

MONDKALENDER



im JUNI

☾ **1. Juni MI.** *Zwillinge*
Schultern, Arme • Blüte • Fett

Heute Johanniskraut ansetzen. Das bedeutet, die gelben Blüten in Öl abfüllen und einen Monat in der Sonne oder an einer warmen Stelle stehen lassen.

☾ **2. Juni DO.** *Krebs*
Brustbereich, Lunge • Blatt • Kohlenhydrate

Die Blatttage Krebs oder Skorpion sind Ende Mai, Anfang Juni immer ideal fürs Säen von Sommer-Endivien. Sie ergeben einen köstlichen Salat und sind nicht so bitter.

☾ **3. Juni FR.** *Krebs*
Mit grünen Salaten und frischen Kräutern können wir in den kommenden Tagen unser Nervenkostüm stärken.

☾ **4. Juni SA.** *Löwe*
Herz, Kreislauf • Frucht • Eiweiß

Bei Löwe spielt der Kreislauf manchmal ein wenig verrückt und kann zu Schlaflosigkeit oder manchmal sogar zu Herzproblemen führen. Misteltee kann helfen.

☾ **5. Juni SO.** *Löwe*
Früchte auf dem Frühstücksteller halten lange satt und machen fit. Abends hingegen liegen sie oft lange im Magen.

☾ **6. Juni MO.** *Löwe*
Frische, junge Löwenzahnblätter helfen, die oft zu üppigen Speisen an Feiertagen besser zu vertragen.

☾ **7. Juni DI.** *Jungfrau*
Verdauungsorgane • Wurzel • Salz
Der Magen ist an Jungfrau-Tagen oft etwas durcheinander. Zwei Tage lang weniger essen hilft.

☾ **8. Juni MI.** *Jungfrau*
Im Garten kann man bis 14. Juni fast alles pflanzen – Obst, Gemüse, Sträucher, Bäume. Einmal gut angießen genügt.

Mondkalender zum Ausdrucken:
servus.com/mondkalender

☾ **9. Juni DO.** *Waage*
Hüftbereich • Blüte • Fett

Die Augen vor zu viel Sonne schützen. Besonders beim Autofahren sollte die Sonnenbrille griffbereit sein.

☾ **10. Juni FR.** *Waage*
Gegen schmerzende Hüften helfen viel Bewegung und der Verzicht auf tierisches Eiweiß an Waage-Tagen.

☾ **11. Juni SA.** *Skorpion*
Geschlechtsorgane • Blatt • Kohlenhydrate

Schafgarbentee, am besten zwischen 15 und 19 Uhr getrunken, wirkt an Skorpion-Tagen gut gegen Kopfweg.

☾ **12. Juni SO.** *Skorpion*
Heilkräuter enthalten an Skorpion-Tagen die meiste Energie. Trocknen lassen und bei abnehmendem Mond abfüllen.

☾ **13. Juni MO.** *Schütze*
Oberschenkel, Venen • Frucht • Eiweiß
Wer heute etwas für seine Sinnesorgane tut, bekommt den doppelt wohltuenden, vorbeugenden und heilenden Effekt. Zum Beispiel mit einem Augenumschlag oder einem Tropfen Johanniskrautöl für die Ohren.

14. Juni DI. *Schütze*
Vollmond 12.50 Uhr

Der abnehmende Mond ist die nächsten 14 Tage ideal fürs Entschlacken und Entgiften, etwa durch eine Kur mit Brennnesseltee.

☾ **15. Juni MI.** *Steinbock*
Knie • Wurzel • Salz

Heute ist ein guter Tag, um im Garten Bretter, Steine oder Platten aufzulegen. Bei Steinbock im abnehmenden Mond verlegt, wackeln sie nicht und verbinden sich fest mit dem Erdreich.

☾ **16. Juni DO.** *Steinbock*
Heute ist ein guter Tag für Maniküre – die Nägel werden an Steinbock-Tagen härter und brechen nicht so leicht.

☾ **17. Juni FR.** *Wassermann*
Unterschenkel, Venen • Blüte • Fett
Ein idealer Tag fürs Abfüllen getrockneter Heilkräuter! Wirkstoffe und Aromen bleiben erhalten, die Haltbarkeit verlängert sich merklich.

☾ **18. Juni SA.** *Wassermann*
Eine uralte Regel besagt: Pflanzen, die am 18. Juni bis mittags ausgerissen werden, kommen nicht mehr nach.

☾ **19. Juni SO.** *Fische*
Füße • Blatt • Kohlenhydrate
Ein idealer Tag fürs Nichtstun in Hängematte, Lehnstuhl oder Schaukelstuhl. Die Füße hochzulagern entspannt nicht nur die Beine!

☾ **20. Juni MO.** *Fische*
An Fische-Tagen wirken alle Genussmittel doppelt belastend, sie können schnell Kopfschmerzen auslösen.

☾ **21. Juni DI.** *Fische*
An Fische-Tagen sollte man nicht alles so ernst und persönlich nehmen. Oft reagiert man empfindlicher als sonst.

☾ **22. Juni MI.** *Widder*
Kopfbereich • Frucht • Eiweiß
Soll chronische Migräne mit Akupressur behandelt werden, geschieht das am besten an Widder-Tagen.

☾ **23. Juni DO.** *Widder*
Widder lädt zu Obst- oder Safttagen ein, sie begünstigen das Abnehmen.

☾ **24. Juni FR.** *Stier*
Kiefer, Halsbereich • Wurzel • Salz
Die Energie der Stier-Tage beeinflusst die Stimmbänder. Wer heute gut bei Stimme sein muss, sollte keine Milchprodukte mehr zu sich nehmen.

☾ **25. Juni SA.** *Stier*
Die Halsregion zu schützen ist besonders wichtig.

☾ **26. Juni SO.** *Stier*
Heute ist ein geeigneter Tag für eine Reinigungsmaske an Hals und Dekolleté.

☾ **27. Juni MO.** *Zwillinge*
Schultern, Arme • Blüte • Fett
Bäder mit ätherischen Ölen haben eine wunderbare Wirkung, besonders an Lichttagen wie heute und morgen.

☾ **28. Juni DI.** *Zwillinge*
Heute sollten Pflanzen nicht gegossen werden. Das wäre eine Einladung für Läuse.

29. Juni MI. *Krebs*
Brustbereich, Lunge • Blatt • Kohlenhydrate
Neumond 11.20 Uhr

Der heutige Neumond gehört zu den allerbesten Tagen im Jahr für den Beginn von Vorhaben aller Art!

☾ **30. Juni DO.** *Krebs*
Alle Kübel- und Balkonpflanzen heute und morgen gut gießen und dann erst wieder am Samstag, den 9. Juli.

GUT ZU WISSEN

Neben den **Mondphasen** spielen im Mondkalender die **Tierkreiszeichen** eine wichtige Rolle. Jedes davon regiert eine **Körperzone** (z. B. der Widder den Kopf), beeinflusst einen **Pflanzenteil** (z. B. Fische das Blatt) und besitzt eine spezielle **Nahrungsqualität** (z. B. Salz an Stier-Tagen). Je nach Mondstand wirken sich Tätigkeiten an bestimmten Tagen günstig oder eher ungünstig aus.

Nähere Infos dazu in den Büchern der Autoren oder unter paungger-poppe.net
Fragen zum Mondkalender?
E-Mail an vrz@aon.at

- Vollmond
- ☾ abnehmender Mond
- Neumond
- ☾ zunehmender Mond