



Rustica éditions

AVEC MES DOIGTS DE FÉE



POTIONS ET PHILTRES

COUP DE BAGUETTE MAGIQUE



*Mon ange gardien
de la semaine*

Plantes sacrées



RITUELS ET TALISMANS

PIERRES ET CRISTAUX



REMÈDES NATURELS

MIROIR, MON BEAU MIROIR...



**LES RECETTES
QUI M'ENCHANTENT**

INCANTATIONS MAGIQUES



MÉDITATIONS
& PLEINE CONSCIENCE



Rustica éditions

VACANCES SCOLAIRES

VACANCES	ZONE A	ZONE B	ZONE C
Académies	Besançon, Bordeaux, Clermont-Ferrand, Dijon, Grenoble, Limoges, Lyon, Poitiers	Aix-Marseille, Amiens, Caen, Lille, Nancy-Metz, Nantes, Nice, Orléans-Tours, Reims, Rennes, Rouen, Strasbourg	Créteil, Montpellier, Paris, Toulouse, Versailles
Vacances de Noël	Fin des cours : samedi 21 décembre 2019 Reprise des cours : lundi 6 janvier 2020		
Vacances d'hiver	Fin des cours : samedi 22 février 2020 Reprise des cours : lundi 9 mars 2020	Fin des cours : samedi 15 février 2020 Reprise des cours : lundi 2 mars 2020	Fin des cours : samedi 8 février 2020 Reprise des cours : lundi 24 février 2020
Vacances de printemps	Fin des cours : samedi 18 avril 2020 Reprise des cours : lundi 4 mai 2020	Fin des cours : samedi 11 avril 2020 Reprise des cours : lundi 27 avril 2020	Fin des cours : samedi 4 avril 2020 Reprise des cours : lundi 20 avril 2020
Vacances d'été	Fin des cours : samedi 4 juillet 2020		

Dates effectives lors de l'impression, sous réserve de modification de l'Éducation Nationale : education.gouv.fr

IMPORTANT

L'ensemble des informations contenues dans cet ouvrage ne sauraient remplacer un avis médical en fonction de l'âge et de l'état de santé de chacun. Veuillez consulter votre pharmacien ou votre médecin avant toute utilisation des plantes et minéraux.

Pour la préparation de vos remèdes naturels, vous pouvez utiliser des plantes sèches :
10 g de plante séchée représentent environ 100 g de plante fraîche.

Avant-propos

Quoi de plus merveilleux que d'apporter, jour après jour, un peu de magie à votre quotidien !

Grâce à cet almanach, offrez-vous une année riche en découvertes ! Plantes médicinales, potions, philtres, rituels, talismans, recettes gourmandes, lotions de beauté, remèdes naturels, pierres et cristaux... ponctuez votre quotidien de formules magiques, d'anecdotes angéliques et de coloriages féériques... pour que chacune de vos journées soit unique et riche de la nature qui nous entoure.

AVEC MES DOIGTS DE FÉE



POTIONS ET PHILTRES

COUP DE BAGUETTE MAGIQUE



PIERRES ET CRISTAUX



REMÈDES NATURELS

MIROIR, MON BEAU MIROIR...



*Mon ange gardien
de la semaine*



**LES RECETTES
QUI M'ENCHANTENT**

Plantes sacrées



INCANTATIONS MAGIQUES



RITUELS ET TALISMANS



**MÉDITATIONS
& PLEINE CONSCIENCE**

janvier
2020

Lundi 30

ST ROGER

☀ 8h28 🌙 17h11



Mardi 31

ST SYLVESTRE

☀ 8h28 🌙 17h12



L'INFO DE LA SEMAINE JOUR ÉCOLO

Ce premier jour de la nouvelle année est à marquer d'une croix blanche sur l'agenda de la planète ! Les ustensiles de vaisselle en plastique (gobelets, verres, assiettes...), fournis par les commerces de restauration, de boisson ou autres, sont désormais interdits ! Place à la vaisselle compostable à base de matières premières renouvelables (cellulose, bambou, tissu, amidon de maïs...).

Mon ange gardien de la semaine



NEMANIAH

Symbole de prospérité, d'ordre et d'organisation, Nemaniah (« Dieu louable »), est attaché au cœur des archanges et occupe la 57^e place dans la hiérarchie céleste. Animé des énergies de Mercure et d'Uranus, il rend les humains prévoyants, inventifs, leur permet de tout comprendre par l'observation et leur procure le sens de la stratégie et de l'action. Sa pierre, la sugilite, symbolise l'union entre spirituel et matériel.

Plantes sacrées



L'ÉRABLE

Le bois d'érable est une matière très prisée des sorcières pour confectionner leur baguette magique. Ce bâton de pouvoir s'utilise pour concentrer l'énergie vers un point précis ou pour brasser des herbes lors de rituels. Favorable à la magie lunaire, l'érable était considéré par les druides comme un messenger des dieux. Ils usaient de sa sève pour apaiser les esprits fougueux et la mélangeaient à des herbes médicinales dans le but de calmer les inflammations.

Mercredi 1^{er}

JOUR DE L'AN
☀ 8h28 🌄 17h13



Vendredi 2

ST BASILE
☀ 08h28 🌄 17h14



HIVER

SEMAINE 1

Notes



LES RECETTES QUI M'ENCHANTENT

Mon pain à la châtaigne

Dépourvue de gluten, la farine de châtaigne ne peut pas lever si elle n'est pas additionnée d'une autre farine. Pour faire votre pain, délayez 15 g de levure de boulanger avec un peu d'eau tiède et 1 cuillerée à soupe de farine. Mélangez et laissez reposer 10 minutes. Mélangez 150 g de farine de châtaigne avec 400 g de farine de blé et 3 pincées de sel. Ajoutez progressivement $\frac{1}{2}$ de litre d'eau tiède, jusqu'à obtenir une pâte souple. Pétrissez 15 minutes, jusqu'à ce que la pâte ne colle plus. Formez une boule, couvrez d'un linge et laissez reposer 3 heures. Puis façonnez la pâte, qui a doublé de volume, sur un plan de travail fariné et déposez le(s) pain(s) sur une plaque de four farinée également. Laissez reposer 1 heure sous un linge. Préchauffez le four à 175 °C (th. 5-6) et mettez à cuire pendant 35 minutes.

Vendredi 3

STE GENEVIÈVE
☀ 08h28 🌙 17h15

Samedi 4

ST ODILON
☀ 08h28 🌙 17h16

PIERRES ET CRISTAUX

La pierre de lune

Cette pierre évoque la lune par sa blancheur, son opalescence, parcourue de reflets à la fois argentés et bleutés qui lui donnent cet aspect miroitant comme la surface de l'astre lunaire, surtout lorsqu'elle est taillée en cabochon. Douce au toucher, la pierre de lune est la pierre de la féminité et de la fertilité. La porter sur soi permet d'harmoniser toute la sphère gynécologique, d'apaiser les règles douloureuses... et aussi, plus subtilement, de porter le lien d'amour, les facultés d'intuition et de clairvoyance...

MERVEILLEUSES ANECDOTES

Les pouvoirs des étoiles

On disait autrefois que les étoiles étaient les sentinelles du ciel. Elles empêchaient les démons de s'approcher et de dérober les secrets de Dieu. On prétendait aussi que le Soleil, tel un navire, voguait de l'Occident jusqu'en Orient. Et pour certains, les étoiles étaient les yeux du Soleil et ses larmes des pierres précieuses. C'est pourquoi, depuis ce temps, on attribue une pierre à chaque étoile.



Dimanche 5

ÉDOUARD
08h28 - 17h17



SEMAINE 1

INCANTATION MAGIQUE

« Les choses visibles sont éphémères,
les invisibles sont éternelles. »

Saint Paul



REMÈDES NATURELS

Tisane digestive

Quand le repas a été lourd,
cette tisane facilite la digestion.

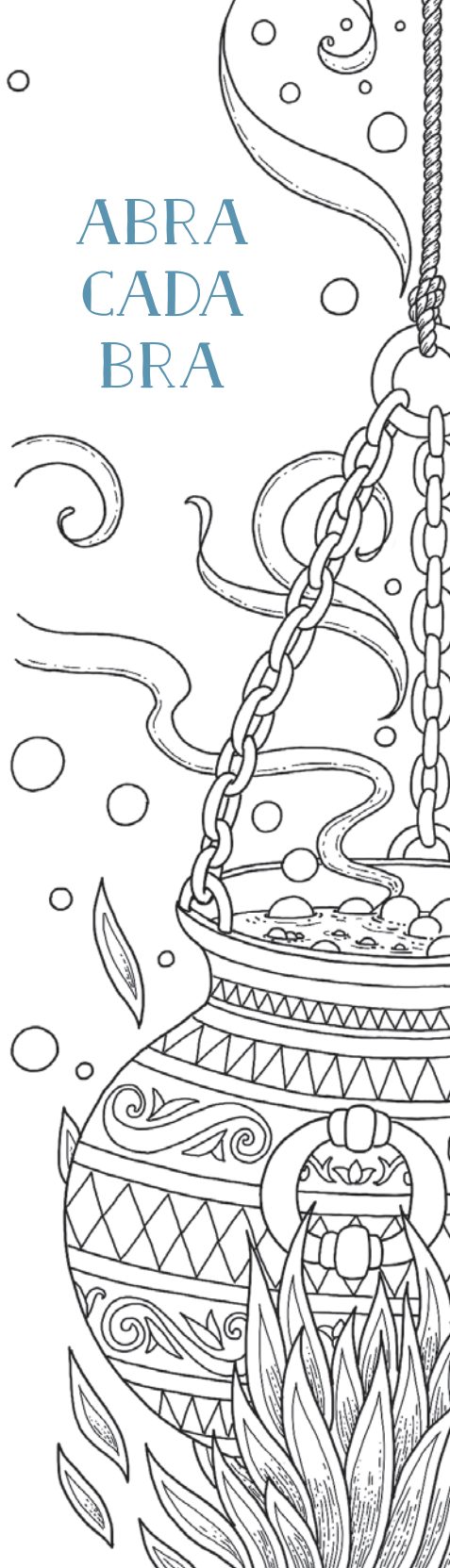
- * 30 g de laurier
- * 20 g de menthe poivrée
- * 30 g de graines d'angélique
- * 20 g de mélisse
- * 1 tasse d'eau bouillante (15/20 cl)

Prélevez 2 cuillères à café du mélange et
laissez infuser pendant 10 minutes dans une
tasse d'eau bouillante.



COLORIAGE FÉRIQUE

ABRA CADA BRA



janvier
2020

Lundi 6

EPIPHANIE

☀ 08h28 🌙 17h18



Mardi 7

ST RAYMOND

☀ 08h28 🌙 17h19



L'INFO DE LA SEMAINE APPARITION

L'Épiphanie, célébrée le 6 janvier, vient du mot grec *epiphanyos*, qui signifie « apparaît ». Elle célèbre la manifestation de Jésus aux Mages, ces fameux rois apportant de l'or, de l'encens et de la myrrhe, qui représentent respectivement la royauté, la divinité et la renaissance. Le mot épiphany a aussi pris un sens figuré et désigne une prise de conscience soudaine et lumineuse !

Mon ange gardien de la semaine

YEIALEL (YEYALEL)



Placé en 58^e position parmi les 72 anges gardiens, Yeiael, du chœur des archanges, nous encourage à repousser nos pensées négatives et à réduire les conflits qui empoisonnent notre vie. Son nom signifie « qui exauce les générations ». Ange de la bonté, il nous fait différencier le Bien et le Mal et nous réconcilie avec nous-mêmes. On lui attribue la perle pour entrer en communication avec lui.

MIROIR, MON BEAU MIROIR...



Masque revitalisant au chou

Les feuilles de chou vert revitalisent et tonifient les tissus, absorbent les impuretés et toxines, assurent une régénération profonde de la peau. Écrasez simplement les feuilles de chou avec un rouleau à pâtisserie pour les assouplir, puis posez sur la peau et laissez agir ½ heure avant de rincer à l'eau claire.



Mercredi 8

ST LUCIEN
☀ 08h28 🌙 17h20



Vendredi 9

STE ALIX
☀ 08h27 🌙 17h21



HIVER

SEMAINE 2

Notes



COUP DE BAGUETTE MAGIQUE

*Élixir contre
les cheveux blancs*

Dans votre chaudron, faites bouillir pendant 10 minutes, à couvert, 100 g de feuilles de lierre fraîches dans 1 l d'eau. Filtrez votre préparation et laissez-la tiédir avant de l'employer. Conservez la lotion au réfrigérateur une semaine maximum. Vous pourrez l'utiliser en shampoing ou encore en lotion contre vos cheveux blancs, sans rincer. Employez-la quotidiennement, jusqu'aux résultats voulus.

Pour un cataplasme anticellulite, ajoutez à cette décoction de lierre 20 cuillerées à soupe d'argile verte en poudre, mélangez jusqu'à obtention d'une pâte onctueuse. Appliquez-la sur votre cellulite et laissez agir 20 minutes. Rincez sous la douche. Effectuez ce soin quotidiennement, par cure d'1 ou 2 semaines.

Vendredi 10

ST GUILLAUME
☀ 08h27 🌙 17h22

Samedi 11

ST PAULIN
☀ 08h27 🌙 17h23MÉDITATIONS
& PLEINE CONSCIENCE*Inspirez, expirez pour bien démarrer la journée*

J'instaure un petit rituel matinal avant de quitter mon domicile et passer le pas de la porte : je respire, seul(e) ou avec les enfants... Je respire pour me renforcer, faciliter la transition vers le monde extérieur et aborder ma journée du bon pied. Je pratique une ou plusieurs respirations complètes selon mon besoin : sur l'inspiration, j'emplis mon ventre d'air, j'inspire un peu plus, l'air pénètre jusque sous mes côtes, je sens ma poitrine qui se soulève, j'expire par la bouche le plus lentement possible (thorax et abdomen reviennent en position initiale).

RITUELS ET TALISMANS
Talisman protecteur de la famille

Pour préserver votre demeure, placez des tourmalines aux quatre coins de l'habitat, ajoutez-en sur le coffret électrique, le micro-ondes, à côté de l'écran d'ordinateur et de vos téléphones. Vous pouvez aussi préparer un grigri protecteur pour ces derniers en y accrochant quelques pierres brutes ou polies. Associée à des cristaux de stibine autrefois utilisés par les alchimistes pour leur pouvoir hautement défensif, la tourmaline permet d'éloigner les mauvais esprits et les êtres indésirables. En cas d'agression méditante, écrivez le nom de l'auteur sur un papier et plongez ce dernier dans un verre d'eau salée avec une tourmaline noire. Le sel anéantira les intentions négatives.

Dimanche 12

STE TATIANA
☀ 08h26 🌙 17h25



SEMAINE 2

◊ ✨ INCANTATION MAGIQUE

« La lumière de la lune nimbe les rues
du cœur de la ville d'une aura sucrée,
je rêve d'y croquer. »

Mathias Malzieu



LES RECETTES QUI M'ENCHANTENT

Boisson à l'amande

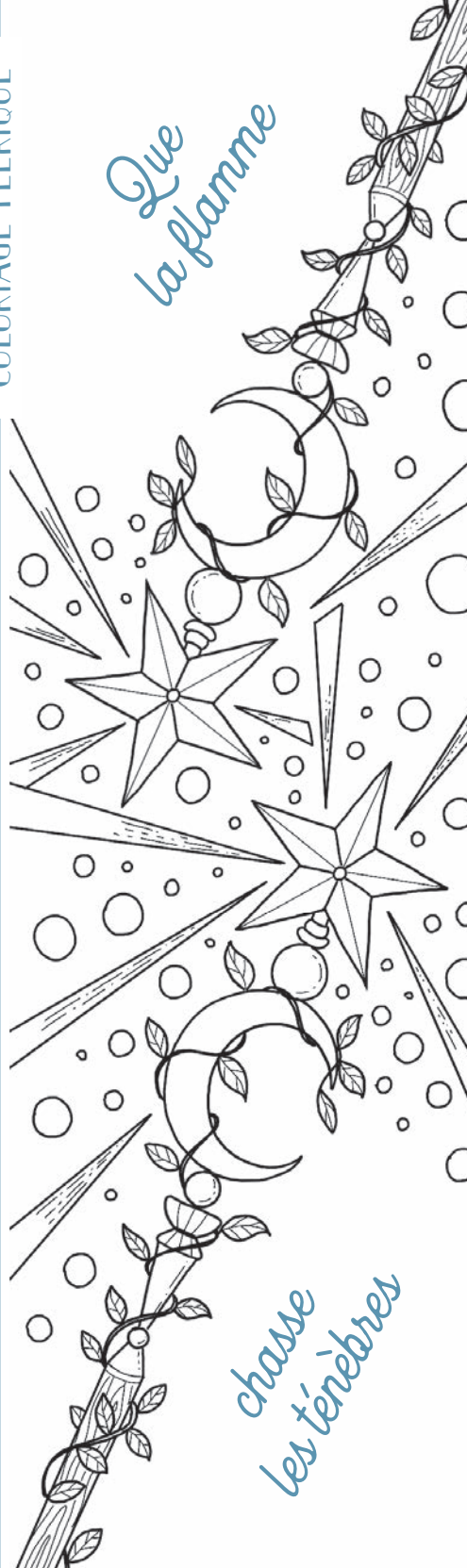
Concoctez une boisson d'allégresse à la saveur gourmande et à la robe aussi blanche que celle des anges. Commencez par la liqueur d'amandes. Faites chauffer 20 cl d'eau avec 100 g de sucre en poudre et 40 g de sucre brun. Au premier bouillon, baissez le feu. Dès que le sucre est entièrement fondu, laissez refroidir le sirop, puis incorporez 1 cuillerée à soupe d'extrait d'amande liquide, 2 cuillerées à café d'extrait de vanille et 25 cl de vodka. Réservez. Faites fondre au bain-marie 150 g de chocolat blanc, 50 g de sucre et 50 cl de crème fraîche. Ajoutez la liqueur d'amandes. Laissez mijoter quelques instants, puis dégustez.



COLORIAGE FÉRIQUE

Que
la flamme

chasse
les ténèbres





**Chaque jour mettez un peu
de merveilleux dans votre quotidien !**

Grâce à cet almanach, vivez une année magique grâce aux nombreux encadrés qui viendront ponctuer votre journée de philtres et potions, rituels et talismans, recettes enchanteresses, coloriations féeriques ou autres anecdotes angéliques. 365 jours pour découvrir ou redécouvrir les vertus des plantes sacrées et les remèdes naturels qui soignent les petits maux du quotidien, et méditez grâce aux nombreuses incantations magiques.



MDS : RU0117



14,95 € TTC