

黄金72小时用油

PAGE 4

健康清洁的口腔

PAGE 6

15种椰子油 的用法

PAGE 12

如何有效的 睡眠

PAGE 10



本期看点 IN THIS ISSUE

- 04 黄金72小时用油
72 hours kit with make over dōTERRA
- 06 健康清洁的口腔
A guide to a clean and healthy mouth
- 08 精油之王乳香
Frankincense boswellia : king of olis
- 10 如何有效的睡眠
Tips and essential oils for a better night' s sleep
- 12 15种椰子油用法
15 uses for dōTERRA fractionated coconut oil
- 14 我们的精油来自哪里?
Where do our essential oils come from?
- 16 男士用油
Guy' s guide: winter essential oil use
- 17 假日熏香配方
Cozy holiday diffuser blends
- 18 精油烘焙
Tips for baking with essential oils
- 21 点子笔记
Idea notebook
- 22 女孩日慈善活动
Healing hands Foundation:
Days for Girls/Now I can foundation
- 24 简版目录
Product brochure

情绪芳心调理套装
Emotional Aromatherapy Kit

21141912 一套
产品价格:¥2000
VIP价格:¥1208 150点



dōTERRA 产品目录,
(详情见24-27)
快速有效了解所有产品

黄金72小时

72 HOURS KIT WITH
MAKE OVER dōTERRA

精油必备套组



黄金72小时精油必备套组

精油功效广泛, 保质期长, 每款精油都会成为意外发生时的最好帮手。

- 1 牛至**
支持全家健康
提示: 滴几滴在空瓶子里, 加大量的水, 做成喷瓶, 可以防护四周环境。
- 2 薰衣草**
减压静心, 放松紧张情绪
提示: 加入饮品中可助睡眠更舒适。
- 3 薄荷**
支持胃部健康和清洁的呼吸
提示: 和薰衣草配合使用可以降低压力。
- 4 保卫复方**
凭借其独特香气, 天然配方来保护健康
- 5 柠檬**
强大的清洁能力, 清洁水质和清洁表面
提示: 滴几滴水在水里可以让饮水更具口感。
- 6 乐活复方**
帮助舒缓胃部不适
- 7 净化清新复方**
帮助净化不好的气味
提示: 滴几滴在喷瓶中, 混合水喷雾抵消异味。
- 8 顺畅呼吸复方**
嗅吸帮助健康的呼吸
- 9 茶树**
具有净化的能力, 促进健康
提示: 撒几滴在你周围, 清洁环境。
- 10 轻盈复方**
帮助新陈代谢, 饥饿时嗅吸可放松心情
- 11 丁香**
帮助防护有害菌
提示: 滴于牙膏中使用。
- 12 乳香**
支持健康, 平静情绪, 是最古老的珍贵香料
提示: 用于关节及受压处。
- 13 保卫复方净白牙膏**
保护您的口腔健康
- 14 分馏椰子油**
稳定的配方, 随时随地滋润肌肤
- 15 不怕叮**
独特味道可以防止蚊虫靠近
提示: 喷洒于门边、窗口。
- 16 舒压复方**
缓解过度紧张带来的压力
- 17 舒缓复方**
运动前后使用, 繁重工作后使用
- 18 其他**
干燥的果干、蔬菜干、坚果, 手电筒, 充电器, 急救箱, 绷带, 电池, 收音机

干净健康 口腔指南 *guide*

大卫·施托伊尔博士, DMD, MMSc



纵观历史,专家们依赖“窗口”来查看我们的健康:看眼睛来检查灵魂,嘴巴测量力量和寿命。动物的买卖也是根据这个“窗口”哲学。今天,同古代一样,“窗口”与健康比以往任何时候都更相关。有越来越多的研究表明,你的口腔的整体健康事实上反映或代表了你的身体的状况和是否健康。这项研究表明,保持健康的口腔可能与整体长期的健康状况和生活质量有关。

心脏与口腔的联系

据美国牙科协会和美国医学协会,牙龈的状况与心血管系统的状况有关。牙龈健康主要与口腔护理,个人习惯及遗传学有关。

用适当的努力和良好的卫生,我们的健康牙龈的威胁可以消除或控制。然而,未能保持牙龈健康会有其他健康方面的后果。不佳的心脏状况可以追溯到不健康的牙龈,凸显出口腔卫生保健是多么的重要。

好的口腔健康习惯

口腔既反映出我们的身体条件同时影响我们的身体健康,所以我们势必要将几项简单、积极主动的维护措施作为日常习惯。

那么我们该怎么做呢?首先,让我们减少或几乎不

摄取加工过的糖类。当你吃的食物或饮用的饮料含糖或淀粉,你的口腔会变为酸性至少20分钟,对牙龈和牙齿是一个威胁。第二,我们要吃健康平衡的饮食,将健康的脂肪,精蛋白质,碳水化合物,粗纤维,和低糖的水果蔬菜,这样减少危害我们口腔健康的食物来源,建立一个更健康的口腔环境。

口腔清新与精油

- 丁香
- 茶树
- 没药
- 薄荷
- 绿薄荷



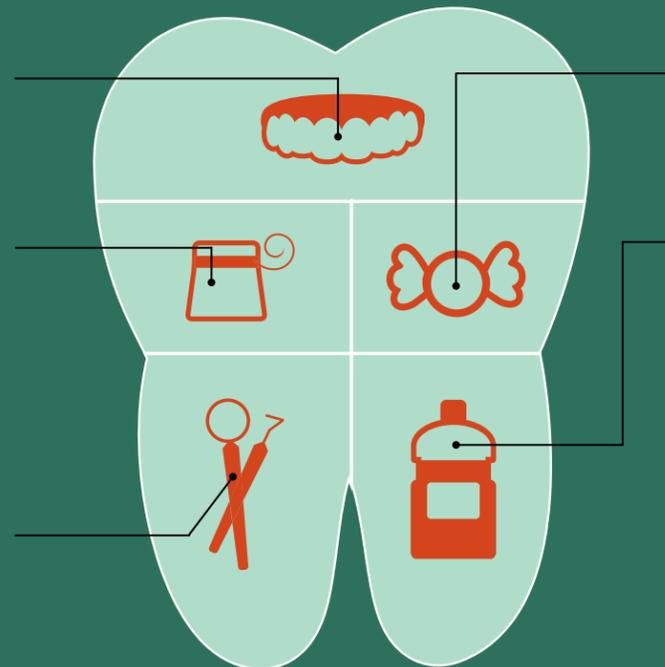
什么时间刷牙?

美国牙科协会推荐你每天刷牙2次。其中一次是睡觉前,因为如果某些食物或饮料在口腔中存留时间过长,他们会严重威胁到牙龈和牙齿的健康。在工作地点准备一副牙刷于进餐后使用。滴2滴没药、丁香在刷毛上,然后将他们按摩进入牙齿和牙龈。使用绿薄荷、肉桂或薄荷精油来刷你的舌头使你有清新的口气。中和酸性,清新口气的牙膏是最好的选择。为增强清洁效果,可在刷牙前滴3-4滴茶树精油、薄荷精油或绿薄荷在牙刷上。

孩子们的口腔防护器
通常很脏。试试将口腔防护器浸入滴有丁香和薄荷精油的凉水中。

一天至少使用一次牙线。
使用牙线去除牙齿间牙刷刷不到的地方的食物残渣和噬菌斑。试着将你的牙线泡在一个小杯滴有茶树精油的温盐水中,然后用混合液体漱口来增进清洁效果。

牙科护理后,
使用温盐水和精油漱口。这会帮助安抚牙龈并促进清新口气。



只嚼无糖口香糖(最好是含木糖醇的),嚼口香糖会刺激唾液,平衡口腔的酸碱值,减少噬菌斑。

用漱口水漱口。试着制作你自己的漱口水:在4杯温水中加入2茶匙盐并搅拌均匀。待冷却后加入茶树、肉桂、薄荷至少各5滴,另加入至少2滴丁香。每天用它漱口30秒。这款漱口水也是非常简单的餐后恶劣口气的“工作间急救法”——你的同事们会感谢你的!一定要大量饮水而非咖啡,软饮或酒类,这些会导致你更加口干。记住,大部分风味饮品含糖,所以水永远是最好的。

好的个人健康建立于我们的选择和知识的基础上。在日常程序中加入简单的几步就可使我们拥有更健康的口腔,更明媚的笑容和更清新的呼吸。

参考文献和数据

- 1- AHA guidelines on IE <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2912107/>
- 2- Beltrán E, Beltrán RJ. Oral diseases and conditions throughout the lifespan. II. Systemic Diseases. *General Dent* 2004;52(2):107-114. View abstract on PubMed.
- 3- Gupta D, Jain A. Effect of Cinnamon Extract and Chlorhexidine Gluconate (0.2%) on the Clinical Level of Dental Plaque and Gingival Health: A 4-Week, Triple-Blind Randomized Controlled Trial. *J Int Acad Periodontol*. 2015 Jul;17(3):91-8.
- 4- Carson CF, Hammer KA, Riley TV. Melaleuca alternifolia (Tea Tree) oil: a review of antimicrobial and other medicinal properties. *Clin Microbiol Rev*. 2006 Jan; 19(1):50-62.
- 5- May J, et al. Time-kill studies of tea tree oils on clinical isolates. *J Antimicrob Chemother* 2000;45:639-43.

乳香 (精油之王) FRANKINCENSE

dōTERRA 过去数年一直与科学家合作确定乳香精油各配方的理想平衡来提高这一珍贵精油的品质。通过与索马里的百年乳香树种植者和进行中的采购计划的配合, dōTERRA 已经建立一条获得高质量的 Carterii, Frereana, 和 Sacra 树脂的通道。每种配方都有独立的特性和元素; 当它们混合在一起时就成为了精油之王——乳香。

“我们感到非常兴奋, 因为我们建立了这些采购的合作, 因为我们为辛苦收获树脂的人创造了可持续的生活来源。”

Boswellia carterii 树适宜沙质土壤中生长, 并且产出小得多的树脂。它通常被认为是生产树脂比较圆和比较常见的品种。Frereana 是三个品种中树脂比较大的。Frereana 树不适宜生长在沙质土壤中; 它喜爱干燥多岩石的土地, 通常是斜坡或沟壑中。Sacra 树生长在石灰岩土壤中, 经常在悬崖或大岩石上找到。



索马里互惠合作采购计划

乳香树脂的采集需要娴熟的技术和多年的经验。

dōTERRA 与对这一过程经验丰富的技工合作。通常采集过程需要花费5个月来完成, 而且是非常辛苦的工作。采集者采集时要离开他们的家, 出行数天并且住在洞穴里, 回来时却不能得到足够的报酬来供给他们的家庭。因此在索马里只有百分之四十的乳香树被采集。

当农民们采集了这些树脂, 女人们手工检验它们的颜色, 大小还有净度。精油的质量与树脂的等级和质量有非常大的关系。最近, dōTERRA 在这一地区展开合作, 绕开中间商, 与采集者直接合作——支付他们公平和可持续的薪资。在一些金钱作用不大的农村地区, dōTERRA 以食物和日用品供给整个村子。

通过互惠合作采购计划, 你可以使得这片古老的土地继续生长乳香, 可以帮助当地提高经济水平, 改善人们的生活质量。这一负责任的方法是保证持久的高品质精油供给的关键。

“我们现在与采集者直接合作, 没有中间人也没有经纪人来剥削他们, 我们把钱直接放在人民的手中。”
—Emily Wright

取自植物的部分: 树脂

乳香是非常独特的, 因为精油储存在胶状的树脂中, 在蒸馏前需要先释放然后才能采集。

萃取方法: 蒸馏萃取

关键益处:

- 帮助平衡情绪
- 减少皮肤上不完美的地方

使用方法:

乳香有很多使用方式, 它温和自然且健康的功效对整个家庭都非常适用。

趣闻:

在古代很少有东西比乳香更珍贵。因此, 纯净的乳香通常被比作“液体黄金”并且在社会中以高价流通和交易。





杰夫·多赛特, MSHS多特瑞科研人员

睡眠: 我们大多数人缺失的东西

什么更重要: 饮食, 运动还是睡眠?

大家都知道饮食和运动是任何健康生活方式的关键因素。另一项健康的关键是与这些相等甚至更为重要的睡眠。尽管每个人需要的睡眠时间不同, 专家推荐成人每晚至少睡7-8小时。不幸的是, 大约有33%的美国人没有达到推荐数量的睡眠, 而且美国大约五个成人中就有一个会经历偶尔的失眠或难以入睡。有许多负面因素影响到一个人睡的数量(质量), 从

家庭因素(如有新生儿的情况)到现代生活的便利性(如24小时科技), 不同的工作周期, 床垫和枕头的质量和使用时长以及酒精尼古丁和咖啡因的摄入。这个列表可以一直列下去, 而睡眠经常是第一个为满足我们忙碌日程的需求忽略的事情。

为什么睡眠如此重要?

睡眠不是仅为消耗时间或避免24小时工作而存在。睡眠十分重要因为它使身体和精神都得到回复, 而且它不仅可以让我们的身体从每天的压力中

恢复, 还可以让我们充电和重新聚集精力。剥夺睡眠会有许多健康风险并给每个身体器官增加了许多负担。缺乏睡眠影响我们减肥或保持健康体重; 影响我们的情绪, 学习和行为; 对心血管系统以及整体健康有负面影响。更重要的是, 睡眠不足会减慢反应时间影响我们的驾驶能力。安全驾驶能力的缺失不仅使车上的人陷入危险, 同时也威胁到路上的其他人。总之, 你睡眠时间越短, 你给自己身体用于修复和准备迎接接下来一天的机会越少, 使整体生活质量降低。

1 健康饮食并保持健康的运动规律

吃健康的饮食并大量运动帮助我们保持体重, 同时也帮助我们的睡眠。吃高碳水化合物食物使肌肉充满葡萄糖, 促使睡眠中进行无意识的肌肉运动, 从而打断睡眠。锻炼时间离睡眠时间过近会增加新陈代谢并使体温升高, 让我们很难入睡。如果你睡前感觉饥饿, 你可以试试吃一把坚果。坚果提供蛋白质和脂肪, 不仅有饱腹感, 而且消化缓慢, 这样就可以提供一个安静的睡眠, 且坚果富含镁, 一种可有助于镇静的矿物质。

2 保持规律

试着保持一定的睡眠程序, 固定时间入睡固定时间起床。这可帮助身体生物钟形成规律并可帮助你睡的更好。

3 不要接触酒精, 咖啡因, 尼古丁和电子产品

所有这些都造成入睡困难。不要在睡前喝酒或咖啡。将所有的电子产品移出卧室, 包括电视, 电脑和其他电

子产品。在睡前一小时避免明亮的光线。黑暗会帮助身体产生褪黑激素——一种促进睡眠的荷尔蒙。为使你的生物钟平衡, 确保早上接触日光, 这会自然唤醒你的身体。

4 保持清爽

确保你的卧室是安静, 阴暗和放松的环境, 既不过冷也不过热。你的床和枕头应该有支撑性, 且舒适。如果你晨起感觉肩膀, 臀部或后背疼痛, 你就知道并没有休息好。也许是时候买新的床品了。

5 平静下来

你的身体需要时间来切换到睡眠模式, 所以睡前最后一个小时做一些安静的活动, 比如读书或洗个热水澡。某些饮料, 比如甘菊茶会帮助放松且并不刺激。像薰衣草与佛手柑精油富含芳樟醇、乙酸芳樟酯化合物, 有著名的放松的属性。这些油可以在卧室用于熏香来创造一个平静与安宁的环境, 适合睡个好觉。这些精油可以促进放松, 从而得到一个宁静的睡眠。尝试将2 - 4滴薰衣草或在温花草茶(洋甘菊、柠檬草等)或另一种你最喜欢的不含咖啡因饮料中, 于睡前30分钟饮用。



帮助促进睡眠和放松的精油: 薰衣草, 岩兰草, 佛手柑, 檀香。

那我们该做些什么呢?

当然, 生活总是可以出现各种状况让我们失控, 从生病的孩子到紧急工作项目到一个需要帮助的邻居。每一个无疑都将影响我们的睡眠。然而, 我们必须集中注意力在那些我们可以控制的事情上, 幸运的是, 这里有几个建议可以帮助你得到足够且高质量的睡眠。

15种dōTERRA® 分馏椰子油的使用法



防漏瓶盖和易控出口

什么是分馏椰子油？

分馏椰子油就像它的名字所显示的一样，是去除了某些物质的椰子油。在非化学分馏过程中，完全椰子油中易氧化的元素被去除。分馏后的椰子油在室温下是液体并且非常稳定。分馏椰子油提供的好处比完全椰子油要多，首先增加了保质期。不像完全椰子油，分馏椰子油可以耐受光和高温而不腐坏。同时它质地更轻，不油腻，并且有更好的清洁的作用，这使它非常适合做精油的基底油。

益处

- ◆ 更长的保质期
- ◆ 不油腻，质地轻薄
- ◆ 促进干性肌肤的吸收
- ◆ 帮助减少敏感反应

新版包装

美体及个人护理

- 1 护发素**
用于湿润的头发，加在护发素中使用。
- 2 秀发护理液**
滴数滴并轻轻使用于发丝。
- 3 卸妆油**
在棉球，棉签或化妆棉上滴数滴。
- 4 足部护理**
与薰衣草精油一起使用。
- 5 与精油一起使用**
稀释精油以便于儿童或敏感人士。
- 6 美甲护理**
用于干角质或于美甲前使用。

家庭使用

- 7 放松**
在芳香调理中使用。
- 8 植物复苏剂**
使用分馏椰子油为人造植物或真正的植物添加光泽。
- 9 皮具护理**
置于干净抹布擦拭皮质家具，使家具看起来新且干净。

- 10 木制家具上光剂**
 - 20-25滴柠檬精油
 - 1/3杯多特瑞分馏椰子油
 - 1/2杯蒸馏水
 - 8盎司玻璃容器在容器中混合所有配方使用超细纤维布蘸取少量擦拭木质表面。
- 11 油漆刷清洁剂**
与柠檬精油混合，将油漆刷浸入来去除油质油漆。
- 12 化妆刷清洁剂**
与茶树或柠檬精油混合来清洁化妆刷。

其他使用

- 13 镜面清洁**
椰子油与柠檬及水制成喷瓶，喷于镜面后擦拭。
- 14 汽车仪表盘清洁剂**
用一块抹布配合分馏椰子油使你的仪表盘迅速恢复闪亮。
- 15 蜡笔清洁剂**
涂抹于蜡笔痕迹，浸泡10分钟，用抹布擦净。

我们的精油来自哪里？

dōTERRA 的精油产地选择标准是：符合植物理想生存条件，即考量那里的土壤、气候和温度对植物的生长有促进作用。dōTERRA与全球经验丰富和充满热情的技工合作来生产与您相配的精油。



薄荷

生长于美国西北部的薄荷富含天然薄荷醇



永久花

这种植物需要生长3到7年才能采集精油。7年后，植物必须被完全重新种植然后从头重复整个过程



杜松浆果

精油取自真正的浆果实。



UNITED STATES of AMERICA
美国



野橘



dōTERRA HEADQUARTERS
Pleasant Grove, Utah
www.doterra.com



岩兰草

一大车岩兰草大约生产6加仑精油



CORSICA
科西嘉岛

HUNGARY
匈牙利

BULGARIA
保加利亚

CRETE
希腊克里特岛



檀香



柠檬草

收获位于只能步行到达的离山脚5英里高的100英亩柠檬草需要5到7天时间。农民们顶着收获的柠檬草的筐子一天几次走来回10英里的路程。

GUATEMALA
危地马拉

DOMINICAN REPUBLIC
多米尼加共和国

HAITI
海地



豆蔻

几十万家庭在危地马拉培植豆蔻，是其种子和精油的最大产地



马郁兰



丝柏

SOMALIA
索马里



乳香

收获的树脂经手工按颜色，大小和净度分类。这一工作为这个区域的许多女性提供了工作机会。



INDIA
印度



广藿香



茶树

INDONESIA
印度尼西亚

AUSTRALIA
澳大利亚

BRAZIL
巴西

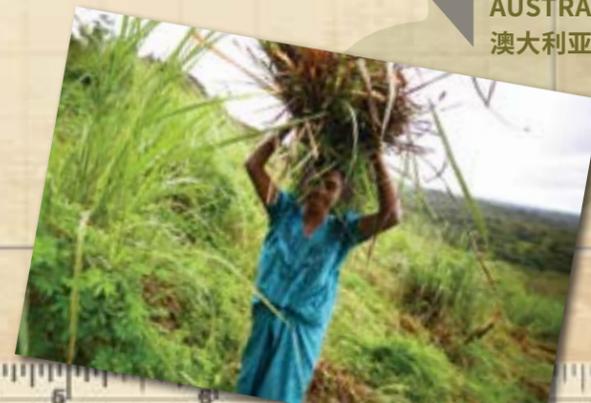


莱姆

MADAGASCAR
马达加斯加



依兰依兰



男士专属精油 过冬指南

敏



黑胡椒 保暖
使用黑胡椒精油可帮助促进健康的内外循环

直



使用 白冷杉
可获得新鲜空气清新口气和唤起自己的感觉。

直



乳香
具强有力的消炎作用帮助身体良好地运转可以放松身体

敏

雪松
帮助保持肌肤健康和充满活力
清洁柔软

直



侧柏
是一种有力的清洁净化精油
它可帮助防护随冬季而来的环境和季节威胁
促进细胞健康

敏



生姜可以帮助消化
那些在节日派对上过度进食的食物

直



使用檀香
可在沉闷冬日帮助你提升情绪

直



岩兰草帮助促进精神清醒
精力集中并促进良好睡眠来帮助你度过劳累的工作日

敏



喜爱冬季运动?
柠檬草可在一天的畅玩后有清爽的感觉



舒适假日 熏香配方

用这些

DIY精油配方

把冬季的温暖芳香

带到你的家中

2滴野橘
2滴桂皮
2滴白冷杉



3滴野橘
3滴肉桂
2滴丁香
1滴生姜



2滴桂皮
2滴雪松
3滴野橘



2滴野橘
2滴薰衣草
3滴乳香

1滴侧柏
2滴丁香
3滴野橘
2滴肉桂



3滴小豆蔻
3滴肉桂
3滴野橘

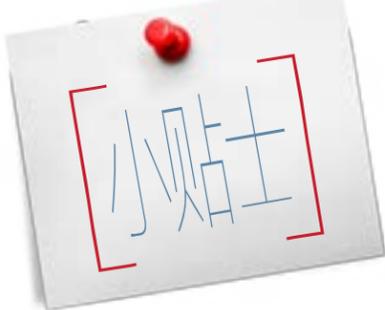


3滴乳香
3滴没药
3滴小豆蔻
2滴白冷杉



2滴乳香
2滴没药
3滴野橘
2滴雪松





Tips for BAKING 精油烘焙 with essential oils

- TINA YELLE, ONTARIO 加拿大

可用于烘焙的多特瑞精油



1. 将你的精油保存在深色玻璃容器内, 远离热源, 光照和湿润环境。如必要你也可以把它们储存在冰箱中。
2. 当混合各种配料时使用玻璃或陶瓷碗。精油有可能会损坏某些塑料。
3. 不要忘记盖上精油瓶的盖子。
4. 精油的保质期比干的草药或香料要长得多。虽然精油短期内比较昂贵但长期来看是划算的。



5. 因为所有精油都有不同的粘稠度, 不要直接将精油滴入你的混合物中。在勺子中滴入所需的量然后倒入混合物中确保你加入合适的量。
6. 一点就有很多效用。加入一滴, 搅拌然后品尝。重复直至达到你的理想成果。
7. 避免以手指触碰精油出口处以防你手指的天然油脂影响精油的成分。
8. 如果你与孩子们一起烘焙, 确保不要让他们接触到精油。精油是高度浓缩的并且需要一直小心使用。

无糖无麸质 (12份)

蓝莓柠檬马芬

配料

- 2杯无麸质通用面粉
- 1茶匙黄原胶
- 1/2杯糙米淀粉
- 1汤匙发酵粉
- 1/2茶匙盐
- 8滴柠檬精油
- 1个鸡蛋
- 1杯牛奶
- 1/2杯融化的黄油
- 1杯新鲜或冷冻蓝莓

步骤:

1. 将面粉、黄原胶发酵粉和盐在一个大玻璃碗中混合
2. 在中号碗中打散鸡蛋; 加入牛奶, 黄油, 糙米淀粉和精油, 然后搅拌均匀
3. 加入鸡蛋搅拌物到干性配料。
4. 加入蓝莓。
5. 倒入马芬模杯中, 三分之二满。
6. 以375华氏度烘烤20分钟。



薄荷巧克力

提供者:
Mandi Felici, 弗吉尼亚州

配料

- 1/4杯生蜂蜜
- 3滴薄荷精油
- 1杯黑巧克力片或半糖巧克力片
- 1支拐杖糖, 粉碎

步骤:

1. 手动打蛋器搅打固体椰子油, 生蜂蜜和薄荷精油。成品需要膨胀起来并呈白色。
2. 冷藏搅打混合物5分钟。
3. 用一个小勺做一小堆薄荷馅。以勺子或手指按平。
4. 把每一片放置在饼干纸上的羊皮纸上。把薄荷馅放回冰箱直至可以用巧克力包裹。
5. 用小调料锅或双层锅小火融化巧克力片。
6. 把薄荷馅拿出来, 用叉子插着每一片伸进融化的巧克力中。放在晾架上。
7. 节日时, 可以在包裹巧克力外衣后将粉碎的拐杖糖直接撒在上面。
8. 将巧克力放回冰箱冻硬。直接食用或者储存于冰箱中。



肉桂沙拉酱

提供者:
Colleen Chalmers, Nevada

配料

- 1/4杯橄榄油
- 2汤匙苹果醋
- 2滴肉桂精油
- 1滴丁香精油
- 1/8汤匙肉豆蔻
- 1小粒切碎的蒜瓣
- 1/4茶匙灰盐或海盐
- 1/8茶匙鲜胡椒粉

步骤:

1. 所有配料在一个大玻璃碗中混合。

小贴士:

- 在小菠菜叶下使用。
- 与苹果薄片, 2滴柠檬精油搅拌, 点缀以烤松子和山羊乳干酪碎。



冬季必备菜谱 ESSENTIAL RECIPES FOR THE WINTER SEASON



“我儿子最爱吃肉桂薄烤饼了。整个冬天，我们每周都按此食谱制作至少一次。”

肉桂烤薄饼

提供者: Carmella Papaleo, 加州, 美国

配料

- 2只香蕉
- 1杯麦片
- 1杯面粉
- ¼杯赤砂糖
- 2茶匙发酵粉
- ½茶匙盐
- ¾杯原味希腊酸奶
- ¾杯牛奶
- 2个鸡蛋
- 1茶匙香草
- 1滴肉桂精油
- ½杯碎腰果, 可选加 ¼ 杯菜籽油

步骤:

1. 在中号碗中香蕉压成泥状;与酸奶, 鸡蛋, 牛奶, 菜籽油, 香草和保卫复方精油混合。
2. 在大号搅拌碗中倒入麦片, 面粉, 赤砂糖, 发酵粉, 盐, 肉桂和腰果;搅拌均匀。
3. 把香蕉混合物倒入干性材料中搅拌, 不要过度搅拌。
4. 在煎锅中喷上油, 用小杓盛出混合物用中高火煎制。像你平时做的薄烤饼一样, 等一面冒泡之后翻面。

冬季白巧克力热饮

提供者: Jennifer Manganello, 内华达州

配料

- 1½杯榛子牛奶
- ½杯南瓜泥罐头
- ½茶匙南瓜派调料
- 1-2滴丁香精油
- 1-2滴肉桂精油
- ½茶匙香草精
- 一点海盐, 可选
- 2-3盎司白巧克力碎片

步骤:

1. 把牛奶, 南瓜和调味料混合置于小锅, 中火。
2. 不停搅拌直到刚刚要沸腾。
3. 从火上拿开并加入巧克力;留一些作为装饰。
4. 在饮用前, 把每个马克杯上装饰奶油和巧克力片, 撒上南瓜派调味料或肉桂粉。立即饮用。



点子笔记



暖身滋润油

含豆蔻和柠檬精油, 两者都可为身体带来美好温暖的感觉

你需要

- 6滴豆蔻精油
- 1盎司玻璃罐椰子油
- 6滴柠檬精油
- 搅拌棒

做法

1. 在罐中倒满椰子油, 用搅拌棒插个洞
2. 洞中倒入精油, 然后搅拌融合。

-Luci Vieira, 加拿大



罐中加热器 温暖你的肌肉和脚

你需要

- ¼ 杯蜜蜡
- 3 滴黑胡椒, 豆蔻, 肉桂精油
- 方便手拿的罐子
- ½ 杯椰子油
- 2 滴丁香精油

做法

1. 将蜜蜡和椰子油置于小锅中, 开中火
2. 搅拌直至蜡和油融化。冷却一会儿
3. 在罐中滴入精油并缓慢倒入蜡和椰子油的混合物。慢慢搅拌至完全融合。
4. 放置冷却后使用

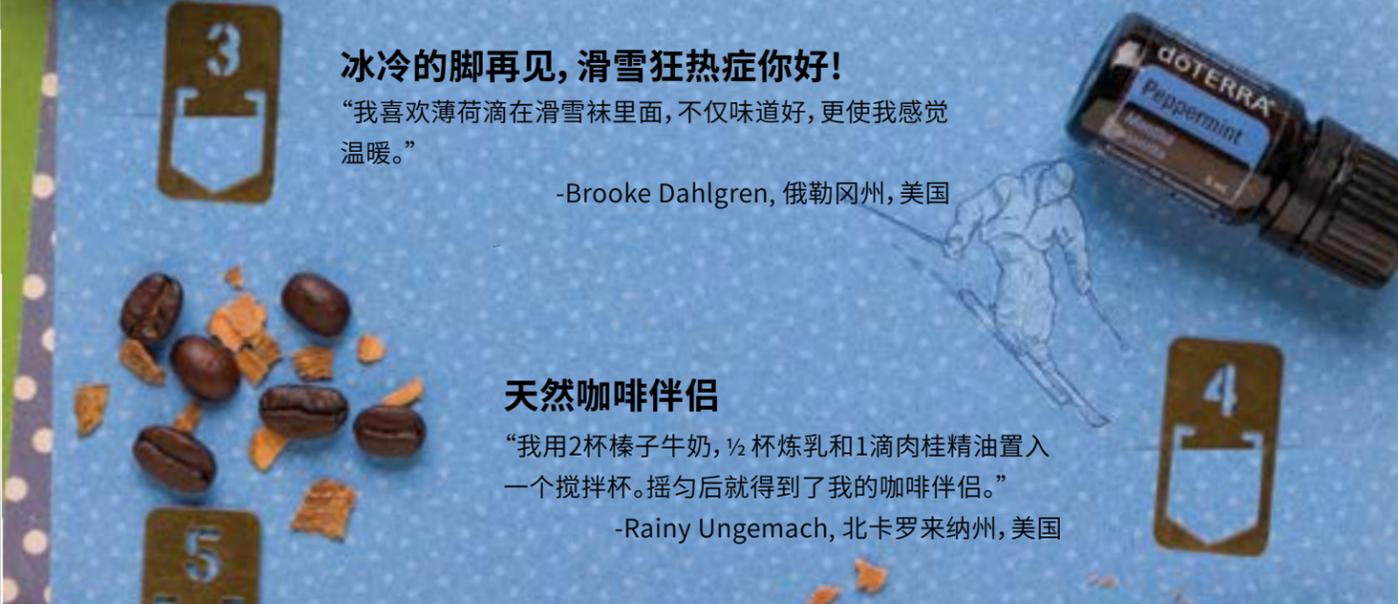
-Nadia Pinna, 西弗吉尼亚州, 美国



冰冷的脚再见, 滑雪狂热症你好!

“我喜欢薄荷滴在滑雪袜里面, 不仅味道好, 更使我感觉温暖。”

-Brooke Dahlgren, 俄勒冈州, 美国



天然咖啡伴侣

“我用2杯榛子牛奶, ½杯炼乳和1滴肉桂精油置入一个搅拌杯。摇匀后就得到了我的咖啡伴侣。”

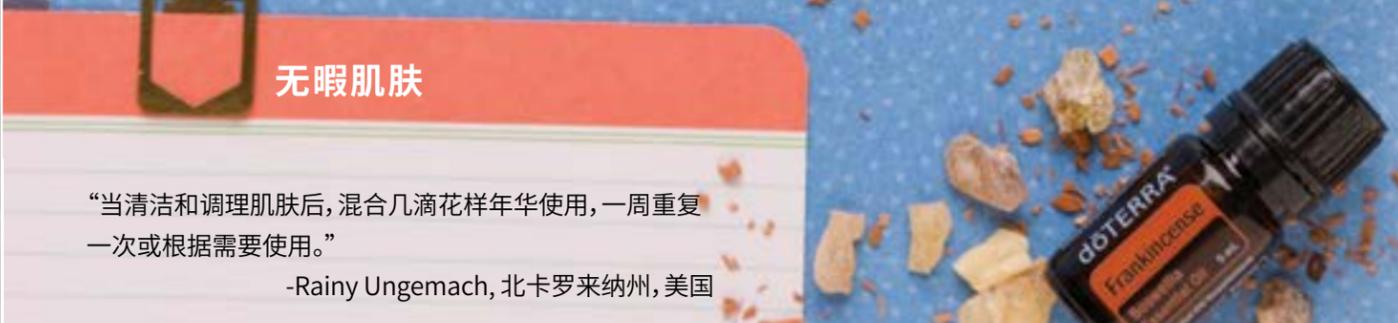
-Rainy Ungemach, 北卡罗来纳州, 美国



无暇肌肤

“当清洁和调理肌肤后, 混合几滴花样年华使用, 一周重复一次或根据需要。”

-Rainy Ungemach, 北卡罗来纳州, 美国



社区服务

多特瑞疗愈之手在世界各地开展人道服务工作，包括总部所在地。为了给资深使用者和员工提供新的服务机会，多特瑞疗愈之手在2015年八月和十月将时间和金钱用于2个不同的当地项目。

所有人可共享(残疾人项目)

美国犹他州盐湖城的Now I Can基金会，为患有脑瘫、脑损伤等各种疾病的孩子提供强化治疗。这一非营利性组织每年为80到100个孩子提供补助、保险和私人捐款帮助。在孩子治疗期间，这个基金会也为从全美各个地方来此治疗的家庭提供能够负担的三室公寓。只有一项缺失——为这些来治疗的孩子和他们的兄弟姐妹提供一个方便轮椅进入的游乐场。

这个游乐场是Now I Can基金会创始人乔尔·克里斯坦森和特蕾西·克里斯坦森的一个梦想，他们的女儿科尔比出生就患有偏瘫性脑瘫。Now I Can基金会诞生于他们带科尔比去波兰接受比美国更好的强化治疗后。当波兰的医生拯救了科尔比，克里斯坦森夫妇决定他们要帮助美国的儿童更好地享有这种治疗。

为了助力这一有意义的愿景，多特瑞疗愈之手基金会捐助了材料并提供了志愿者来为那些来到Now I Can基金会的孩子和家庭建立了这个游乐场。这个游乐场耗时2周来破开混凝土，种草坪和在工程结束前安装特殊器械。现在，这些努力配合治疗的孩子们有一个地方可以放松并简简单单享受做孩子的乐趣。



Days for girls 女孩日

犹他州分部的女孩日有一个雄心勃勃的目标，那就是在一天内为肯尼亚的女孩和妇女们制作1000套可重复使用的卫生用品。当地精油爱好者和多特瑞工作人员在多特瑞多功能办公室齐聚一堂花了一天大部分的时间来实现这一目标。

根据最近美国国际开发署统计，在发展中国家，五分之一的孩子从来没有完成小学课程。月经开始时他们经常缺课，一旦错过一个测试或重要作业就很难回来继续上课。女孩日正在通过提供女孩们耐洗的女性卫生用品，努力解决这个问题，这将允许他们在一个月中的任何时间离开家。这些卫生用品已经积极影响世界各地，甚至是美国的成千上万的女性。

从裁剪面料，到将可重复使用的护垫缝起来，到组装设备，志愿者来此见证这些卫生用品将对在世界各地的多少女孩产生影响。在一天结束的时候，所有志愿者的努力得到了回报，总计制作了1080套卫生用品。



如何参与 HOW TO GET INVOLVED

除了公司组织的主要活动以外，也可参与其他精油爱好者在许多社区组织的有积极影响的活动。这里有一些建议，可以参考：

1. 照料一块绿地

在你本地的社区公园照料一块绿地，或者与你其他的园艺爱好者朋友建立一个绿地。

2. 助教

许多学校，教会组织，夏令营等等都在寻找志愿者帮助教授阅读或艺术技巧。打几个电话看看他们需要什么。

3. 烘焙

如果你在做烘焙，将你的材料准备双份，然后将剩余的食物带给你的邻居们。

4. 组织食物捐赠

在一年中的任何时候，组织一次罐头食物捐赠，而不只是节假日。

5. 社区清洁

清洁空地和公园来美化你的邻里环境。

6. 参与本地志愿者活动

在你本地的医院，老年中心，流浪动物中心或其他组织做志愿者，帮助有需要的人。

单方精油 Essential Oil Singles

dōTERRA 多特瑞单方精油是以优质的芳香植物萃取精华。每一种精油都提供了原植物中精华的成分，从世界各地栽培、采收，经过温和的蒸馏过程后，萃集而成。每款精油产品都是取自天然植物，完全符合严格的纯度和品质标准。种类繁多，功能包罗万象，可以依照个人需要单独使用，也可以混合调配成独特的草本精油。

 <p>侧柏 Arborvitae</p> <p>49361912 5ml 产品价格: ¥280 VIP 价格: ¥175</p>	 <p>罗勒 Basil</p> <p>30012012 15ml 产品价格: ¥250 VIP 价格: ¥160</p>	 <p>佛手柑 Bergamot</p> <p>30791912 15ml 产品价格: ¥350 VIP 价格: ¥220</p>	 <p>黑胡椒 Black Pepper</p> <p>41042012 5ml 产品价格: ¥280 VIP 价格: ¥180</p>	 <p>小豆蔻 Cardamom</p> <p>49352012 5ml 产品价格: ¥330 VIP 价格: ¥205</p>
 <p>桂皮 Cassia</p> <p>30022012 15ml 产品价格: ¥240 VIP 价格: ¥150</p>	 <p>雪松 Cedarwood</p> <p>49301912 15ml 产品价格: ¥160 VIP 价格: ¥102.5</p>	 <p>芫荽叶 Cilantro</p> <p>41852012 15ml 产品价格: ¥330 VIP 价格: ¥210</p>	 <p>肉桂 (皮) Cinnamon Bark</p> <p>30032012 5ml 产品价格: ¥260 VIP 价格: ¥170</p>	 <p>快乐鼠尾草 Clary Sage</p> <p>30422012 15ml 产品价格: ¥460 VIP 价格: ¥290</p>
 <p>丁香 Clove</p> <p>30042012 15ml 产品价格: ¥180 VIP 价格: ¥110</p>	 <p>芫荽 Coriander</p> <p>30782012 15ml 产品价格: ¥330 VIP 价格: ¥210</p>	 <p>丝柏 Cypress</p> <p>30051912 15ml 产品价格: ¥200 VIP 价格: ¥125</p>	 <p>尤加利树 Eucalyptus</p> <p>30061912 15ml 产品价格: ¥180 VIP 价格: ¥110</p>	 <p>小茴香 Fennel</p> <p>41292012 15ml 产品价格: ¥190 VIP 价格: ¥120</p>
 <p>乳香 Frankincense</p> <p>30072012 15ml 产品价格: ¥880 VIP 价格: ¥560</p>	 <p>天竺葵 Geranium</p> <p>30092012 15ml 产品价格: ¥340 VIP 价格: ¥215</p>	 <p>生姜 (马达加斯加) Ginger</p> <p>31632012 15ml 产品价格: ¥490 VIP 价格: ¥315</p>	 <p>葡萄柚 (柚皮油) Grapefruit</p> <p>30102012 15ml 产品价格: ¥250 VIP 价格: ¥160</p>	 <p>永久花 Helichrysum</p> <p>30412012 5ml 产品价格: ¥950 VIP 价格: ¥665</p>
 <p>杜松浆果 Juniper Berry</p> <p>49292012 5ml 产品价格: ¥240 VIP 价格: ¥150</p>	 <p>薰衣草 Lavender</p> <p>30112012 15ml 产品价格: ¥260 VIP 价格: ¥170</p>	 <p>柠檬 Lemon</p> <p>30122012 15ml 产品价格: ¥130 VIP 价格: ¥80</p>	 <p>柠檬草 Lemongrass</p> <p>30132012 15ml 产品价格: ¥130 VIP 价格: ¥80</p>	 <p>莱姆 Lime</p> <p>30872012 15ml 产品价格: ¥160 VIP 价格: ¥105</p>
 <p>马郁兰 Marjoram</p> <p>30142012 15ml 产品价格: ¥240 VIP 价格: ¥150</p>	 <p>茶树 Tea Tree</p> <p>30152012 15ml 产品价格: ¥240 VIP 价格: ¥150</p>	 <p>香蜂草 Melissa</p> <p>30851912 5ml 产品价格: ¥1700 VIP 价格: ¥1095</p>	 <p>没药 Myrrh</p> <p>30162012 15ml 产品价格: ¥660 VIP 价格: ¥450</p>	 <p>牛至 Oregano</p> <p>30182012 15ml 产品价格: ¥300 VIP 价格: ¥190</p>
 <p>广藿香 Patchouli</p> <p>30892012 15ml 产品价格: ¥370 VIP 价格: ¥240</p>	 <p>薄荷 Peppermint</p> <p>30192012 15ml 产品价格: ¥260 VIP 价格: ¥165</p>	 <p>罗马洋甘菊 Roman Chamomile</p> <p>30802012 5ml 产品价格: ¥420 VIP 价格: ¥280</p>	 <p>迷迭香 Rosemary</p> <p>30202012 15ml 产品价格: ¥180 VIP 价格: ¥110</p>	 <p>檀香 Sandalwood</p> <p>30212012 5ml 产品价格: ¥890 VIP 价格: ¥620</p>

 <p>夏威夷檀香 Sandalwood, Hawaiian</p> <p>41862012 5ml 产品价格: ¥890 VIP 价格: ¥620</p>	 <p>绿薄荷 Spearmint</p> <p>31612012 15ml 产品价格: ¥370 VIP 价格: ¥235</p>	 <p>百里香 Thyme</p> <p>30222012 15ml 产品价格: ¥350 VIP 价格: ¥220</p>	 <p>岩兰草 Vetiver</p> <p>30432012 15ml 产品价格: ¥430 VIP 价格: ¥270</p>	 <p>白冷杉 White Fir</p> <p>30251912 15ml 产品价格: ¥250 VIP 价格: ¥160</p>
 <p>野橘 Wild Orange</p> <p>30172012 15ml 产品价格: ¥130 VIP 价格: ¥85</p>	 <p>冬青 (尼泊尔) Wintergreen</p> <p>31621912 15ml 产品价格: ¥240 VIP 价格: ¥155</p>	 <p>依兰依兰 Ylang Ylang</p> <p>30242012 15ml 产品价格: ¥440 VIP 价格: ¥280</p>	 <p>道格拉斯冷杉 (黄杉) Douglas Fir</p> <p>31591912 5ml 产品价格: ¥280 VIP 价格: ¥180</p>	

复方精油 Essential Oil Blends

dōTERRA 多特瑞研发具有特定调理作用的复方精油。这些精油是多年芳香调理经验的成果，并不断经过科学的验证。每一种配方都能充分利用原有的营养价值并将各种成分的活性做均衡的调配，以发挥出相辅相成的益处，保证精油成品天然、安全、纯净、有效。

 <p>芳香调理 AromaTouch</p> <p>31201912 15ml 产品价格: ¥330 VIP 价格: ¥210</p>	 <p>安定情绪 Balance</p> <p>31011912 15ml 产品价格: ¥250 VIP 价格: ¥160</p>	 <p>顺畅呼吸 Breathe/EasyAir</p> <p>49371912 15ml 产品价格: ¥250 VIP 价格: ¥160</p>	 <p>柑橘清新 Citrus Bliss</p> <p>31021912 15ml 产品价格: ¥190 VIP 价格: ¥120</p>	 <p>温柔呵护 Clarycalm</p> <p>35271912 10ml 产品价格: ¥320 VIP 价格: ¥220</p>
 <p>DDR 完美修护 DDR Prime</p> <p>41511912 30ml 产品价格: ¥690 VIP 价格: ¥445</p>	 <p>舒缓 Deep Blue</p> <p>31051912 5ml 产品价格: ¥400 VIP 价格: ¥255</p>	 <p>舒缓 (滚珠瓶) Deep Blue</p> <p>31381912 10ml 产品价格: ¥810 VIP 价格: ¥510</p>	 <p>乐活 DigestZen</p> <p>31032012 15ml 产品价格: ¥390 VIP 价格: ¥250</p>	 <p>活力舒醒 Elevation/Elation</p> <p>31042012 15ml 产品价格: ¥500 VIP 价格: ¥350</p>
 <p>新清肌调理 HD Clear</p> <p>49401912 10ml 产品价格: ¥260 VIP 价格: ¥170</p>	 <p>花样年华 Immortelle/Salubelle</p> <p>37141912 10ml 产品价格: ¥880 VIP 价格: ¥600</p>	 <p>全神贯注 InTune</p> <p>41841912 10ml 产品价格: ¥430 VIP 价格: ¥275</p>	 <p>保卫 On Guard</p> <p>31102012 15ml 产品价格: ¥400 VIP 价格: ¥255</p>	 <p>舒压 (滚珠瓶) PastTense</p> <p>31351912 10ml 产品价格: ¥230 VIP 价格: ¥145</p>
 <p>净化清新 Purify</p> <p>31061912 15ml 产品价格: ¥230 VIP 价格: ¥140</p>	 <p>神气 Serenity/Lavender Peace</p> <p>31091912 15ml 产品价格: ¥380 VIP 价格: ¥255</p>	 <p>轻盈 Smart & Sassy</p> <p>31372012 15ml 产品价格: ¥310 VIP 价格: ¥195</p>	 <p>不怕叮 Terrashield</p> <p>31701912 15ml 产品价格: ¥115 VIP 价格: ¥75</p>	 <p>不怕叮喷雾瓶 Terrashield Spray</p> <p>31601912 30ml 产品价格: ¥240 VIP 价格: ¥160</p>
 <p>仕女 Whisper</p> <p>31081912 5ml 产品价格: ¥300 VIP 价格: ¥190</p>	 <p>元气 Zendocrine</p> <p>31462012 15ml 产品价格: ¥310 VIP 价格: ¥195</p>			

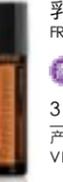
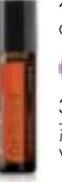
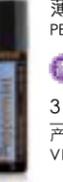
呵护套装 Touch Oil Blends

要兼顾全部人群又要保持精油效益不只是一门学问，同时也是一项艺术。dōTERRA 呵护套装应运而生。其含有非常受欢迎的九种精油再加入分馏椰子油调配而成，dōTERRA 呵护套装滚珠瓶组让精油使用更加简单方便。大人小孩皆适用。快来尽情享受 dōTERRA 呵护套装吧!



呵护套装
Touch Oil Blends

21191912	1套
产品价格: ¥2055	176点
VIP 价格: ¥1388	

 <p>顺畅呼吸精油滚珠装 EASY AIR™ TOUCH BLEND</p> <table border="1"> <tr> <td>31821912</td> <td>9ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥160</td> <td>14点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥105</td> <td></td> </tr> </table>	31821912	9ml	产品价格: ¥160	14点	VIP 价格: ¥105		 <p>舒缓精油滚珠装 DEEP BLUE® TOUCH BLEND</p> <table border="1"> <tr> <td>31811912</td> <td>9ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥510</td> <td>46点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥340</td> <td></td> </tr> </table>	31811912	9ml	产品价格: ¥510	46点	VIP 价格: ¥340		 <p>乐活精油滚珠装 DIGESTZEN® TOUCH BLEND</p> <table border="1"> <tr> <td>31781912</td> <td>9ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥250</td> <td>22点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥165</td> <td></td> </tr> </table>	31781912	9ml	产品价格: ¥250	22点	VIP 价格: ¥165		 <p>乳香精油滚珠装 FRANKINCENSE TOUCH BLEND</p> <table border="1"> <tr> <td>31801912</td> <td>9ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥555</td> <td>50点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥370</td> <td></td> </tr> </table>	31801912	9ml	产品价格: ¥555	50点	VIP 价格: ¥370		 <p>薰衣草精油滚珠装 LAVENDER TOUCH BLEND</p> <table border="1"> <tr> <td>31661912</td> <td>9ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥165</td> <td>15点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥110</td> <td></td> </tr> </table>	31661912	9ml	产品价格: ¥165	15点	VIP 价格: ¥110	
31821912	9ml																																	
产品价格: ¥160	14点																																	
VIP 价格: ¥105																																		
31811912	9ml																																	
产品价格: ¥510	46点																																	
VIP 价格: ¥340																																		
31781912	9ml																																	
产品价格: ¥250	22点																																	
VIP 价格: ¥165																																		
31801912	9ml																																	
产品价格: ¥555	50点																																	
VIP 价格: ¥370																																		
31661912	9ml																																	
产品价格: ¥165	15点																																	
VIP 价格: ¥110																																		
 <p>茶树精油滚珠装 TEA TREE TOUCH BLEND</p> <table border="1"> <tr> <td>31681912</td> <td>9ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥150</td> <td>14点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥100</td> <td></td> </tr> </table>	31681912	9ml	产品价格: ¥150	14点	VIP 价格: ¥100		 <p>保卫精油滚珠装 ON GUARD® TOUCH BLEND</p> <table border="1"> <tr> <td>31791912</td> <td>9ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥225</td> <td>23点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥170</td> <td></td> </tr> </table>	31791912	9ml	产品价格: ¥225	23点	VIP 价格: ¥170		 <p>牛至精油滚珠装 OREGANO TOUCH BLEND</p> <table border="1"> <tr> <td>31771912</td> <td>9ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥195</td> <td>18点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥130</td> <td></td> </tr> </table>	31771912	9ml	产品价格: ¥195	18点	VIP 价格: ¥130		 <p>薄荷精油滚珠装 PEPPERMINT TOUCH BLEND</p> <table border="1"> <tr> <td>31671912</td> <td>9ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥165</td> <td>15点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥110</td> <td></td> </tr> </table>	31671912	9ml	产品价格: ¥165	15点	VIP 价格: ¥110								
31681912	9ml																																	
产品价格: ¥150	14点																																	
VIP 价格: ¥100																																		
31791912	9ml																																	
产品价格: ¥225	23点																																	
VIP 价格: ¥170																																		
31771912	9ml																																	
产品价格: ¥195	18点																																	
VIP 价格: ¥130																																		
31671912	9ml																																	
产品价格: ¥165	15点																																	
VIP 价格: ¥110																																		

情绪芳心调理套装 Emotional Aromatherapy Kit

dōTERRA 多特瑞情绪芳心调理套装为一革命性的配方，依循环相扣的情绪调配芳香植物，为心灵芳香调理提供一套使用芳香精油简单却深层的方式。每瓶精油透过经验深厚的芳疗师能带来巨大的效果。dōTERRA 多特瑞让心灵芳香调理更加平易近人，代表六大情绪健康种类的全新复方精油适合正经历常见负面情绪的任何人使用。



情绪芳心调理套装
Emotional Aromatherapy Kit

21141912	1套
产品价格: ¥2000	150点
VIP 价格: ¥1208	

 <p>鼓舞 Motivate</p> <table border="1"> <tr> <td>31741912</td> <td>5ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥285</td> <td>26点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥190</td> <td></td> </tr> </table>	31741912	5ml	产品价格: ¥285	26点	VIP 价格: ¥190		 <p>欢欣 Cheer</p> <table border="1"> <tr> <td>31721912</td> <td>5ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥310</td> <td>28点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥205</td> <td></td> </tr> </table>	31721912	5ml	产品价格: ¥310	28点	VIP 价格: ¥205		 <p>热情 Passion</p> <table border="1"> <tr> <td>31761912</td> <td>5ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥510</td> <td>46点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥340</td> <td></td> </tr> </table>	31761912	5ml	产品价格: ¥510	46点	VIP 价格: ¥340	
31741912	5ml																			
产品价格: ¥285	26点																			
VIP 价格: ¥190																				
31721912	5ml																			
产品价格: ¥310	28点																			
VIP 价格: ¥205																				
31761912	5ml																			
产品价格: ¥510	46点																			
VIP 价格: ¥340																				
 <p>宽容 Forgive</p> <table border="1"> <tr> <td>31751912</td> <td>5ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥250</td> <td>22点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥165</td> <td></td> </tr> </table>	31751912	5ml	产品价格: ¥250	22点	VIP 价格: ¥165		 <p>抚慰 Console</p> <table border="1"> <tr> <td>31731912</td> <td>5ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥450</td> <td>41点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥300</td> <td></td> </tr> </table>	31731912	5ml	产品价格: ¥450	41点	VIP 价格: ¥300		 <p>静谧 Peace</p> <table border="1"> <tr> <td>31711912</td> <td>5ml</td> </tr> <tr> <td>产品价格: ¥345</td> <td>31点</td> </tr> <tr> <td>VIP 价格: ¥230</td> <td></td> </tr> </table>	31711912	5ml	产品价格: ¥345	31点	VIP 价格: ¥230	
31751912	5ml																			
产品价格: ¥250	22点																			
VIP 价格: ¥165																				
31731912	5ml																			
产品价格: ¥450	41点																			
VIP 价格: ¥300																				
31711912	5ml																			
产品价格: ¥345	31点																			
VIP 价格: ¥230																				



基础套装
Intro Kit

32182088	1套
产品价格: ¥250	15点
VIP 价格: ¥160	



愉悦香氛套装
Mood Management Kit

32681912	1套
产品价格: ¥820	50点
VIP 价格: ¥425	



家庭精选套装
Family Collection Kit

32791988	1套
产品价格: ¥1580	115点
VIP 价格: ¥1000	



居家清洁套装
Healthy Household Kit

21451912	1套
产品价格: ¥1190	100点
VIP 价格: ¥750	



花瓣芳香喷雾器
Petal Diffuser

33152222	1台
产品价格: ¥590	20点
VIP 价格: ¥375	



浮云喷雾器
Cloud Waterless Diffuser

33301912	1台
产品价格: ¥1130	43点
VIP 价格: ¥730	



浮云喷雾器喷嘴 2个装
CH Oils holder nozzle 2-pack

33330000	2个
产品价格: ¥105	0点
VIP 价格: ¥77	



顺畅呼吸糖(清爽系列)
EasyAir Throat Drops

35462012	1包
产品价格: ¥180	16点
VIP 价格: ¥120	



保卫复方浓缩清洁剂
On Guard Cleaner Concentrate

38141912	355ml
产品价格: ¥165	14点
VIP 价格: ¥105	



保卫复方糖果(安赏系列)
On Guard Throat Drops

34052012	1包
产品价格: ¥180	16点
VIP 价格: ¥120	



保卫复方净白牙膏
On Guard Toothpaste

38911912	1支
产品价格: ¥110	5.5点
VIP 价格: ¥68	

保卫复方净白牙膏家庭组
On Guard Toothpaste Family Pack(6+1)

20871912	6+1支
产品价格: ¥660	33点
VIP 价格: ¥400	



酸痛包
Pain Management Kit

20911912	1套
产品价格: ¥1370	116点
VIP 价格: ¥855	



呵护运动包
Single Touch Athlete's Kit

60200078	1套
产品价格: ¥1125	100点
VIP 价格: ¥750	



木盒
Wooden Box

32120000	1个
产品价格: ¥90	0点
VIP 价格: ¥90	



分馏椰子油
Fractionated Coconut Oil

31641912	115ml
产品价格: ¥150	13点
VIP 价格: ¥100	

dōTERRA® | 多特瑞



65881602

多特瑞(上海)商贸有限公司

客服热线: 400-920-9191

客服邮箱: Chinaservice@doterra.com

客服热线: doterra.cn

上海门店: 上海市静安区奉贤路218号奉贤庭2楼

北京门店: 北京市朝阳区湖景东路9号新奥购物中心H2层04号

广州门店: 广州市天河区林和西路161号中泰广场 首层A106

成都门店: 成都市高新区天仁路387大鼎世界广场3栋1层103



微信服务号



微信订阅号



多特瑞围裙由Home Sweet Home盼望园, 一家上海的非盈利机构进行制作。

Home Sweet Home盼望园成立于2005年, 致力于为特殊群体提供帮助。每周的某一天, 他们会为街上的无家可归人士分发食物及物品, 邀请他们来到中心沐浴、进餐并关心其生活; 同时也提供短期与长期的技能培训项目, 教授包括残障学员在内的特殊人群一些生存技能, 鼓励他们靠自己的力量融入社会。

这次多特瑞向Home Sweet Home 订购围裙, 就是支持这些无家可归或残障的特殊人群独立自强的最好方法。另外围裙的销售善款将归入多特瑞疗愈之手基金会, 帮助更多有需要的人。



多特瑞围裙
dōTERRA Apron

47710000	一条
产品价格: 100¥	0点