

dōTERRA[®]

LISTE DE DÉCLARATIONS APPROUVÉES AU CANADA

Arborvitae

- **T** Agent nettoyant puissant pour la peau.
- **T** Appliquer aux poignets et aux chevilles en randonnée.
- **T** Ajouter quelques gouttes à un flacon vaporisateur avec de l'eau et vaporiser sur vos mains.
- **A** **T** Créez votre propre eau de cologne avec du Bois de Santal, de l'Arborvitae et de l'Encens.
- **A** Diffuser dans l'air.
- **A** Diffuser pour un arôme équilibrant.

AromaTouch®

- **T** Ajoute une expérience aromatique à un massage apaisant.
- **T** AromaTouch est utilisé dans la Technique AromaTouch® en combinaison avec sept autres huiles.
- **A** **T** Ajouter à des sels d'Epsom et profiter d'un bain chaud.
- **T** Donner un massage de main à votre bien-aimé en utilisant la Technique AromaTouch pour les mains et la mélange d'huiles essentielles d'Aroma Touch.
- **A** Diffuser pour créer un environnement de spa.
- **A** Utiliser pour un arôme détendant.

Balance™

- **T** Commencer votre journée en mettant Balance sur la plante de vos pieds.
- **A** **T** Intégrer ce mélange à votre routine du coucher.
- **A** **T** Utiliser avant l'heure du coucher en pensant des pensées positives pour promouvoir des rêves calmes.
- **A** **T** Ajouter aux sels d'Epsom pour un bain réconfortant.
- **T** Balance est un bon mélange d'huiles

essentielles à utiliser pendant un massage AromaTouch pour les mains.

- **T** Appliquer Balance à vos poignets ou votre cou.
- **A** Pour une expérience équilibrée, respirer ce mélange profondément.

Basilic

- **I** Ajouter à vos plats Italiens préférés pour un goût rafraîchissant.
- **T** Appliquer sur la peau lorsqu'il fait chaud.
- **A** Diffuser pendant les études et la lecture.
- **A** Diffuser à la fin de votre journée au travail.
- **A** Mélanger avec de la Lime, de la Bergamote, et/ou de la Menthe Poivrée pour un arôme revigorant.

Bergamote

- **A** **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les maux de têtes*.
- **A** **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les rhumes et les toux*.
- **A** Utilisé en tant que carminatif ou antispasmodique pour un soulagement symptomatique des troubles digestifs*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulagement symptomatique d'acné, des furoncles, d'eczéma et de dermatite*.
- **T** Utilisé pour soulager des irritations mineures de la peau*.
- **T** Utilisé pour soulager des coupures*.
- **T** Appliquez pour soulager des contusions*.
- **T** Utilisé pour soulager des brûlures*.
- **I** Changer votre thé ordinaire à un thé Earl Grey avec l'ajout de Bergamote.
- **T** Utilisé fréquemment pour ajouter au technique de massage.
- **A** **T** Appliquer sur la peau pendant la douche et inhaler profondément pour profiter de ses avantages purifiants pour la peau.

MÉTHODE D'APPLICATION **A** Peut être utilisé de façon aromatique **T** Peut être utilisé de manière locale sur la peau **I** Peut être absorbées de manière interne

- **T** Appliquer aux pieds avant l'heure du coucher.
- **T** Ajouter 1-2 gouttes à votre prochain démaquillant fait maison.
- **A** **T** Se mélange bien avec la Lavande, le Pathcouli, la Lime, et l'Arborvitae.
- **A** Diffuser dans la salle de classe, au travail, ou à la maison.
- **A** Diffuser avant une grande présentation ou discours.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Bergamote NPN80060980

Poivre Noir

- **I** Ajouter à la viande, la soupe, les entrées, et les salades pour améliorer le goût et aider la digestion.
- **T** Appliquer à la plante des pieds après une longue sieste.
- **A** Diffuser pour un arôme stimulant.

Cardamome

- **A** Utilisé en Aromathérapie en tant que carminatif et antispasmodique pour un soulagement symptomatique des troubles digestifs*.
- **A** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les rhumes et toux*.
- **I** Une épice savoureuse pour la cuisine et la cuisson pour un goût de l'Inde.
- **I** Prendre une ou deux gouttes après avoir pris des excès au dîner.
- **A** **T** Se mélange bien avec la Lavande et le Clou de Girofle.
- **T** Délivre une sensation rafraîchissante sur la peau.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Cardamome NPN80060953

Cassia

- **I** Peut être utilisé dans la cuisson soit comme remplacement pour la Cannelle dans les tartes et les pains ou toute seule dans une myriade de plats et de desserts.
- **I** Ajouter une goutte dans votre eau pour soutenir l'hydratation.

- **A** **T** Se mélange bien avec les huiles d'agrumes.
- **T** Masser avec une huile porteuse pour une sensation réchauffante.
- **A** Un arôme réchauffant et inspirant.
- **A** Diffuser avec le Clou de Girofle et le Gingembre pendant l'automne et l'hiver pour un arôme heureux de vacances.

Bois de Cèdre

- **T** Masser une à deux gouttes sur votre poitrine pour votre routine d'entraînement.
- **T** Pendant votre routine du visage, ajouter 1-2 gouttes à votre tonique ou soin hydratant pour ses propriétés clarifiantes.
- **T** Après avoir remarqué une imperfection fraîche de la peau, appliquer une goutte directement à la zone affectée pour améliorer l'apparence immédiatement.
- **A** Diffuser le Bois de Cèdre après une journée difficile.

Coriandre

- **I** Ajouter aux salades, sauces aux pâtes et le guacamole pour un goût distinct de Coriandre.
- **I** Utiliser après avoir pris des excès au dîner.
- **A** Pour un arôme frais, propre et herbacé, diffuser 3-4 gouttes de Coriandre avec l'huile essentielle d'agrumes de votre choix.

Écorce de Cannelle

- **I** Pendant votre routine du coucher ajouter une ou deux gouttes d'Écorce de Cannelle avec deux onces d'eau et gargariser pour un rinçage efficace.
- **I** Ajouter une goutte d'Écorce de Cannelle à de l'eau chaude ou au thé.
- **I** Ajouter à vos recettes préférées au lieu de la Cannelle Moulue pour une saveur délicieusement épicée.
- **T** Pendant les mois d'hiver, diluer l'Écorce de Cannelle avec l'Huile de Noix de Coco Fractionnée pour créer un massage réchauffant.

MÉTHODE D'APPLICATION **A** Peut être utilisé de façon aromatique **T** Peut être utilisé de manière locale sur la peau **I** Peut être absorbées de manière interne

Citrus Bliss®

- **T** Mettre une goutte sur vos poignets et frotter les poignets ensemble pour un joli parfum quotidien.
- **T** Au début de la journée, appliquer une ou deux gouttes de Citrus Bliss à la plante de vos pieds pour vous aider à commencer votre journée.
- **T** Ajouter à une huile porteuse pour un massage des mains.
- **A** Diffuser après une longue journée au travail.
- **A** Ajouter deux à trois gouttes aux feuilles assouplissantes pour ajouter un arôme rafraîchissant à votre lessive.

ClaryCalm® Roll On

- **T** Elle est la meilleure huile pour votre pire semaine.
- **T** Appliquer pour un arôme apaisant.
- **T** Appliquer pour un arôme équilibrant qui aide à votre humeur de rester équilibrée.

Sauge Sclarée

- **T** Utilisé en Aromathérapie en tant que nervin et calmant, un carminatif et antispasmodique pour un soulagement symptomatique des troubles digestifs*
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les rhumes et toux*
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des irritations mineures*
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des coupures*
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des contusions*
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des brûlures*
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager la douleur musculaire et articulaire associé avec l'entorse, la tension et l'arthrite rhumatoïde*
- **A** **T** Mélangez-la avec de la Camomille Romaine et ajouter-la au bain pour une expérience relaxante.
- **T** Appliquer 2 gouttes d'huile essentielle aux plantes de vos pieds et vos points de pulsation.

- **T** Ajouter 3 ou 4 gouttes d'huile essentielle à votre shampooing et revitalisant pour promouvoir les cheveux d'apparence saine.
- **A** Appliquez 2 gouttes d'huile essentielle à votre oreiller avant l'heure du coucher.

*Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Sauge Sclarée NPN80060984

Clou de Girofle

- **I** Ajouter 1 goutte de Clou de Girofle à 2 onces d'eau et gargariser pour un rince-bouche frais.
- **I** Aide à nettoyer les dents et les gencives tout en donnant une haleine fraîche.
- **T** Mélanger avec dōTERRA Hand and Body Lotion pour un massage réchauffant.
- **I** Au cours de votre routine de nuit, ajouter une goutte de Clou de Girofle à votre brosse à dents avant d'appliquer le dentifrice.
- **I** Après votre nettoyage de six mois chez le dentiste, appliquer une goutte de Clou de Girofle à vos dents et à vos gencives.
- **A** Pendant l'automne et l'hiver, diffuser trois gouttes du Clou de Girofle, deux gouttes de Cannelle, et une goutte d'Orange Sauvage pour un arôme épicé et doux.

Coriandre Graine

- **I** Utiliser la Coriandre Graine pendant la cuisson pour une saveur chaleureuse et épicée.
- **A** **T** Se mélange bien avec Smart & Sassy®.
- **T** Mettre sur la peau grasse pour un teint clair.
- **T** Appliquer la Coriandre Graine aux jambes pour votre routine d'entraînement.
- **T** Appliquer à la nuque ou à la plantes des pieds après une journée bien remplie.

Cyprès

- **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les rhumes et toux*
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager la douleur musculaire et articulaire associé avec l'entorse, la tension et l'arthrite rhumatoïde*
- **T** Appliquez du Cyprès à vos pieds et jambes avant une longue course.

MÉTHODE D'APPLICATION **A** Peut être utilisé de façon aromatique **T** Peut être utilisé de manière locale sur la peau **I** Peut être absorbées de manière interne

- **T** Ajouter 1 ou 2 gouttes à votre tonique pour aider à améliorer l'apparence de la peau grasse.
- **T** A des effets nettoyants en application locale sur la peau.
- **A** Diffuser avec l'huile essentielle de Lime pour un parfum rafraîchissant.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Cyprès NPN80060929

Deep Blue®

- **T** Appliquer aux pieds et aux genoux avant et après l'exercice.
- **T** Parfait pour un massage apaisant après une longue journée de ménage.
- **T** Appliquer sur les mains et les pieds après le jardinage.
- **T** Masser Deep Blue sur les muscles du bas du dos après une journée de levage de charges lourdes au travail ou lors d'un déménagement.
- **T** Masser Deep Blue avec quelques gouttes d'une huile porteuse sur les jambes des enfants en pleine croissance avant l'heure du coucher.
- **T** Après de longues heures à l'ordinateur, essayer de masser le mélange d'huile essentielle de Deep Blue sur vos doigts, vos poignets, vos épaules et votre cou.
- **T** Quelques gouttes de mélange d'huile essentielle de Deep Blue diluée dans l'huile de noix de coco fractionnée peut être une partie d'un massage refroidissant et réconfortant.
- **T** Un mélange d'entraînement revigorant. Parfait pour l'utilisation après l'exercice.

Sapin de Douglas

- **T** Nettoyant et purifiant pour la peau.
- **A** **T** Favorise les habitudes d'études équilibrantes.
- **A** Diffuser pendant la saison de vacances pour un arôme boisé naturel.
- **A** Diffuser pour un arôme agréable et édifiant.

Easy Air™

- **A** Diffuser pour une odeur très édifiante et revigorante.
- **A** Diffuser pendant les mois d'hiver pour un

arôme rafraîchissant pendant une journée froide et morne.

Elevation®

- **T** Masser Elevation sur votre cœur, vos tempes, ou vos poignets.
- **A** Avant un entretien, diffuser Elevation.
- **A** Diffuser Elevation le matin avant de réveiller les enfants.

Eucalyptus

- **T** Trouvé dans les rince-bouches et des produits d'hygiène orale pour rafraîchir l'haleine.
- **A** **T** Utiliser durant un massage.
- **T** A des propriétés qui peuvent être bénéfiques pour la peau.
- **A** **T** Placer une ou deux gouttes dans les mains et inhaler profondément.
- **T** Ajouter une goutte à votre crème hydratante et appliquer sur la peau.
- **A** Placer quelques gouttes dans votre douche le matin pour une façon excellente de commencer votre journée.

Fenouil (doux)

- **I** **T** Ayez le Fenouil (doux) disponible après avoir profité d'un grand repas.
- **I** Prendre une goutte de Fenouil (doux) dans l'eau pour un goût doux de réglisse.
- **T** Utiliser avec de l'huile de Noix de Coco Fractionnée durant un massage abdominal.
- **A** Diffuser dans votre maison ou au bureau.

Encens

- **T** Ajouter à la crème hydratante pour réduire l'apparence d'imperfection.
- **T** Lorsque vous voyagez dans un endroit sec, appliquez l'Encens pour maintenir des ongles en pleine santé.
- **T** Après une journée d'activités de plein air, masser l'encens sur les mains et les pieds pour un effet réchauffant.

MÉTHODE D'APPLICATION **A** Peut être utilisé de façon aromatique **T** Peut être utilisé de manière locale sur la peau **I** Peut être absorbées de manière interne

Géranium

- **T** Appliquer directement sur la peau pour ses propriétés embellissantes.
- **A T** Profiter d'une vapeur d'aromathérapie au visage pour embellir la peau.
- **T** Appliquer sur la peau après une douche pour un effet lissant.
- **T** Ajouter quelques gouttes à votre shampooing ou revitalisant pour une lueur saine et éclatante.
- **T** Appliquer sous vos bras après une séance d'entraînement en sueur ou une journée au soleil.
- **T** Placer une goutte dans la paume de vos mains, frotter les mains, et couvrir le nez et la bouche et respirer lentement pour un effet équilibrant.
- **A** Ajouter à votre prochain pot-pourri fait maison.

Gingembre

- **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager la douleur musculaire et articulaire associé avec l'entorse, la tension et l'arthrite rhumatoïde*.
- **I T** Utilisé en Aromathérapie en tant que carminatif et antispasmodique pour un soulagement symptomatique des troubles digestifs*.
- **I T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les rhumes et toux*.
- **I** Bon pour améliorer la saveur de votre dîner.
- **I** Utiliser une goutte à la place du gingembre dans vos recettes préférées.
- **A T** Pendant une longue promenade en voiture le long des routes venteuses, diffuser ou placer une goutte de gingembre dans la paume de votre main et inhaler.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Gingembre NPN80060954

Pamplemousse

- **A** Utilisé en Aromathérapie en tant que nervin et calmant*.
- **T** Ajoutez à la routine quotidienne du visage de votre adolescent pour améliorer l'apparence des imperfections (éviter l'exposition au soleil).
- **A T** Pour un massage apaisant qui laisse un

parfum léger et édifiant, utiliser l'huile essentielle de Pamplemousse.

- **A** Diffuser au bureau pour promouvoir une bonne journée de travail.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Pamplemousse NPN80060966

HD Clean® Roll On

- **T** Nettoie la peau.
- **T** Offre une hydratation optimale pour un niveau d'humidité équilibré.
- **T** Aide à réduire l'apparence d'imperfections.
- **T** Favorise une apparence saine et claire.
- **T** Réduit l'apparence de la peau grasse.

Hélychryse

- **T** Utilisé en Aromathérapie en tant que nervin et calmant*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie en tant que carminatif et antispasmodique pour un soulagement symptomatique des troubles digestifs*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les rhumes et toux*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulagement symptomatique d'acné, et des furoncles*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des irritations mineures*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des coupures*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des contusions*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des brûlures*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulagement symptomatique d'eczéma et de la dermatites*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager la douleur musculaire et articulaire associé avec l'entorse, la tension et l'arthrite rhumatoïde*.
- **T** Appliquer localement pour réduire l'apparence d'imperfections.
- **T** Appliquer sur le visage pour réduire l'apparence des rides et pour favoriser un teint brillant et jeune.

MÉTHODE D'APPLICATION **A** Peut être utilisé de façon aromatique **T** Peut être utilisé de manière locale sur la peau **I** Peut être absorbées de manière interne

- **T** Favorise l'apparence de la peau.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Hélichryse NPN80060963

Immortelle®

- **T** Diminue l'apparence des rides et les ridules.
- **T** Aide à réduire les facteurs qui contribuent à l'apparence de la peau vieillissante.
- **T** Aide à soutenir un teint plus lisse et d'apparence plus jeune.
- **T** Appliquer dans votre routine du visage matin et soir.
- **T** Appliquer localement pour réduire l'apparence des imperfections.
- **T** Appliquer sous vos bras après une séance d'entraînement en sueur ou une journée au soleil.
- **T** Contribue à embellir la peau.
- **T** Un mélange d'huiles puissantes dans chaque goutte.

InTune®

- **T** Appliquer aux tempes et la nuque pour accorder à des tâches qui nécessitent la concentration.
- **T** Appliquer aux poignets ou le revers des mains et inhaler profondément.
- **T** Utiliser au travail pour vous concentrer sur une tâche dans l'après-midi.

Baie de Genévrier

- **I** **T** Utilisé en Aromathérapie en tant que nervin et calmant*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulagement symptomatique d'acné, et des furoncles*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour le soulagement symptomatique d'eczéma et de la dermatites*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des irritations mineures de la peau*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des coupures*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des contusions*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des brûlures*.

- **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager la douleur musculaire et articulaire associé avec l'entorse, la tension et l'arthrite rhumatoïdes*.
- **I** Ajouter une à deux gouttes à votre prochain smoothie vert ou aux fruits.
- **T** Réduit l'apparence des imperfections de la peau.
- **T** Agit comme un agent de nettoyage naturel pour la peau.
- **T** Appliquer une goutte pour favoriser un teint clair et sain.
- **A** Diffuser avec des huiles d'agrumes pour rafraîchir et purifier l'air. Mélanger avec le Pamplemousse, le Bergamote, ou le Cyprès.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Baie de Genévrier NPN80060933

Lavande

- **I** **T** Utilisé en Aromathérapie en tant que nervin et calmant*.
- **I** **T** Utilisé en Aromathérapie pour un carminatif et antispasmodique pour un soulagement symptomatique des troubles digestifs*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulagement symptomatique d'acné et des furoncles*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des irritations mineures*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des coupures*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des brûlures*.
- **I** Utiliser dans la cuisine pour adoucir les goûts d'agrumes et ajouter un coup de saveur aux marinades, aux pâtisseries, et aux desserts.
- **T** Réduit l'apparence des imperfections de la peau.
- **A** **T** Ajouter quelques gouttes de Lavande aux oreillers, aux linges de lit ou à la plante des pieds à l'heure du coucher.
- **A** Rafraîchir votre armoire à linge, matelas, voiture, ou l'air avec une légère brume de Lavande combiné avec l'eau dans un flacon vaporisateur.
- **T** Ajouter à votre eau de bain ou à vos tempes et votre nuques avant le coucher.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Lavande NPN8006138

MÉTHODE D'APPLICATION **A** Peut être utilisé de façon aromatique **T** Peut être utilisé de manière locale sur la peau **I** Peut être absorbées de manière interne

Citron

- **I** **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les rhumes et toux*.
- **T** Nettoie la peau.
- **T** Lavez-vous les mains avec l'huile essentielle de Citron afin d'enlever de la graisse après avoir travaillé sur la voiture.
- **A** Ajouter du Citron à un vaporisateur d'eau et vaporiser l'air pour un parfum frais et propre partout dans votre maison.
- **A** Diffuser pour un arôme agréable et inspirant.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Citron NPN80060961

Lemongrass

- **I** Utiliser pour assaisonner les entrées et les plats de viande.
- **T** Mélanger avec une huile porteuse et masser sur les jambes et les bras après un entraînement intensif.
- **T** Utiliser après une longue course durant votre routine de refroidissement.
- **T** Ajouter à votre nettoyant fait maison afin de tonifier la peau.
- **T** Mélanger avec l'Arbre à Thé et puis appliquer aux ongles de pied pour des ongles propre et sains.
- **A** Diffuser pour un arôme rafraîchissant.
- **A** **T** Se mélange très bien avec le Basilic, la Cardamome, ou la Menthe Verte.

Lime

- **I** **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les rhumes et toux*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulagement symptomatique d'acné, des furoncles, d'eczéma et de la dermatites*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager la douleur musculaire et articulaire associé avec l'entorse, la tension et l'arthrite rhumatoïde*.
- **I** Ajouter une goutte de Lime à votre eau pour une saveur améliorée.
- **I** Ajouter une goutte à votre salsa.
- **I** Remplacer votre boisson sucrée avec une

goutte de Lime et de Citron dans un verre d'eau pour une boisson rafraîchissante.

- **T** Ajouter une goutte à votre nettoyant du visage ou votre shampooing pour ses propriétés nettoyantes supplémentaires.
- **T** Mélanger avec l'Arbre à Thé pour un massage du cuir chevelu apaisant.
- **A** Diffuser pour saturer l'air avec un arôme inspirant.
- **A** Diffuser pendant les études and puis appliquer aux poignets encore pendant l'examen.
- **A** **T** Se mélange très bien avec le Bois de Cèdre, le Poivre Noir, et la Coriandre.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Lime NPN80060938

Marjolaine

- **I** Utiliser l'huile essentielle de Marjolaine dans la prochaine recette qui utilise de la Marjolaine sèche.
- **I** Normalement, une goutte d'huile essentielle égale deux cuillère à table de l'herbe sèche.
- **T** Utiliser pour un massage apaisant.
- **T** Appliquer aux bras et aux jambes avant et après avoir fait de l'exercice.
- **T** Appliquer aux pieds d'un enfant difficile avant une sieste.
- **A** Se mélange très bien avec la Lavande et le Romarin.

Myrrhe

- **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les rhumes et toux*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des irritations mineures*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des coupures*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des contusions*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des brûlures*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulagement symptomatique d'acné, des furoncles, d'eczéma et de la dermatites*.
- **T** Propriétés nettoyantes puissantes, surtout pour la bouche et la gorge.

MÉTHODE D'APPLICATION **A** Peut être utilisé de façon aromatique **T** Peut être utilisé de manière locale sur la peau **I** Peut être absorbées de manière interne

- **T** Ajouter une à deux gouttes au dentifrice pour des avantages nettoyants supplémentaires.
- **T** Mettre une goutte dans deux onces d'eau et gargariser pour un rince-bouche efficace.
- **T** Apaisant à la peau; aide à promouvoir un teint lisse d'apparence jeune.
- **T** Ajouter à votre lotion/crème hydratante pour aider à réduire l'apparence des rides et ridules.
- **T** Ajouter une goutte à votre crème hydratante quotidienne pour aider à promouvoir la peau d'apparence saine.
- **A** Diffuser pour aider à promouvoir la vigilance.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Myrrhe NPN80060962

On Guard®

- **T** Ajouter à de l'eau pour un nettoyant tout usage efficace.
- **A** **T** En plus de son arôme unique, On Guard offre une façon parfumée et naturel de nettoyer votre peau.
- **A** Diffuser pour un parfum propre et attirant.
- **A** Diffuser chez vous pour un arôme doux et épicé.
- **A** Diffuser dans la salle de classe pour un arôme inspirant.

Savon à Main Moussant On Guard®

- **T** Ajouter à une bouteille moussante à côté de votre lavabo et évier, et utiliser souvent pour garder les mains propres et douces pendant toute la journée.
- **T** Utiliser pour laver vos mains avant le souper.
- **T** Après avoir travaillé sur la voiture, utiliser le Savon à Main Moussant On Guard pour sa capacité nettoyante améliorée qui la distingue des autres marques.

Dentifrice On Guard® Blanchissant Naturel

- **T** Utiliser avant une soirée avec votre époux(épouse) pour aider à rafraîchir l'haleine.
- **T** Bon pour les dents sensibles.
- **T** Pour vous préparer pour votre rendez-vous chez le dentiste, utiliser le pour enlever de la

plaque et des tâches.

- **T** Nettoie et rafraîchit l'haleine.
- **T** Assez doux pour ne pas endommager l'émail des dents.
- **T** Améliore l'apparence des dents.
- **T** La formule sans fluorure aide à réduire la plaque tout en blanchissant les dents.
- **T** Une saveur unique de cannelle mentholé mélangé avec du xylitol pour une haleine et une brosse à dents fraîches et propres.
- **T** Contient de l'huile essentielle de Myrrhe qui aide nettoyer.
- **T** Blanchit les dents naturellement en éliminant les taches avec des agents polissants doux.

Origan

- **I** Ajouter une goutte au lieu d'une cuillère à soupe d'origan moulu à vos plats italiens préférés.
- **T** Utiliser dilué en tant qu'agent nettoyant puissant pour la peau.

PastTense® Rouleau

- **T** Appliquer aux tempes et à l'arrière du cou avant de passer un examen.
- **T** Appliquer à la plante des pieds avant une réunion importante.
- **T** Masser sur les épaules, le cou, et le dos pour une sensation rafraîchissante.
- **T** Emballé pour une application pratique dans un rouleau à bille.

Patchouli

- **T** Utilisé en Aromathérapie en tant que nervin et calmant*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie en tant que carminatif et antispasmodique pour un soulagement symptomatique des troubles digestifs*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulagement symptomatique d'acné et des furoncles*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des irritations mineures*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des coupures*.

MÉTHODE D'APPLICATION **A** Peut être utilisé de façon aromatique **T** Peut être utilisé de manière locale sur la peau **I** Peut être absorbées de manière interne

- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des contusions*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour soulager des brûlures*.
- **T** Ajouter à votre crème hydratante pour aider à réduire l'apparence des tâches.
- **T** Appliquer une à deux gouttes à l'arrière du cou après une longue journée au travail.
- **T** Favorise un teint lisse et radieux.
- **A** Reconnu pour son arôme musqué et doux.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Patchouli NPN80060989

Menthe Poivrée

- **I** **T** Utilisé en Aromathérapie en tant que nervin et calmant*.
- **I** **T** Utilisé en tant que carminatif ou antispasmodique pour un soulagement symptomatique des troubles digestifs*.
- **I** **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les rhumes et toux*.
- **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager la douleur musculaire et articulaire associée avec l'entorse, la tension et l'arthrite rhumatoïde*.
- **A** **T** Mettre une goutte dans vos paumes avec des parties égales d'Orange Sauvage et d'Encens et inhaler pour un boost d'arômes rafraîchissants.
- **T** Se mélange très bien avec la Lavande pour un mélange de massage apaisant.
- **T** Ajouter au shampoing ou revitalisant pour un massage de cheveux stimulant.
- **A** Inhaler pour un boost revigorant pendant de longs voyages.
- **A** Vaproiser autour des fenêtres et des portes pour un parfum frais.
- **A** Diffuser pendant les études.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Menthe Poivrée NPN80060969

Purify™

- **A** Un arôme rafraîchissant. Élimine des odeurs désagréable et nettoie l'air.
- **A** Diffuser pour rafraîchir l'air.
- **A** Pour rafraîchir les petites salles (ou la voiture)

mettre quelques gouttes de Purify sur un coton et puis placer le dans la bouche d'aération.

- **A** Ajouter cinq gouttes à un petit vaporisateur avec de l'eau et utiliser le pour nettoyer les comptoirs tout en laissant un parfum agréable.
- **A** Ajouter quelques gouttes au cycle de rainçage de votre lessive pour aider à éliminer les odeurs.

Romarin

- **I** Ajouter une à deux gouttes de l'huile essentielle de Romarin à la viande et à vos entrées préférés.
- **T** Appliquer au cuir chevelu et masser pour une chevelure abondante.
- **A** **T** Mélanger avec la Gaulthérie Couchée et la lotion dōTERRA pour un massage apaisant.
- **T** Mélanger avec l'Arbre à Thé et le Basilic pour un massage du cuir chevelu stimulant.
- **A** Diffuser pendant les études.
- **A** Combiner avec des sels d'Epsoms et de l'Encens pour une expérience de bain revitalisant.
- **A** Se mélange bien avec le Cardamome, le Lemongrass, le Géranium, et la Sauge Sclarée.

Bois de Santal (Indien ou Hawaïen)

- **A** **T** Utilisé en Aromathérapie en tant que nervin et calmant*.
- **A** **T** Utilisé en Aromathérapie en tant que carminatif et antispasmodique pour un soulagement symptomatique des troubles digestifs*.
- **A** **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les maux de têtes*.
- **A** **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les rhumes et toux*.
- **T** Ajouter à votre shampoing ou crème hydratante pour améliorer l'apparence de la peau et des cheveux.
- **T** Favorise la peau lisse d'apparence saine.
- **T** Réduit l'apparence des imperfections de la peau.
- **T** Appliquer une à deux gouttes aux cheveux mouillés afin d'aider à restaurer l'hydratation et donner un éclat soyeux.
- **A** Diffuser dans votre chambre après une longue journée ou avant de méditer.

MÉTHODE D'APPLICATION **A** Peut être utilisé de façon aromatique **T** Peut être utilisé de manière locale sur la peau **I** Peut être absorbées de manière interne

- **A** **T** Diffuser ou appliquer au cou et aux épaules à l'heure du coucher.
- **A** Fréquemment utilisé dans la méditation
- **A** Pour un expérience spa fait maison, remplir un grand bol avec de l'eau bouillante, puis frotter 1-2 gouttes d'huile essentielle de Bois de Santal à votre visage, puis couvrir votre tête avec une serviette. Placer votre visage au-dessus de l'eau. Votre peau semblera nourrie et rajeunie.

* Déclaration approuvé pour ce Produit de Santé Naturel. Référence Bois de Santal (Indien ou Hawaïen) NPN80060977

Serenity™

- **T** Appliquer à la plante des pieds à l'heure du coucher avant de vous endormir.
- **A** Crée une escapade parfait avec son arôme renouvelant.
- **A** Se diffuse en un arôme subtil.
- **A** Ajouter deux à trois gouttes à un bain tiède avec des sels d'Epsoms pour créer un arôme apaisant et renouvelant.

Smart & Sassy®

- **I** Consommer avant chaque repas.
- **I** Ajouter quelques gouttes de Smart & Sassy à votre eau chaque jour.

Menthe Verte

- **I** Nettoie la bouche et favorise une haleine fraîche.
- **T** Utiliser avec les crèmes et les lotions durant un massage pour une sensation revigorante.
- **A** Diffuser pour un arôme frais et rafraîchissant.

TerraShield®

- **T** **A** TerraShield peut être utilisé sans problème par tous les membres de la famille.
- **A** Diffusez-le pendant que vous êtes à l'intérieur ou en plein air.
- **T** Appliquez-le sur les bras et les jambes de vos enfants pour un parfum agréable.

- **T** **A** Appliquez TerraShield localement ou placez-le sur vos bijoux d'aromathérapie.

Arbre à Thé

- **A** **T** Utilisé en Aromathérapie pour aider à soulager les rhumes et toux*.
- **T** Ajouter à l'eau tout seul, ou avec les huiles essentielles de Menthe Poivrée et de Citron, pour un rince-bouche rafraîchissant et un rafraîchisseur d'haleine.
- **T** Renomé pour son effet nettoyant de la peau.
- **T** Ajouter une à deux gouttes à votre nettoyant du visage ou votre crème hydratante pour ses propriétés nettoyantes supplémentaire.
- **T** Appliquer à la peau après le rasage.
- **T** Appliquer aux ongles et aux ongles de pied après la douche pour nettoyer et maintenir des ongles sains.
- **T** Créer votre propre après-rasage avec l'Arbre à Thé et le Bois de Cèdre.
- **A** **T** Appliquer aux plantes des pieds et dans vos chaussures pour un arôme frais.

* Déclaration approuvé pour ce Produit de Santé Naturel. Référence Arbre à Thé NPN80060950

Thym

- **I** Utiliser une à deux gouttes au lieu du Thym sec dans vos recettes préférées.
- **T** Offre des effets nettoyants pour la peau.
- **A** Le Thym a un arôme stimulant.

Vétiver

- **T** Appliquer aux pieds après une longue journée debout.
- **T** Après une journée difficile à l'école, appliquer au cou et aux pieds de votre enfant.
- **T** Riche en sesquiterpènes.
- **A** Avant de voyager pour le travail ou en vacances, diffuser une à deux gouttes de Vétiver et de Citron.
- **A** Utiliser comme note de base terreuse dans votre mélange diffuseur préférés.
- **A** **T** Utilisé dans plusieurs parfums populaires.

MÉTHODE D'APPLICATION **A** Peut être utilisé de façon aromatique **T** Peut être utilisé de manière locale sur la peau **I** Peut être absorbées de manière interne

Whisper™

- **T** Après une douche, appliquer aux poignets pour créer un beau parfum unique qui accentue votre propre chimie.
- **T** Combiner avec Hand & Body Lotion pour une application hydratante.
- **T** Se mélanger avec la chimie de chaque individu pour créer un parfum personnel et unique.
- **T** Un équilibre parfait de plusieurs huiles essentielles CPTG unifiées pour créer la beauté, la féminité, et l'attrait.
- **T** Une fois appliquée, Whisper se mélange avec le parfum de l'individu pour améliorer leur essence unique.
- **A** Ajouter à un pendentif en argile pour une expérience aromatique unique.
- **A** Créer un arôme chaleureux et musqué.

Sapin Blanc

- **T** Appliquer après une journée active.
- **A** Ajouter une goutte de Sapin Blanc à votre douche pour un arôme élevant.
- **A** Ajouter quelques gouttes aux ornements en terre cuite pour un parfum des fêtes.

Orange Sauvage

- **I** **T** Utilisé en Aromathérapie en tant que nervin et calmant*.
- **I** **T** Utilisé en Aromathérapie en tant que carminatif et antispasmodique pour un soulagement symptomatique des troubles digestifs*.
- **T** Nettoyant puissant et agent purifiant pour la peau.
- **A** Améliorer l'arôme de votre maison et nettoyer l'air en mettant quelques gouttes sur votre filtre à air.
- **A** **T** Mettre une goutte d'Orange Sauvage, de Menthe Poivrée, et d'Encens dans votre main. Frotter vos mains ensemble puis inspirer profondément.

* Déclaration approuvée pour ce Produit de Santé Naturel.
Référence Orange Sauvage NPN80060970

Gaulthérie Couchée

- **T** La Gaulthérie Couchée contient le même ingrédient actif que le Bouleau.
- **T** Masser sur les mains, le dos, et les jambes après avoir fait du sport.
- **T** Appliquer sur la peau pour réduire l'apparence des taches.
- **A** Ajouter quelques gouttes de la Gaulthérie Couchée à un coton et mettre le dans votre sac de sport.
- **A** **T** L'arôme fort de la Gaulthérie Couchée masquera toute odeur.
- **A** Diffuser pour un arôme doux et inspirant.

Ylang-Ylang

- **T** Mélanger plusieurs gouttes d'Ylang-Ylang avec l'Huile de Noix de Coco Fractionnée dōTERRA et appliquer au dos et aux épaules à la fin d'une longue journée.
- **T** Pendant la chaleur endommageante de l'été, masser de l'Ylang-Ylang sur votre cuir chevelu pour améliorer l'apparence des cheveux sains et lumineux.
- **T** Ajouter de l'Ylang-Ylang à l'Huile de Noix de Coco Fractionnée dōTERRA pour un revitalisant intense de cheveux.
- **A** **T** Appliquer de l'Ylang-Ylang à l'arrière du cou pour un arôme calmant.

Zendocrine™

- **I** Si un changement de mode de vie est l'une de vos bonnes résolutions, prenez une goutte de Zendocrine quotidiennement pour une semaine pour relancer votre programme.
- **I** Ajouter quelques gouttes à votre thé du matin pour un goût incroyable.
- **I** Lorsque vous faites un jus nettoyant, ajouter trois gouttes à votre jus pour plus de saveur et d'avantages.

ZenGest™

- **I** Garder ZenGest en main pendant les repas de fête copieux.
- **I** Prenez ZenGest lorsque vous voyagez ou essayez un nouvel aliment.
- **T** Utiliser avec l'Huile de Noix de Coco Fractionnée dōTERRA pour un massage abdominal apaisant.

MÉTHODE D'APPLICATION **A** Peut être utilisé de façon aromatique **T** Peut être utilisé de manière locale sur la peau **I** Peut être absorbées de manière interne