

dōTERRA[®]

Collection Les solutions de la nature



Utiliser les huiles essentielles, c'est facile comme tout.



Prenez le temps de respirer. | A

Essayez d'abord la **menthe poivrée** en utilisation aromatique. Versez une goutte dans vos paumes, puis frottez vos mains ensemble et placez-les autour de votre nez. Respirez profondément.



Dégustez. | I

Ensuite, essayez l'huile essentielle de **citron** en usage interne. Versez une goutte dans un verre d'eau pour obtenir une boisson rafraîchissante.



Massez. | T

Appliquez maintenant la **Deep Blue® Rub Lotion** sur votre peau. Versez une goutte dans vos paumes, frottez-les ensemble et massez votre cou et vos épaules. Comment vous sentez-vous?

Il est important d'utiliser vos nouvelles huiles essentielles de façon sécuritaire. Balayez les codes QR de cette brochure pour apprendre à utiliser correctement les huiles essentielles à la maison.

MÉTHODES
D'UTILISATION



Utilisation aromatique |



Application topique |



Usage interne

Bienvenu à une vie remplie des **solutions de la nature.**

Il n'aura jamais été aussi facile de transformer votre esprit, votre corps et votre maison qu'avec nos huiles essentielles et produits dérivés. Soyez assuré que les produits dōTERRA® sont toujours :

- 💧 purs et obtenus de façon éthique;
- 💧 puissants et efficaces;
- 💧 sécuritaires pour toute la famille.



Menthe poivrée* | 15 ml

Apaise l'estomac, soulage les douleurs musculaires et soulage les rhumes

- A** Verser quelques gouttes sur le plancher de la douche
- I** Ajouter une goutte au thé
- T** Masser les tempes



Citron | 15 ml

Nettoie les surfaces, ajoute de la saveur et diffuse un arôme stimulant

- A** À diffuser le matin
- I** Ajouter une goutte à un verre d'eau
- T** Appliquer sur les résidus tenaces et essuyer



Deep Blue® Rub Lotion

Apaise, rafraîchit la peau et procure un arôme revigorant

- T** Masser sur le bas du dos
- T** Appliquer avant ou après un entraînement
- T** Frotter sur le cou après une longue journée de travail

*NPN 80061370 (Menthe poivrée)

Pour avoir des idées, des conseils et des directives sur l'utilisation de vos nouveaux produits, rendez-vous au dotterra.com/CA/fr/natures-solutions



Il existe d'innombrables façons d'utiliser vos nouvelles huiles. **Voici quelques idées.**



Lavande* | 15 ml

Détend les tensions, apaise la peau, favorise un environnement calme

- A** Mettre une goutte sur l'oreiller
- I** Ajouter à une tisane avant le coucher
- T** Appliquer sur la peau



Encens | 15 ml

Embellit la peau, nettoie les surfaces et libère un arôme paisible

- A** Diffuser en travaillant ou en étudiant
- A** Ajouter à un bain chaud
- T** Mélanger avec un hydratant



Arbre à thé* | 15 ml

Nettoie les surfaces, rafraîchit l'air et revitalise la peau

- A** Diffuser dans les pièces étouffantes
- T** Appliquer sur la peau après le rasage
- T** Masser sur le cuir chevelu ou les ongles



Orange sauvage | 15 ml

Arôme vivifiant, goût sucré, environnement énergisant

- A** Diffuser pour favoriser un environnement vivifiant.
- I** Verser une goutte dans un verre d'eau.
- T** Utiliser comme nettoyant pour les surfaces.



Easy Air® | 15 ml

Diffuse un arôme frais, favorise la vitalité et revigore les sens

- A** Diffuser en hiver
- A** Ajouter à de l'eau chaude et inhaler la vapeur
- T** Masser sur la poitrine ou le dos



ZenGest® | 15 ml

Sensation apaisante, goût sucré et arôme reposant

- A** Diffuser pendant les déplacements en voiture
- I** Ajouter à de l'eau après un repas copieux
- T** Masser sur le ventre

*NPN 80061038 (Lavande), 80060950 (Arbre à thé)

MÉTHODES D'UTILISATION

A Utilisation aromatique | **T** Application topique | **I** Usage interne

Choisir le bien-être avec des essentiels quotidiens.



Balance® | 15 ml

Favorise un environnement calme et harmonieux et dégage un arôme paisible

- Ⓐ Ajouter à un bain chaud
- Ⓐ Diffuser pendant la méditation
- Ⓣ Masser sur la plante des pieds



dōTERRA Serenity® | 15 ml

Apaise l'esprit, favorise un environnement calme, procure une sensation de confort et dégage un arôme calme

- Ⓐ Diffuser pendant la nuit
- Ⓣ Ajouter à un bain du soir
- Ⓣ Masser sur la plante des pieds



AromaTouch® | 15 ml

Arôme réconfortant, parfum inspirant la détente, environnement digne d'un spa

- Ⓣ Appliquer sur le cou et les épaules.
- Ⓣ Ajouter à un massage réconfortant.
- Ⓣ Combiner à du sel d'Epsom dans un bain relaxant.



Gaulthérie couchée | 15 ml

Arôme revigorant, sensation rafraîchissante, environnement paisible

- Ⓐ Diffuser pour dégager un arôme énergisant.
- Ⓣ Appliquer sur les jambes après une séance d'entraînement.
- Ⓣ Intégrer à un massage apaisant.



Huile de noix de coco fractionnée

Huile de support absorbante, douce et hydratante

- Utilisez pour diluer les huiles essentielles avant de les appliquer sur une peau jeune ou sensible



Diffuseur Laluz™

Élégant diffuseur d'huiles essentielles

- Creez l'environnement aromatique qui vous plait au bureau et à la maison

Transformez votre maison avec des produits d'origine naturel et non synthétique.



On Guard® | 15 ml

Nettoie les surfaces, ajoute une saveur énergisante et dégage un arôme épicé

- A Diffuser en automne et en hiver
- I Ajouter à de l'eau chaude et du miel
- T Masser sur la plante des pieds



Mousse nettoyante pour les mains On Guard®

Nettoyant pour les mains aux huiles essentielles convenant à tous les types de peau

- Faire mousser le nettoyant pour les mains avec de l'eau tiède et bien rincer

Vaporisateur On Guard™

Vaporisateur de voyage pour nettoyer les surfaces

- À utiliser pour nettoyer les mains ou les surfaces pendant les déplacements



Bain de bouche On Guard™

Ce bain de bouche sans alcool nettoie vos dents et vos gencives, rafraîchit votre haleine et éclairecit votre sourire

- Le matin et le soir ou après les repas, gargarisez avec une petite quantité dans la bouche pendant 60 secondes maximum



Dentifrice blanchissant On Guard™

Dentifrice aux huiles essentielles sans fluor

- Utiliser pendant la routine quotidienne de soins dentaires pour réduire la plaque, rafraîchir l'haleine et blanchir les dents



ZenGest® TerraZyme®*

Mélange exclusif d'enzymes qui facilite la digestion des protéines et des glucides

- Prendre une capsule avec les repas composés d'aliments frais et crus, ou deux à trois capsules avec des repas qui contiennent des aliments très transformés



Crème pour les mains et le corps dōTERRA® SPA

Une lotion sans parfum pour hydrater la peau tout

- Appliquer sur les mains et le corps pour soulager la sécheresse, et mélanger avec un arôme d'huile essentielle de choix pour une expérience aromatique personnalisée



Correct-X®

Onguent polyvalent d'origine naturelle pour nettoyer et apaiser la peau

- Appliquer directement sur les zones désirées, au besoin.

*NPN 80077027 (TerraZyme)

dōTERRA Lifelong Vitality® Convenience Pack: **des produits pour une apparence jeune et une vie active, plus longtemps**

Ces suppléments vous apportent une nutrition optimale pour garantir une énergie constante, maintenir une bonne santé et assurer votre bien-être général.



Microplex VMz®*

Formule nutritive à base de vitamines et de minéraux

Soutient:

- Un métabolisme sain
- Une bonne fonction immunitaire
- L'énergie cellulaire



xEO Mega®*

Acides gras essentiels et antioxydants

Soutient:

- Le bon fonctionnement du cerveau
- La santé cardiovasculaire
- La santé des os et des dents



Alpha CRS+®*

Formule exclusive aux extraits botaniques d'origine naturelle

Soutient:

- Une fonction hépatique normale
- La santé cellulaire
- Une bonne digestion

*NPN 80075879 (Microplex VMz), *NPN 80074456 (xEO Mega), *NPN 80082975 (Alpha CRS+)



Vos achats **changent des vies.**

La mission de dōTERRA est de changer le monde, une goutte à la fois. Lorsque vous achetez des produits dōTERRA, vous soutenez des pratiques d'approvisionnement durables qui aident des communautés partout dans le monde.

Utilisez le code QR de cette brochure pour découvrir comment recevoir des produits dōTERRA gratuits chaque mois et favoriser votre bien-être.

dōTERRA®

© 2021 dōTERRA Holdings, LLC. Sauf en cas d'indication contraire, tous les mots suivis du symbole de marque de commerce et de marque déposée sont des marques de commerce et des marques déposées de dōTERRA Holdings, LLC.

v1

60217286

