

# Január

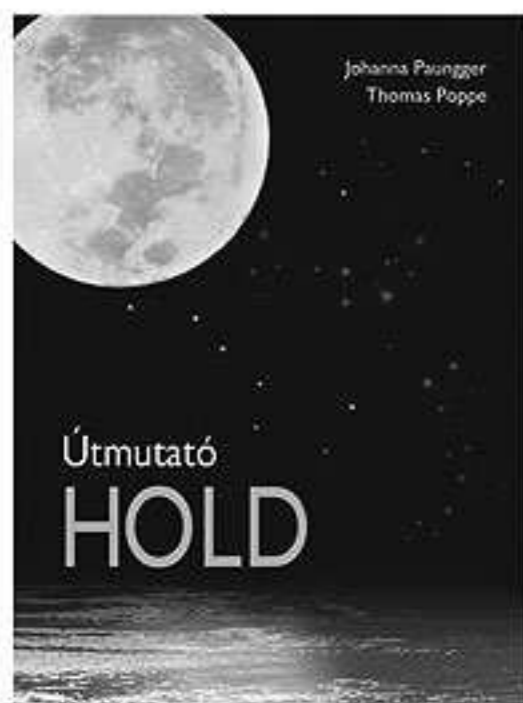
## January, Januar

**Bak:** „Ez az én hegyesücsöm. (Miért állok itt egyedül?)”

**Capricorn:** „This is my peak. (Why am I standing here alone?)”

**Bock:** „Das ist mein Gipfel. (Warum stehe ich hier alleine?)”

  <p><b>1</b> Vasárnap Sunday Sonntag Újév, Fruzsnák New Year's Day, Neujahr</p>	   	  <p><b>17</b> Kedd Tuesday Dienstag Anfal Antöfen</p>	   
  <p><b>2</b> Hétfő Monday Montag 23.17 Ábel</p>	   	  <p><b>18</b> Szerda Wednesday Mittwoch 20.30 Piroška</p>	   
  <p><b>3</b> Kedd Tuesday Dienstag Genová Berjónin</p>	   	  <p><b>19</b> Csütörtök Thursday Donnerstag Sára Márió</p>	   
  <p><b>4</b> Szerda Wednesday Mittwoch Titusz Leona</p>	   	  <p><b>20</b> Péntek Friday Freitag 23.41 Fabián Sebestyén</p>	   
  <p><b>5</b> Csütörtök Thursday Donnerstag 11.46 Simon</p>	   	  <p><b>21</b> Szombat Saturday Samstag Ágnes</p>	   
  <p><b>6</b> Péntek Friday Freitag Bódiszár</p>	   	  <p><b>22</b> Vasárnap Sunday Sonntag Vince Artúr</p>	   
  <p><b>7</b> Szombat Saturday Samstag 22.06 Attila Ramóna</p>	   	  <p><b>23</b> Hétfő Monday Montag 03.54 Zsófia Rajmund</p>	   
  <p><b>8</b> Vasárnap Sunday Sonntag Györgyváros</p>	   	  <p><b>24</b> Kedd Tuesday Dienstag Tünde</p>	   
  <p><b>9</b> Hétfő Monday Montag Marcell</p>	   	  <p><b>25</b> Szerda Wednesday Mittwoch 10.12 Pál</p>	   
  <p><b>10</b> Kedd Tuesday Dienstag 05.36 Melánia</p>	   	  <p><b>26</b> Csütörtök Thursday Donnerstag Vanda Panda</p>	   
  <p><b>11</b> Szerda Wednesday Mittwoch Ágota</p>	   	  <p><b>27</b> Péntek Friday Freitag 10.20 Angelika</p>	   
  <p><b>12</b> Csütörtök Thursday Donnerstag 10.45 Ernő</p>	   	  <p><b>28</b> Szombat Saturday Samstag Károly Karola</p>	   
  <p><b>13</b> Péntek Friday Freitag Veronika</p>	   	  <p><b>29</b> Vasárnap Sunday Sonntag Adél</p>	   
  <p><b>14</b> Szombat Saturday Samstag 14.28 Bódog</p>	   	  <p><b>30</b> Hétfő Monday Montag 07.20 Martina Gerda</p>	   
  <p><b>15</b> Vasárnap Sunday Sonntag Lőrinc Loránd</p>	   	  <p><b>31</b> Kedd Tuesday Dienstag 05.11 Marcella</p>	   
  <p><b>16</b> Hétfő Monday Montag 17.31 Gusztáv</p>	   	 <p><b>Bak:</b> December 22. 06:31 – Január 20. 17:01 <b>Capricorn:</b> 22 December 6.31 a.m. – 20 January 5.01 p.m. <b>Bock:</b> 22 Dezember 06:31 – 20 Januar 17:01</p>	   



# Johanna Paungger Thomas Poppe Útmutató HOLD

Az univerzum megannyi energiájával, ezernyi csodájával körülölel bennünket, sűgva, közvetítve nap mint nap a természetes lét ritmusát. Földünk hűsége éjjeli lámpása a Hold, ősi ritmusával mint útmutató nyújt segítő kezet bolygónk minden létezőjének. Hogy ezt a segítséget alkalmazzuk-e, csak rajtunk múlik. Jó, ha tudjuk, tudatos alkalmazás nélkül is ott lüktet tudatalattinkban, sejtjeinkben — személyes érzékenységtől függően —, mindennapi életünkben: az apró örömeink szintjén; amikor kitaláljuk és elkészítjük szeretteink ételét, ráhangolódva a szeretett személyre; mikor egészségünk érdekében munkálkodunk, mikor szépítkezünk vagy éppen fogyni szeretnénk; amikor szeretünk vagy mérgeledünk, egyszóval amikor élünk. Johanna Paungger és Thomas Poppe Útmutató HOLD című, hosszú éveken át több nyelven, több sikeres kiadást megért könyve most megújult köntösben ismét elérhető a Hold iránt érdeklődő olvasóközönség számára.

The classic from Johanna Paungger and Thomas Poppe "Guided by the Moon" that has been many times successfully published in numerous languages is now available again with a new design. The nice and beautiful magic of the graphics of Katalin Haász unburden the reader who inquires about the secrets of the Moon to learn this ancient system of the natural rhythms.

Der Klassiker von Johanna Paungger und Thomas Poppe „Vom richtigen Zeitpunkt“, der lange Jahre in mehreren Sprachen erfolgreiche Ausgaben erlebte, wird jetzt in einem neuen Gewand wieder erreichbar. Das nette, schöne Zauber der Illustrationen von Katalin Haász erleichtern es dem sich für die Geheimnisse des Mondes interessierten Leser dieses uralte System der Naturrhythmen kennen zu lernen.

Idézet a könyv 112-113. oldaláról: **növénytársulások**

#### Különösen kedvező növénytársulások

- ➔ sárgarépa a hagyma mellett
- ➔ paradicsom a hagyma mellett
- ➔ paradicsom a petrezselyem mellett
- ➔ saláta a hónapos retek mellett
- ➔ borsó a zeller mellett
- ➔ krumpli a káposztafélék mellett

#### Különösen kedvezőtlen társulások

- ➔ bab a hagyma mellett
- ➔ káposzta a hagyma mellett
- ➔ burgonya a hagyma mellett
- ➔ vörös káposzta a paradicsom mellett
- ➔ petrezselyem a fejes saláta mellett
- ➔ cékla a paradicsom mellett
- ➔ paradicsom a borsó mellett
- ➔ borsó a bab mellett

#### Kedvező társulások

Az uborka jól megfér a

- hagymával, futóbabbal, zellerrel, céklával, petrezselyemmel, fejes salátával, karalábéval, káposztafélékkel, babbal.

A burgonya jól megfér a

- spenóttal, babbal, karalábéval, kaporral.

A zeller jól megfér a

- babbal, spenóttal, hagymával, futóbabbal, paradicsommal, zöldhagymával, karalábéval, káposztafélékkel, uborkával.

A petrezselyem jól megfér a

- paradicsommal, hagymával, hónapos retekkel, uborkával.

A paradicsom jól megfér a

- zellerrel, spenóttal, hagymával, petrezselyemmel, káposztafélékkel, karalábéval, fejes salátával, zöldhagymával, babbal, sárgarépával.

A spenót jól megfér a

- paradicsommal, futóbabbal, eperrel, karalábéval, sárgarépával, burgonyával, káposztafélékkel.

A fejes saláta jól megfér a

- hagymával, paradicsommal, futóbabbal, babbal, hónapos retekkel, retekkel, kaporral, borsóval, uborkával, eperrel, sárgarépával, káposztafélékkel, zöldhagymával.

A hagyma jól megfér a

- paradicsommal, eperrel, uborkával, petrezselyemmel, fejes salátával, karalábéval.

Az eper jól megfér a

- répával, zöldhagymával, káposztafélékkel, retekkel, hónapos retekkel, fejes salátával, spenóttal, hagymával.

## Partnerek • Partners • Partners



### Hypoxi® — autorizált stúdiók

Hypoxi GmbH — magyarországi képviselő  
www.hypoxi.hu

Ajka — Margó Szépségszalon  
www.margoszepegszalon.hu

Kaposvár — Hypoxi Alakformáló Stúdió  
www.hypoxikaposvar.hu

Szigetszentmiklós — Sziluett Alakformáló Stúdió  
www.hypoxiduo.hu



### Calendula — Ayurvédikus Tanácsadó és Terápiás Központ

www.calendula.hu  
☎: +36-84-352-725



### Calendula — Ayurvédikus Tanácsadó és Terápiás Intézet

budapest.calendula.hu  
☎: +36-1-274-7326



### Bio-csemege

www.bio-csemege.hu  
☎: +36-1-318-0849



### Medifit Kft. MediSilver alvásrendszer

www.medifit.hu  
☎: +36-70-362-8012



### Tömény gyógynövény-kozmetikumok

www.termeszetskozmetikumok.hu  
☎: +36-20-235-5328



### Calendula — Ayurvédikus Tanácsadó és Terápiás Intézet

budapest.calendula.hu  
☎: +36-1-274-7326



### Budaörs Fogászat

www.budaorsfogaszat.hu  
☎: +36-20-9237-000

Megrendelhető • Can be ordered • Zu bestellen: Sappirus Kft.

☎ +36 20 383-5947, +36 23 454-083

E-mail: zitas38@gmail.com

Weboldal • webpage • webseite: www.holdnaptar.hu

3600 Ft



5 999883 038109