



# Le tarena de la CAPL



## NOVEMA - NOVEMBRE 2026

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

Sources: CAPL - Tarena la ora te natura - Astro seek - Kalendrier - Application "Phases de la lune" M2Catalyst

### RYTHME SYNODIQUE + RYTHME TROPIQUE



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**



- 🌙 ↗ **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
- 🌕 **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
TAAROA MUA et TAAROA 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
HOÀTA et HÀMIAMA MUA	Pêcher à la lueur des torches de ni'a

HÀMIAMA ROTO	Pêcher à la lueur des torches de ni'a : uhu et des tarao - Sur les récifs : langoustes et des 'oiro
HÀMIAMA 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'aou , 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
RA'AU MUA	Pêche difficile - Présence de 'ihi - Filet vers la plage