



# MONDKALENDER

im AUGUST

☾ **1. August DO.** Zwillinge  
Schultern, Arme • Blüte • Fett

Die spezielle Energie der Zwillinge für Bewegung nutzen, etwa locker und schwungvoll die Arme kreisen.

☾ **2. August FR.** Krebs  
Brustbereich, Lunge • Blatt • Kohlenhydrate

Tief durchatmen und unter freiem Himmel neue Energie tanken – an Krebs-Tagen ist das besonders hilfreich, gerade auch das intensive Ausatmen.

☾ **3. August SA.** Krebs

Wäsche wird bei abnehmendem Mond sauberer, und man braucht viel weniger Waschmittel.

**4. August SO.** Löwe  
Herz, Kreislauf • Frucht • Eiweiß  
Neumond 12.12 Uhr

Gute Vorsätze werden oft nach kurzer Zeit über Bord geworfen. Zum richtigen Zeitpunkt an Neumond könnte es aber klappen.

☾ **5. August MO.** Löwe  
Löwe im August – das sind Tage mit der höchsten Sonnenbrandgefahr. Schatten ist der beste Schutz.

☾ **6. August DI.** Jungfrau  
Verdauungsorgane • Wurzel • Salz  
Wer zur unterstützenden Rheumabehandlung Farne verwendet, sollte sie bei zunehmendem Mond an Erdtagen (Stier, Jungfrau, Steinbock) ernten.

☾ **7. August MI.** Jungfrau  
Ein guter Tag, um Rhabarber zu versetzen oder zu vermehren (am besten durch Teilen).

☾ **8. August DO.** Jungfrau  
Vorsicht bei Grillfesten: An Jungfrau sind die Verdauungsorgane noch empfindlicher.

☾ **9. August FR.** Waage  
Hüftbereich • Blüte • Fett

Radfahren kräftigt Hüften und angeschlagene Knie, besonders an Waage-Tagen.

☾ **10. August SA.** Waage  
An Waage-Tagen ist man oft lichtempfindlich. Achtung! Johanniskrauttee macht noch empfindlicher.

☾ **11. August SO.** Skorpion  
Geschlechtsorgane • Blatt • Kohlenhydrate

Speziell an Skorpion nasse Badesachen gleich wechseln, um Blasenentzündungen zu vermeiden.

☾ **12. August MO.** Skorpion  
Feuchte Schmutzwäsche wird schnell modrig, besonders an Wassertagen (Krebs, Skorpion, Fische) im zunehmenden Mond.

☾ **13. August DI.** Skorpion  
Ab morgen zwei Obsttage einzulegen wäre optimal. Der Körper kann sich gut regenerieren.

☾ **14. August MI.** Schütze  
Oberschenkel, Venen • Frucht • Eiweiß  
Heute und morgen verarbeitetes Obst schmeckt besonders aromatisch – ist aber nicht so lang haltbar.

☾ **15. August DO.** Schütze  
Buschbohnen einmal an einem Fruchttag wie heute (Widder, Löwe, Schütze) und gleich darauf an einem Blatttag (Krebs, Skorpion, Fische) ernten und den Unterschied schmecken!

☾ **16. August FR.** Steinbock  
Knie • Wurzel • Salz  
Geschwächte Zimmerpflanzen nach dem Urlaub an Blatttagen und zwischendurch einmal an Wurzeltagen gießen.

☾ **17. August SA.** Steinbock  
Kleidung heute nicht in die chemische Reinigung bringen, schon gar nicht schwarz gefärbte. Sie spiegelt hinterher.

☾ **18. August SO.** Wassermann  
Unterschenkel, Venen • Blüte • Fett

Wassermann ist ein idealer Tag, um hartnäckiges Unkraut loszuwerden. Aufhacken und einfach erst einmal liegen lassen.

**19. August MO.** Wassermann  
Vollmond 19.24 Uhr

Stadtbummel, Wanderungen und dergleichen könnten heute anstrengender sein als sonst, weil Wassermann die Unterschenkel „regiert“.

☾ **20. August DI.** Fische  
Füße • Blatt • Kohlenhydrate

Ein geeigneter Tag fürs Waschen der Vorhänge. Es geht leichter von der Hand.

☾ **21. August MI.** Fische  
Wer seinen Rasen von Moos befreien will, für den ist heute ein guter Zeitpunkt.

☾ **22. August DO.** Fische  
Ohren- und Nasenhaare sollte man an Fische-Tagen schneiden, weil sie dann dünner werden.

☾ **23. August FR.** Widder  
Kopfbereich • Frucht • Eiweiß  
An Widder-Tagen alle Vorhaben langsam und überlegt angehen und keine vorschnellen Entscheidungen treffen.

☾ **24. August SA.** Widder  
Geerntetes lagern? Günstig bei abnehmendem Mond, vor allem in Widder, Löwe und Schütze.

☾ **25. August SO.** Stier  
Kiefer, Halsbereich • Wurzel • Salz  
Heute den Wintervorrat für Salbeitee anlegen. Er leistet später gute Dienste bei Halsschmerzen.

☾ **26. August MO.** Stier  
Ein idealer Tag für Renovierungsarbeiten aller Art, besonders wenn man Naturfarben und biologische Materialien verwendet.

☾ **27. August DI.** Zwillinge  
Schultern, Arme • Blüte • Fett

Das Zurückschneiden welker Blumen im Garten gibt fast jeder Blütenpracht neuen Schwung und bremst den Übergang zur Fruchtbildung.

☾ **28. August MI.** Zwillinge  
Hackschnitzel und Pellets einlagern wäre optimal bei abnehmendem Mond, damit alles trocken bleibt oder nachtrocknet.

☾ **29. August DO.** Krebs  
Brustbereich, Lunge • Blatt • Kohlenhydrate

Die Krebs-Energie mit ihrem Einfluss auf die Lungen fördert Atemübungen, ideal bei einem Waldspaziergang.

☾ **30. August FR.** Krebs  
Nur an Blatttagen die Wiese mähen – so verwandelt sie sich langsam in ein Blumen- und Kräuterparadies.

☾ **31. August SA.** Löwe  
Herz, Kreislauf • Frucht • Eiweiß  
Löwe ist immer für einen Friseurbesuch bestens geeignet.

## 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](http://paungger-poppe.net) Fragen zum Mondkalender? E-Mail an [vrz@aon.at](mailto:vrz@aon.at)

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

Mondkalender zum Ausdrucken: [servus.com/mondkalender](http://servus.com/mondkalender). Holen Sie sich die Servus-Mondpost, den Newsletter mit wertvollem Mond-Wissen. Alle Infos unter [servus.com/mondpst](http://servus.com/mondpst)