

MAAN AGENDA 2019



Marjanne Hess-van Klaveren

Maan Agenda

2019

persoonlijke gegevens

naam _____

adres _____

postcode & plaats _____

telefoon / mobiel _____

fax _____

email _____

geboortegegevens _____

beroep _____

bij ongeval _____

waarschuwen _____

huisarts _____

bloedgroep _____



Uitgeverij Hajefa
Zuidwijkstraat 80
2729 KE Zoetermeer
tel: 0031 (0)79 362 56 50
fax: 0031 (0)79 362 56 52
e-mail: info@hajefa.nl
internet: www.hajefa.nl

Marjanne Hess van Klaveren
Yǎng shēng fǎ-methoden om leven te koesteren en te voeden.
Tel: 0031-(0)6-51280298
Gratis Maanmagazine: www.MaankalenderS.com

Deze agenda kunt u bestellen via onze website: www.hajefa.nl.
Via deze site kunt u zich ook abonneren op de maanagenda, maanscheurkalender
of een andere agenda.

© Uitgeverij Hajefa, Zoetermeer augustus 2018, www.hajefa.nl

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd,
opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in
enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën,
opnamen, of op enige andere manier, zonder voorafgaande toestemming van de
uitgever of de auteur.

Ontwerp en layout: Peter Saarloos en Marjanne Hess-van Klaveren
Auteur en omslagontwerp: Marjanne Hess-van Klaveren

NUR: 721

ISBN: 978-94-6331-811-2

Disclaimer

Ondanks dat wij streven naar een zo groot mogelijke nauwkeurigheid, zijn wij niet
verantwoordelijk en/of aansprakelijk te stellen voor schade en/of verlies welke
voort zouden kunnen komen uit het gebruik van de in deze uitgave gegeven tekst
en informatie. Wijzigingen, correcties en/of onjuistheden zijn voorbehouden.

J A A R O V E R Z I C H T												2 0 1 9					
	januari					februari					maart						
Wk	1	2	3	4	5	5	6	7	8	9	9	10	11	12	13	Wk	
Ma		7	14	21	28		4	11	18	25		4	11	18	25	Ma	
Di	①	8	15	22	29		5	12	19	26		5	12	19	26	Di	
Wo	2	9	16	23	30		6	13	20	27		6	13	20	27	Wo	
Do	3	10	17	24	31		7	14	21	28		7	14	21	28	Do	
Vr	4	11	18	25		1	8	15	22		1	8	15	22	29	Vr	
Za	5	12	19	26		2	9	16	23		2	9	16	23	30	Za	
Zo	6	13	20	27		3	10	17	24		3	10	17	24	31	Zo	
	april					mei					juni						
Wk	14	15	16	17	18	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26	Wk	
Ma	1	8	15	②②	29		6	13	20	27		3	⑩	17	24	Ma	
Di	2	9	16	23	30		7	14	21	28		4	11	18	25	Di	
Wo	3	10	17	24		1	8	15	22	29		5	12	19	26	Wo	
Do	4	11	18	25		2	9	16	23	③①		6	13	20	27	Do	
Vr	5	12	19	26		3	10	17	24	31		7	14	21	28	Vr	
Za	6	13	20	②⑦		4	11	18	25		1	8	15	22	29	Za	
Zo	7	14	②①	28		5	12	19	26		2	⑨	16	23	30	Zo	
	juli					augustus					september						
Wk	27	28	29	30	31	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	40	Wk
Ma	1	8	15	22	29		5	12	19	26		2	9	16	23	30	Ma
Di	2	9	16	23	30		6	13	20	27		3	10	17	24		Di
Wo	3	10	17	24	31		7	14	21	28		4	11	18	25		Wo
Do	4	11	18	25		1	8	15	22	29		5	12	19	26		Do
Vr	5	12	19	26		2	9	16	23	30		6	13	20	27		Vr
Za	6	13	20	27		3	10	17	24	31		7	14	21	28		Za
Zo	7	14	21	28		4	11	18	25		1	8	15	22	29		Zo
	oktober					november					december						
Wk	40	41	42	43	44	44	45	46	47	48	48	49	50	51	52	1	Wk
Ma		7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30	Ma
Di	1	8	15	22	29		5	12	19	26		3	10	17	24	31	Di
Wo	2	9	16	23	30		6	13	20	27		4	11	18	②⑤		Wo
Do	3	10	17	24	31		7	14	21	28		5	12	19	②⑥		Do
Vr	4	11	18	25		1	8	15	22	29		6	13	20	27		Vr
Za	5	12	19	26		2	9	16	23	30		7	14	21	28		Za
Zo	6	13	20	27		3	10	17	24		1	8	15	22	29		Zo

J A A R O V E R Z I C H T														2 0 2 0				
	januari					februari					maart							
Wk	1	2	3	4	5	5	6	7	8	9	9	10	11	12	13	14	Wk	
Ma		6	13	20	27		3	10	17	24		2	9	16	23	30	Ma	
Di		7	14	21	28		4	11	18	25		3	10	17	24	31	Di	
Wo	①	8	15	22	29		5	12	19	26		4	11	18	25		Wo	
Do	2	9	16	23	30		6	13	20	27		5	12	19	26		Do	
Vr	3	10	17	24	31		7	14	21	28		6	13	20	27		Vr	
Za	4	11	18	25		1	8	15	22	29		7	14	21	28		Za	
Zo	5	12	19	26		2	9	16	23		1	8	15	22	29		Zo	
	april					mei					juni							
Wk	14	15	16	17	18	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	Wk		
Ma		6	⑬	20	⑳		4	11	18	25	①	8	15	22	29	Ma		
Di		7	14	21	28		⑤	12	19	26	2	9	16	23	30	Di		
Wo	1	8	15	22	29		6	13	20	27	3	10	17	24		Wo		
Do	2	9	16	23	30		7	14	⑳	28	4	11	18	25		Do		
Vr	3	10	17	24		1	8	15	22	29	5	12	19	26		Vr		
Za	4	11	18	25		2	9	16	23	30	6	13	20	27		Za		
Zo	5	⑫	19	26		3	10	17	24	⑳	7	14	21	28		Zo		
	juli					augustus					september							
Wk	27	28	29	30	31	31	32	33	34	35	36	36	37	38	39	40	Wk	
Ma		6	13	20	27		3	10	17	24	31		7	14	21	28	Ma	
Di		7	14	21	28		4	11	18	25		1	8	15	22	29	Di	
Wo	1	8	15	22	29		5	12	19	26		2	9	16	23	30	Wo	
Do	2	9	16	23	30		6	13	20	27		3	10	17	24		Do	
Vr	3	10	17	24	31		7	14	21	28		4	11	18	25		Vr	
Za	4	11	18	25		1	8	15	22	29		5	12	19	26		Za	
Zo	5	12	19	26		2	9	16	23	30		6	13	20	27		Zo	
	oktober					november					december							
Wk	40	41	42	43	44	44	45	46	47	48	49	49	50	51	52	53	Wk	
Ma		5	12	19	26		2	9	16	23	30		7	14	21	28	Ma	
Di		6	13	20	27		3	10	17	24		1	8	15	22	29	Di	
Wo		7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30	Wo	
Do	1	8	15	22	29		5	12	19	26		3	10	17	24	31	Do	
Vr	2	9	16	23	30		6	13	20	27		4	11	18	⑳		Vr	
Za	3	10	17	24	31		7	14	21	28		5	12	19	㉑		Za	
Zo	4	11	18	25		1	8	15	22	29		6	13	20	27		Zo	

Uitleg Maan Agenda

De getallen in het midden van de dag onder de donkerblauwe lijn; zijn respectievelijk de tijden van opkomst (↑) en ondergang (↓) van de zon (☉) en maan (☾), berekend voor Utrecht (5°6' OL). Voor het oosten van het land is dat ± 7 minuten vroeger; voor het westen van het land ± 4 minuten later.



In de tweede informatieregel staat in welk teken de maan die dag staat, gevolgd door drie symbolen: eerst het symbool voor het dierenriemteken, vervolgens het symbool of het een vrucht- (♌), wortel- (♍), bloem- (♎) of bladdag (♏) is. Meer informatie hierover vindt u op de volgende bladzijde. Het derde symbool geeft de stijgende (☾) of de dalende energie (☾) van de maan aan. Als de maan gedurende een dag wisselt van teken, dan wordt dat vervolgens aangegeven met het tijdstip waarop de maan een volgend teken binnengaat. Tevens staat hier het tijdstip vermeld waarop de maan afhoudend wordt.

In het lichtblauw wordt vervolgens met de tijdstippen en positie in het dierenriemteken de vermelding van de vier maanfasen aangegeven: nieuwe maan, eerste kwartier, volle maan en laatste kwartier.

Links of rechts onder in het dagvak staat de maanfase visueel weergegeven. Als de ronde kant aan de rechterkant van de maan staat, dan is het wassende maan. Dit is vanaf nieuwe maan tot de

J A A R O V E R Z I C H T										2 0 1 8									
januari					februari					maart									
Wk	1	2	3	4	5	5	6	7	8	9	9	10	11	12	13	Wk			
Ma	①	8	15	22	29		5	12	19	26		5	12	19	26	Ma			
Di	2	9	16	23	30		6	13	20	27		6	13	20	27	Di			
Wo	3	10	17	24	31		7	14	21	28		7	14	21	28	Wo			
Do	4	11	18	25		1	8	15	22		1	8	15	22	29	Do			
Vr	5	12	19	26		2	9	16	23		2	9	16	23	30	Vr			
Za	6	13	20	27		3	10	17	24		3	10	17	24	31	Za			
Zo	7	14	21	28		4	11	18	25		4	11	18	25		Zo			
april					mei					juni									
Wk	13	14	15	16	17	18	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26	Wk		
Ma	②	9	16	23	30			7	14	②1	28		4	11	18	25	Ma		
Di	3	10	17	24		1	8	15	22	29		5	12	19	26		Di		
Wo	4	11	18	25		2	9	16	23	30		6	13	20	27		Wo		
Do	5	12	19	26		3	⑩	17	24	31		7	14	21	28		Do		
Vr	6	13	20	②7		4	11	18	25		1	8	15	22	29		Vr		
Za	7	14	21	28		5	12	19	26		2	9	16	23	30		Za		
Zo	①	8	15	22	29		6	13	②0	27		3	10	17	24		Zo		
juli					augustus					september									
Wk	26	27	28	29	30	31	31	32	33	34	35	35	36	37	38	39	Wk		
Ma	2	9	16	23	30			6	13	20	27		3	10	17	24	Ma		
Di	3	10	17	24	31			7	14	21	28		4	11	18	25	Di		
Wo	4	11	18	25		1	8	15	22	29		5	12	19	26		Wo		
Do	5	12	19	26		2	9	16	23	30		6	13	20	27		Do		
Vr	6	13	20	27		3	10	17	24	31		7	14	21	28		Vr		
Za	7	14	21	28		4	11	18	25		1	8	15	22	29		Za		
Zo	1	8	15	22	29		5	12	19	26		2	9	16	23	30	Zo		
oktober					november					december									
Wk	40	41	42	43	44	44	45	46	47	48	48	49	50	51	52	1	Wk		
Ma	1	8	15	22	29		5	12	19	26		3	10	17	24	31	Ma		
Di	2	9	16	23	30		6	13	20	27		4	11	18	②5		Di		
Wo	3	10	17	24	31		7	14	21	28		5	12	19	②6		Wo		
Do	4	11	18	25		1	8	15	22	29		6	13	20	27		Do		
Vr	5	12	19	26		2	9	16	23	30		7	14	21	28		Vr		
Za	6	13	20	27		3	10	17	24		1	8	15	22	29		Za		
Zo	7	14	21	28		4	11	18	25		2	9	16	23	30		Zo		

volle maan. Staat de ronde kant aan de linkerkant, dan is het afnemende maan. Dit is vanaf de volle maan tot de nieuwe maan. Verder wordt aan de binnenzijde onderin met pictogrammen veelvoorkomende activiteiten of dagkenmerken aangegeven. Dit betekent dat op de betreffende dag het goed is om deze activiteiten uit te voeren. Op de achterflap van de omslag staat de uitleg van de hier gebruikte symbolen.

De symbolen ☞ ☛ ☞ ☞ geven aanwijzingen welke groenten er gegeten kunnen worden, en voor wat voor soort gewassen het die dag goed is om in de tuin te bewerken.

☞ -Vruchtdagen, extra fruit als tussendoortje of als voorgerecht, ☞ -Worteldagen: wortels, ondergronds groeiende groenten als maaltijd,

☞ -Bloemdagen: groenten als bloemkool, broccoli, Oost-Indische kers in salades,

☞ -Bladgroenten: sla, spinazie, andijvie.

In de tuin worden deze symbolen gebruikt om de planten te verzorgen, te zaaien of te poten; ☞ vruchtdagen: fruit verzorgen en innemen, ☞ worteldagen: wortels en ondergronds groeiende groenten, ☞ bloemdagen: bloemen en groenten als bloemkool en broccoli, ☞ bladgroenten: zoals sla en andijvie.

Alle tijden in de kalender worden aangegeven in MET (Midden Europese Tijd) of in MEZT (Midden Europese Zomertijd).

Verklaring symbolen dierenriemtekens:

♈ Ram	♎ Weegschaal
♉ Stier	♏ Schorpioen
♊ Tweelingen	♐ Boogschutter
♋ Kreeft	♑ Steenbok
♌ Leeuw	♒ Waterman
♍ Maagd	♓ Vissen

Het is natuurlijk ook mogelijk dat je er niets van merkt. Kijk wat jouw ervaring hierin is.

vrijdag

Maan in Waterman ♊ ♁ ♎, afhoudend vanaf 6:24,
om 20:26 in Vissen ♋ ♁ ♎

3

BioRitme

De cycli van het BioRitme

Lichamelijk	rood	23 dagen
Intellect	groen	28 dagen
Emotie	blauw	33 dagen
Intuïtie	oranje	38 dagen
Mentaal	roze	42 dagen
Liefde	lichtblauw	48 dagen
Wilskracht	bruin	53 dagen

De bioritmen zijn geen voorspellingen en zijn voor iedereen verschillend zelfs al ben je op dezelfde dag geboren. Iedereen ervaart de wereld op zijn of haar eigen manier. Het kan meer inzicht geven in je doen en laten, en de periodes aangeven waarin je uitblinkt en periodes waarin alles mis lijkt te gaan. Wanneer je meer vertrouwt bent met je bioritme kun je het schema met de bioritmen naast de maanfasen en de dierenriemtekens houden en eventuele verbanden gaan zien. Hieronder staat meer uitleg over de verschillende fasen van de diverse bioritmen.

Lichamelijk

Er zijn dagen dat je er van bewust bent dat je alles aan kan en je

energie niet op lijkt te kunnen. Op andere dagen kan het zijn dat je 'nog geen zin hebt om op staan'.

Tijdens deze 23-daagse fysieke cyclus kun je voor jezelf nagaan wat je energieke dagen zijn en op welke dagen je beter geen acties kunt inplannen die extra energie vragen. Tijdens de stijgende fase kun je veel aan, rond de zevende dag ligt het hoogtepunt en sta je op de top van je prestaties. Let op: overdrijf niet, dat voorkomt blessures. De kritieke dag is het punt waarop de fase 'negatief' wordt. Je kunt dan uit balans raken, afstanden verkeerd inschatten en misgrijpen. In de negatieve fase wordt alle verbruikte energie tijdens de 'positieve' fase weer aangevuld. Je hebt wat meer rust en ontspanning nodig om je energie weer op te bouwen voor de volgende fase. Rond de achttiende dag zit het bioritme op het dieptepunt en kan het soms nodig zijn een dag rustig aan te doen en niet alles tegelijk te willen doen.

Emotie

Deze cyclus is vergelijkbaar met de fysieke/lichamelijke cyclus. Tijdens de stijgende fase kun je meer open en vrolijker naar buiten toe zijn en vriendelijk naar anderen. De neergaande fase wil niet zeggen dat dit negatief is, maar het kan zijn dat je meer naar binnen gericht bent en daardoor minder acht slaat op je omgeving, en misschien minder vrolijk of vriendelijker bent. Als je hier op een bewustere manier mee omgaat weet je dit. Ga echter niet forceren bij jezelf, glimlach gewoon eens en vertel als het nodig is, dat je gewoon niet in de stemming bent. Iedereen heeft zijn ups en downs. Dat is nodig om je 'accu' weer op te laden. Valt deze fase tijdens de dagen dat de maan in het teken Schorpioen staat dan kan het effect van de dalende fase depressieve gevoelens losmaken. Ga je gevoelens na en luister wat jij en je lichaam graag wil. Na deze fase is er weer een stijgende fase waarin je toe kan passen wat je van jezelf en anderen hebt geleerd.

Intellect

Tijdens de stijgende fase, van de eerste tot de zestiende dag, is het gunstig voor het oppakken en leren van nieuwe vaardigheden en creativiteit. Net zoals lichamelijke inspanning gaat het met studeren. Er zijn dagen dat je alles met gemak opneemt en dagen dat het helemaal niet lukt of waarop je de essentie niet te pakken krijgt. De stijgende fase staat voor vooruitgang en succes en dan werkt je geheugen optimaal.

De dalende fase, de tweede helft van de cyclus, pak je minder snel nieuwe dingen op. Geen nood! Gebruik deze fase voor het herhalen van leerstof, het oefenen van vaardigheden en het uit je hoofd leren van lijstjes, enzovoort.

In de eerste fase heb je veel energie gebruikt wat in de tweede fase weer aangevuld moet worden. Neem vaker een rustpauze en wat meer tijd om over zaken na te denken. De eerste en de zeventiende dag zijn de kritieke dagen. Plan deze dagen in voor onbelangrijke zaken of bereidt je goed voor wanneer je op deze dag wel iets belangrijks moet doen. We kunnen plannen, maar hebben daarmee niet altijd alles onder controle!

Intuïtie

Intuïtie is wat je als baby hebt om je omgeving in dit leven af te tasten. Je 'weet' dat je moet gaan huilen om aan te geven dat je honger hebt, je luiert vies is, je vastgehouden wilt worden en wanneer je je niet lekker voelt. Je voelt het wanneer je ouders in de buurt zijn en je gaat lachen! Je intuïtie kent perioden dat je naar binnengekeerd bent en weinig van je omgeving meekrijgt. Ben je meer afgestemd op je omgeving dan 'voorvoel' je wat wel of niet goed is voor je. Intuïtie kent een cyclus van 38 dagen. Hou voor je zelf een schema bij en leg het naast de cycli van de maanfasen en later die van de verschillende dierenriemtekens.

Bijvoorbeeld: je intuïtie is hoog, de maan staat in het teken Visen en het is nieuwe maan of volle maan. Observeer maandelijks

december - januari

week 1

maandag

☉ ↑ 8:48 ↓ 16:37 ☽ ↑ 2:36 ↓ 13:37

Maan in Weegschaal ♎ ♋ ♏, om 2:24 in Schorpioen ♏ ♏
Oudejaarsavond

3I



dinsdag

☉ ↑ 8:48 ↓ 16:38 ☽ ↑ 3:50 ↓ 14:00

Maan in Schorpioen ♏ ♏ ♏, afhoudend vanaf 23:26
Nieuwjaarsdag

I



woensdag

☉ ↑ 8:48 ↓ 16:39 ☽ ↑ 5:01 ↓ 14:27

Maan in Schorpioen ♏ ♏ ♏, om 10:00 in Boogschutter ♏ ♏ ♏

2



donderdag

☉ ↑ 8:48 ↓ 16:40 ☽ ↑ 6:09 ↓ 14:59

Maan in Boogschutter ♏ ♏ ♏

3



januari

vrijdag

☉ ↑ 8:48 ↓ 16:42 ☽ ↑ 7:13 ↓ 15:37

Maan in Boogschutter ♏ ♏ ♏, afhoudend vanaf 18:41,
om 19:58 in Steenbok ♏ ♏ ♏

4



☉ ↑ 8:47 ↓ 16:43 ☽ ↑ 8:10 ↓ 16:21

Maan in Steenbok ♏ ♏ ♏

zaterdag

5



☉ ↑ 8:47 ↓ 16:44 ☽ ↑ 9:00 ↓ 17:14

Maan in Steenbok ♏ ♏ ♏

Nieuwe maan om 2:29, Zonsverduistering
Driekoningen

zondag

6



Magische momenten in de natuur om je vitaliteit te versterken. Je wervelkolom geeft qi door via je zenuwstelsel en maakt contact met je lichaam en organen. De vierentwintig wervels vallen samen met de vierentwintig zonfestivals in de natuur. Beoefen op 5 januari jieqi-qigong van 16.10 tot 16.35 uur. Begin jieqi-qigong met tien minuten ontspannen zitten. Richt dan je aandacht op wervel L4 die de spieren van de onderrug, prostaat en heupzenuw beïnvloedt. Etherische basilicumolie bevordert ontspanning en verhelpt mentale vermoeidheid. Tot de volgende jieqi-qigong kun je dagelijks deze meditatie doen.

januari

week 2

maandag

7

☉ ↑ 8:47 ↓ 16:45 ☾ ↑ 9:41 ↓ 18:12

Maan in Steenbok ♑ ♋, afhoudend vanaf 7:20,
om 7:47 in Waterman ♒ ♏

dinsdag

8

☉ ↑ 8:46 ↓ 16:47 ☾ ↑ 10:14 ↓ 19:14

Maan in Waterman ♒ ♏, afhoudend vanaf 10:44



woensdag

9

☉ ↑ 8:46 ↓ 16:48 ☾ ↑ 10:42 ↓ 20:18

Maan in Waterman ♒ ♏, om 20:45 in Vissen ♓ ♈
Apogeum 5:30 406.114 km

donderdag

10

☉ ↑ 8:45 ↓ 16:50 ☾ ↑ 11:06 ↓ 21:24

Maan in Vissen ♓ ♈



januari

vrijdag

11

☉ ↑ 8:44 ↓ 16:51 ☾ ↑ 11:27 ↓ 22:29

Maan in Vissen ♓ ♈, afhoudend vanaf 15:25



zaterdag

12

☉ ↑ 8:44 ↓ 16:52 ☾ ↑ 11:46 ↓ 23:36

Maan in Vissen ♓ ♈, om 9:19 in Ram ♈ ♉



zondag

13

☉ ↑ 8:43 ↓ 16:54 ☾ ↑ 12:05 ↓ -:-

Maan in Ram ♈ ♉



In de week van de wassende maan is er een vroeg lentegevoel. Ga zorgvuldig om met je energie voor een gezond en langer leven. Voeding wat je een 'zwaar' gevoel geeft, zijn te veel zoetigheden, alcohol en gefrituurd voedsel (de vastendagen worden aangegeven met het symbool (X)). De dertien dagen van de nieuwe maan dit jaar kun je goed gebruiken als regelmatig terugkerende vastendag. Gunstig om je lichaam te detoxen. Plan elke nieuwe maan een dag met simpele maaltijden in: sappen, soepen en kruidenthee. Andijvie is een groente die ontgiftend werkt en ook te gebruiken is in een smoothie.

JANUARI		2 0 1 9	FEBRUARI
Di 1	Nieuwjaarsdag	1	Vr 1
Wo 2			Za 2
Do 3			Zo 3 Carnaval
Vr 4		6	Ma 4 Carnaval
Za 5			Di 5 Carnaval
Zo 6	2		Wo 6
Ma 7			Do 7
Di 8			Vr 8
Wo 9			Za 9
Do 10		7	Zo 10
Vr 11			Ma 11
Za 12			Di 12
Zo 13	3		Wo 13
Ma 14			Do 14
Di 15			Vr 15
Wo 16			Za 16
Do 17		8	Zo 17
Vr 18			Ma 18
Za 19			Di 19
Zo 20	4		Wo 20
Ma 21			Do 21
Di 22			Vr 22
Wo 23			Za 23
Do 24		9	Zo 24
Vr 25			Ma 25
Za 26			Di 26
Zo 27	5		Wo 27
Ma 28			Do 28
Di 29			
Wo 30			
Do 31			

MAART		2 0 1 9	APRIL
Vr 1		14	Ma 1
Za 2			Di 2
Zo 3			Wo 3
Ma 4	10		Do 4
Di 5			Vr 5
Wo 6			Za 6
Do 7		15	Zo 7
Vr 8			Ma 8
Za 9			Di 9
Zo 10	11		Wo 10
Ma 11			Do 11
Di 12			Vr 12
Wo 13			Za 13
Do 14		16	Zo 14
Vr 15			Ma 15
Za 16			Di 16
Zo 17	12		Wo 17
Ma 18			Do 18
Di 19			Vr 19 Goede vrijdag
Wo 20			Za 20
Do 21		17	Zo 21 1e Paasdag
Vr 22			Ma 22 2e Paasdag
Za 23			Di 23
Zo 24	13		Wo 24
Ma 25			Do 25
Di 26			Vr 26
Wo 27			Za 27 Koningsdag NL
Do 28		18	Zo 28
Vr 29			Ma 29
Za 30			Di 30
Zo 31			

notities :

notities :

notities :

**Van dezelfde auteur:
Marjanne Hess-van Klaveren
Maankalender 2019**



Maanscheurkalender met per dag een uitgebreide tekst en uitleg over de invloed van de maan op je dagelijkse leven.

**Maanscheurkalender / € 15,95 / isbn 978-94-6331-810-5
www.hajefa.nl**

De pictogrammen geven aan dat het een goede dag is:

 om het onkruid te wieden,
schoffelen of te spitten.

 om schoon te maken.

 om te planten.

 om te wassen.

 om een feest te organiseren.

 om aandacht aan je
relaties te geven.

 om geldzaken te regelen.

 om nagels te knippen.

 om te vasten (niet snoepen).

 voor huidverzorging.

 om het gras te maaien.

 voor massage.

 om op die dag extra
water te drinken.

 voor meditatie.

 om binnen de planten
water te geven.

 om haren te knippen.

 om in te maken.

 Dit pictogram geeft aan dat die dag er een
verhoogde kans op hoofdpijn is.

 Dit pictogram geeft aan dat er die dag
kans op een weersverandering is.

ONTWAKEN IN HET MAANLICHT



Hajefa
uitgeverij