



Le tarena de la CAPL



TITEMA - DECEMBRE 2026

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

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

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 araœ
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 HĀMIAMA MUA	Pêcher à la lueur des torches de ni'au

HĀMIAMA ROTO	Pêcher à la lueur des torches de ni'au : uhu et des tarao - Sur les récifs : langoustes et des 'oïro
HĀMIAMA 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'au , taea, maene, 'auhupu... 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'i, ôrare, tiātao au filet - Planter des potirons à l'aube
HOTU	Filet vers la plage
MĀRAÏ	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