez pas à vos cheveux, ni ongles ni épilation.</i>
Samedi 4	Croissante Descendante	Lion	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Soins capillaires pour cheveux gras. Se laver les cheveux. Coupez vos cheveux pour une repousse rapide et fine, plutôt en longueur qu'en épaisseur, ils gagneront en force et santé. Coupez vos ongles pour une repousse rapide et en bonne santé. Teinture. Se laver les cheveux. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue.
Dimanche 5	Croissante Descendante	Lion	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Soins capillaires pour cheveux gras. Se laver les cheveux. Coupez vos cheveux pour une repousse rapide et fine, plutôt en longueur qu'en épaisseur, ils gagneront en force et santé. Coupez vos ongles pour une repousse rapide et en bonne santé. Teinture. Se laver les cheveux. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue.
Lundi 6	Croissante Descendante	Vierge	Opération détox : passez en phase d'élimination, et ce durant 3 jours : la veille, le jour et le lendemain de la pleine lune (reportez-vous à l'article détaillé dans la section Détox). Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Soins capillaires pour cheveux gras. Coupez vos cheveux pour une repousse rapide et fine, plutôt en longueur qu'en épaisseur, force et tenue parfaite de la coupe de cheveux. Teinture. Couper vos ongles pour une repousse rapide et obtenir une bonne tenue. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue.
Mardi 7	Croissante Descendante Pleine Lune 13:42 Décroissante Descendante	Vierge	Opération détox. Avant 13 h 42, nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Soins capillaires pour cheveux gras. Coupez vos cheveux pour une repousse rapide et fine, plutôt en longueur qu'en épaisseur, force et tenue parfaite de la coupe de cheveux. Teinture. Couper vos ongles pour une repousse rapide et obtenir une bonne tenue. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. Après 13 h 42 soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez l'eczéma. Soins capillaires pour cheveux secs, mixtes, fourchus, cassants. Si vous décidez de faire une permanente, ou simplement un bouclage au lisseur-boucleur, c'est le moment idéal. Coupez vos cheveux pour une repousse lente, mais gagnant en force et pour obtenir une bonne tenue de coupe. Se laver les cheveux. Coupez vos ongles pour une repousse lente, fortifiée et pour obtenir une bonne tenue. Épilation. Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite, raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne.
Mercredi 8	Décroissante Descendante	Vierge 16 h 46 Balance	Opération détox. Soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez

			l'eczéma. Soins capillaires pour cheveux secs, mixtes, fourchus, cassants. Épilation. Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite, raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne. <b>Avant 16 h 46 coupez vos cheveux pour une repousse lente, mais gagnant en force et pour obtenir une bonne tenue de coupe. Se laver les cheveux. Coupez vos ongles pour une repousse lente, fortifiée et pour obtenir une bonne tenue. Si vous décidez de faire une permanente, ou simplement un bouclage au lisseur-boucleur, c'est le moment idéal.</b>
Jeudi 9	Décroissante Descendante	Balance	Soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez l'eczéma. Soins capillaires pour cheveux secs, mixtes, fourchus, cassants. <b>Se laver les cheveux.</b> Si vous décidez de faire une permanente, ou simplement un bouclage au lisseur-boucleur, c'est le moment idéal. Coupez vos ongles pour une repousse lente, mais fortifiée. Épilation. Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite, raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne.
Vendredi 10	Décroissante Descendante	Balance	Soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez l'eczéma. Soins capillaires pour cheveux secs, mixtes, fourchus, cassants. <b>Se laver les cheveux.</b> Si vous décidez de faire une permanente, ou simplement un bouclage au lisseur-boucleur, c'est le moment idéal. Coupez vos ongles pour une repousse lente, mais fortifiée. Épilation. Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite, raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne.
Samedi 11	Décroissante Descendante <b>Nœud 9 h 5</b>	Scorpion	Soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez l'eczéma. Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite, raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne. <b>Ne touchez pas à vos cheveux, ni ongles ni épilation.</b>
Dimanche 12	Décroissante Descendante	Scorpion	Soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez l'eczéma. Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite, raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne. <b>Ne touchez pas à vos cheveux, ni ongles ni épilation.</b>
Lundi 13	Décroissante Descendante	Sagittaire	Soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez l'eczéma. Soins capillaires pour cheveux secs, mixtes, fourchus, cassants. <b>Se laver les cheveux.</b> Si vous décidez de faire une permanente, ou simplement un bouclage au lisseur-boucleur, c'est le moment idéal. Coupez vos ongles pour une repousse lente, mais fortifiée. Épilation. Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite, raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne.
Mardi 14	Décroissante Descendante	Sagittaire	Soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez l'eczéma. Soins capillaires pour cheveux secs, mixtes, fourchus, cassants. <b>Se laver les cheveux.</b> Si vous décidez de faire une permanente, ou simplement un bouclage au lisseur-boucleur, c'est le moment idéal. Coupez vos ongles pour une repousse lente, mais fortifiée. Épilation. Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite, raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne.
Mercredi 15	Décroissante Descendante	Sagittaire 14 h 07 Capricorne	Soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez l'eczéma. Soins capillaires pour cheveux secs, mixtes, fourchus, cassants. <b>Se laver les cheveux.</b> Si vous décidez de faire une permanente, ou simplement un bouclage au lisseur-boucleur, c'est le moment idéal. Coupez vos ongles pour une repousse lente, mais fortifiée. Épilation. Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite,

			raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne. <b>Après 14 h 07, coupez vos cheveux pour une repousse lente, mais gagnant en épaisseur et pour les garder en bonne santé et plus beaux... Se laver les cheveux. Coupez vos ongles pour une repousse lente, mais fortifiée et en bonne santé.</b>
Jeudi 16	Décroissante Ascendante	Capricorne	Soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez l'eczéma. Soins capillaires pour cheveux secs, mixtes, fourchus, cassants. Si vous décidez de faire une permanente, ou simplement un bouclage au lisseur-boucleur, c'est le moment idéal. <b>Coupez vos cheveux pour une repousse lente, mais gagnant en épaisseur et pour les garder en bonne santé et plus beaux... Se laver les cheveux. Coupez vos ongles pour une repousse lente, mais fortifiée et en bonne santé.</b> Épilation. Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite, raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne.
Vendredi 17	Décroissante Ascendante	Capricorne 16 h 27 Verseau	Soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez l'eczéma. Soins capillaires pour cheveux secs, mixtes, fourchus, cassants. Si vous décidez de faire une permanente, ou simplement un bouclage au lisseur-boucleur, c'est le moment idéal. Épilation. Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite, raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne. <b>Avant 16 h 27 coupez vos cheveux pour une repousse lente, mais gagnant en épaisseur et pour les garder en bonne santé et plus beaux... Se laver les cheveux. Coupez vos ongles pour une repousse lente, mais fortifiée et en bonne santé.</b>
Samedi 18	Décroissante Ascendante	Verseau	Soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez l'eczéma. Soins capillaires pour cheveux secs, mixtes, fourchus, cassants. <b>Se laver les cheveux.</b> Si vous décidez de faire une permanente, ou simplement un bouclage au lisseur-boucleur, c'est le moment idéal. Coupez vos ongles pour une repousse lente, mais fortifiée. <b>Épilation.</b> Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite, raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne.
Dimanche 19	Décroissante Ascendante <b>Périgée 16 h 20</b>	Verseau	Soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez l'eczéma. Soins capillaires pour cheveux secs, mixtes, fourchus, cassants. <b>Se laver les cheveux.</b> Si vous décidez de faire une permanente, ou simplement un bouclage au lisseur-boucleur, c'est le moment idéal. Coupez vos ongles pour une repousse lente, mais fortifiée. <b>Épilation.</b> Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite, raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne. <b>Entre 10 h 20 et 22 h 20, ne touchez pas à vos cheveux, ni ongles ni épilation</b>
Lundi 20	Décroissante Ascendante	Poisson	<b>Opération détox de 3 jours des reins, des intestins et de la peau. La veille, le jour et le lendemain de la nouvelle lune, adoptez la diète hydrique, la mono diète ou la mono diète alternée (reportez vous à l'article détaillé dans la section Détox). Cette fois-ci, le corps se nettoie encore plus en profondeur.</b>
Mardi 21	Décroissante Ascendante <b>Nouvelle lune 18:26</b> Croissante Ascendante	Poisson	<b>Opération détox. Ne touchez pas à vos cheveux, ni ongles ni épilation.</b> Avant 18 h 26 soins pour les peaux grasses, éliminez l'excès de sébum, les toxines, les points noirs, les boutons, traitez l'acné, les poches sous les yeux, cicatrisez les plaies soulagez l'eczéma. Détartrage. Bonne période pour le bronzage. Sauna, hammam, massages relaxants. Programme anti-cellulite, raffermissant. Détoxification de l'organisme, des reins, jeûne <b>Après 18 h 26, nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. Attention à la prise de poids.</b>
Mercredi 22	Croissante Ascendante	Bélier	<b>Opération détox. Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Soins capillaires pour cheveux gras. Teinture. Se laver les cheveux. Coupez vos ongles pour une repousse</b>

			rapide. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. <b>Attention à la prise de poids.</b>
Jeudi 23	Croissante Ascendante	Bélier	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Soins capillaires pour cheveux gras. Teinture. Se laver les cheveux. Coupez vos ongles pour une repousse rapide. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. <b>Attention à la prise de poids. Attention à la prise de poids.</b> <b>Après 22 h 10, ne touchez pas à vos cheveux, ni ongles ni épilation.</b>
Vendredi 24	Croissante Ascendante Nœud 3 h 10	Taureau	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Soins capillaires pour cheveux gras. Teinture. Coupez vos ongles pour une repousse rapide. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. <b>Attention à la prise de poids.</b> <b>Avant 9 h 10, ne touchez pas à vos cheveux, ni ongles ni épilation.</b>
Samedi 25	Croissante Ascendante	Taureau	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Soins capillaires pour cheveux gras. Teinture. Coupez vos ongles pour une repousse rapide. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. <b>Attention à la prise de poids.</b>
Dimanche 26	Croissante Ascendante	Gémeaux	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Soins capillaires pour cheveux gras. Teinture. Se laver les cheveux. Coupez vos ongles pour une repousse rapide. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. <b>Attention à la prise de poids.</b>
Lundi 27	Croissante Ascendante	Gémeaux	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Soins capillaires pour cheveux gras. Teinture. Se laver les cheveux. Coupez vos ongles pour une repousse rapide. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. <b>Attention à la prise de poids.</b>
Mardi 28	Croissante Ascendante	Gémeaux 12 h 24 Cancer	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. <b>Attention à la prise de poids.</b> <b>Avant 12 h 24, soins capillaires pour cheveux gras. Teinture. Se laver les cheveux.</b> Coupez vos ongles pour une repousse rapide. <b>Après 12 h 24, ne touchez pas à vos cheveux, ni ongles ni épilation.</b>
Mercredi 29	Croissante Descendante	Cancer	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. <b>Ne touchez pas à vos cheveux, ni ongles ni épilation.</b>
Jeudi 30	Croissante Descendante	Cancer	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. <b>Ne touchez pas à vos cheveux, ni ongles ni épilation.</b>
Vendredi 31	Croissante Descendante Apogée 12 h 25	Lion	Nourrir, raffermir et hydrater les peaux sèches et mixtes. Massages énergétiques. Cure de compléments alimentaires, cure anti-fatigue. <b>Avant 18 h 25, ne touchez pas à vos cheveux, ni ongles ni épilation.</b> <b>Après 18 h 25</b> soins capillaires pour cheveux gras. Se laver les cheveux. Coupez vos cheveux pour une repousse rapide et fine, plutôt en longueur qu'en épaisseur, ils gagneront en force et santé. Coupez vos ongles pour une repousse rapide et en bonne santé. Teinture. Se laver les cheveux.

