



Le tarena de la CAPL



TENUARE - JANVIER 2026

CHAMBRE DE L'AGRICULTURE
ET DE LA PÊCHE LAGUNAIRE
DE LA POLYNÉSIE FRANÇAISE

| MONIRĒ LUNDI | MAHANA PITI MARDI | MAHANA TORU MERCREDI | MAHANA MAHA JEUDI | MAHANA PAE VENDREDI | MAHANA MĀ'A SAMEDI | TĀPATI DIMANCHE |
|--------------------|----------------------|-------------------------|----------------------|------------------------|-----------------------|--------------------|
| | | | X 1 HUA | 2 MĀITU | 3 HOTU | 4 MĀRĀI |
| 5 TURU | 6 RA'AU MUA | 7 RA'AU ROTO | 8 RA'AU MURI | 9 ÒRE'ÒRE MUA | 10 'ÒRE'ÒRE ROTO | 11 ÒRE'ÒRE MURI |
| 12 TAAROA MUA | 13 TAAROA ROTO | 14 TAAROA MURI | 15 TĀNE | 16 RO'O NUI | 17 RO'O MAURI | 18 MUTU |
| 19 TIREO | 20 HIRO HITI | 21 HOĀTA | 22 HĀMIAMIA MUA | 23 HĀMIAMIA ROTO | 24 HĀMIAMIA MURI | 25 'ÒRE'ÒRE MUA |
| 26 ÒRE'ÒRE ROTO | 27 TAMATEA | 28 HUNA | 29 RAPU | 30 MAHARU | 31 HUA | |

Sources: CAPL - Tarena la ora te natura - Astro seek



Les données sont basées sur le Tarena Polynésien et la biodynamie occidentale - Scientifiquement, il n'y a pas de preuve que la Lune ait des effets sur la pêche et l'agriculture. Ce sont des informations issues des pratiques ancestrales. La météo du jour reste l'élément clé.

RYTHME SIDERAL

On se concentre sur les **fruits et légumes fruits**



On se concentre sur les **fleurs**



On se concentre sur les **légumes racines**



On se concentre sur les **légumes feuilles**



RYTHME SYNODIQUE + RYTHME TROPIQUE

- ↗ **Lune décroissante et montante:** Faire la taille de formation, planter des arbres, récolter les plantes à sécher
- ↘ **Lune décroissante et descendante:** Faire la taille d'entretien, repiquer, récolter les racines et les fruits fragiles, fertiliser et amender, tondre l'herbe pour une repousse lente, éliminer les mauvaises herbes, travailler les sols légers
- ↙ **Lune croissante et montante:** Greffer, composter, faire les semis, pailler pour la matière organique, tondre l'herbe, travailler un sol lourd
- ↙ **Lune croissante et descendante:** Bouturer, repiquer, planter les arbres, pailler pour aérer, récolter les semences, appliquer un engrais foliaire
- ✗ **Noeud lunaire - Périgée - Apogée :** EVITEZ LE FAAAPU
- **Pleine lune :** Semer ou repiquer les légumes racines - - récolter les herbes médicinales
- **Nouvelle lune:** Semer ou repiquer les légumes feuilles

TARENA POLYNESIEN

| | |
|-----------------------------|--|
| RA'AU ROTO | Pas de pêche - planter ce qui est comestible |
| RA'AU MURI | Pose du filet avant le coucher de soleil - Ouverture vers la terre |
| ÒRE'ÒRE MUA | Pêche difficile - Filets profonds lorsque le soleil descend ouvert vers la plage - Planter des bananiers "puroini" |
| ÒRE'ÒRE ROTO | Pêche difficile - mu au filet |
| ÒRE'ÒRE MURI | Pas de pêche |
| TA'AROA MUA et TA'AROA ROTO | Poissons à long bec - Filets vers la terre encombrés de araoe |
| TAAROA MURI | Poissonneux |
| TĀNE | Poissonneux - Planter des patates douces (umara) ou des tubercules |
| RO'O NUI et RO'O MAURI | Pêche abondante - Filet vers la plage |
| MUTU | Pas de pêche |
| TIREO | Pêche abondante - Filet vers la plage - Planter l'ananas et le manioc - Bonne germination des semis |
| HIRO HITI | Pêche abondante - Hameçon en ligne - Planter le umara et le ufi |
| HOĀTA et HĀMIAMIA MUA | Pêcher à la lueur des torches de ni'au |

| | |
|---------------|---|
| HĀMIAMIA ROTO | Pêcher à la lueur des torches de ni'au : uhu et des tarao - Sur les récifs : langoustes et des 'oiro |
| HĀMIAMIA MURI | Pêcher avec des torches depuis la pirogue - Dans les chenaux des récifs mu, vete et ume |
| ÒRE'ÒRE MUA | Pas de pêche |
| ÒRE'ÒRE ROTO | Pas de pêche |
| TAMATEA | to'a'u , taea, maene, 'auhopu... se dirigent vers les bancs de sable - Filet vers la terre au coucher de soleil |
| HUNA | Pas de pêche |
| RAPU | Pêche difficile - Présence de maene - Filet vers la terre au coucher de soleil |
| MAHARU | Pas de pêche |
| HUA | Pêche abondante - Présence de mu'u et tuhara - Filet vers la plage |
| MĀITU | Présence de maito, 'turi', para'l, ôrare, tiatau au filet - Planter des potirons à l'aube |
| HOTU | Filet vers la plage |
| MĀRĀI | Pêche difficile - Planter des fruits et légumes comestibles |
| TURU | Pas de pêche - Tout planter en particulier les bananiers, les fei et les cocotiers |
| ARA'AU MUA | Pêche difficile - Présence de 'ihi - Filet vers la plage |