

EDIȚIA A 5-A PENTRU EUROPA

Uleiul de Mandarină verde
obținut din surse din Brazilia

PAGINA 8

ADEVĂRUL despre
uleiurile esențiale și
animalele de companie

PAGINA 28

Ghid pentru
a deveni un maestru
în amestecurile
pentru difuzare

PAGINA 26

Lămâie
Aspecte interesante,
rețete și recomandări
pentru formule
personalizate

PAGINA 32

CARACTERISTICI

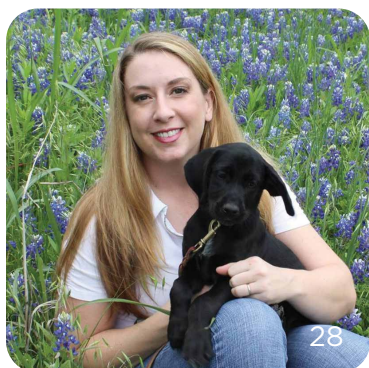
- 6** MATTHIAS ȘI SABINE Călătoria noastră cu dōTERRA.
- 8** MANDARINĂ VERDE O poveste a inovației din perspectiva resurselor.
- 12** ANDOCAREA MOLECULARĂ Descoperă modul în care desfășurăm cercetarea legată de uleiurile esențiale.
- 16** KEITH GABEL Consultant în materie de performanță din cadrul dōTERRA.
- 18** OBICEIURILE SĂNĂTOASE ZILNICE ALE LUI DR. HILL 6 principii ce sprijină obiceiurile sănătoase.
- 21** COLECȚIA PENTRU COPII dōTERRA Vă prezentăm noile amestecuri de uleiuri esențiale create special pentru copii.
- 26** CUM SĂ DEVII UN MAESTRU ÎN AMESTECURILE PENTRU DIFUZARE Ghid detaliat de creare a unor amestecuri perfecte, potrivite pentru utilizare în difuzoare.
- 28** ADEVĂRUL DESPRE ULEIURILE ESENȚIALE ȘI ANIMALELE DE COMPANIE Demontăm miturile legate de uleiurile esențiale și animalele de companie cu Dr. Janet Roark.
- 32** LĂMÂIE: Aspecte interesante, rețete și recomandări pentru formule personalizate.
- 34** ODIHNĂ ȘI RELAXARE: Transformă-ți rutina de seară.
- 36** DIY: DIFUZOR ȘI SUPTOR PENTRU ULEIURI ESENȚIALE Instrucțiuni detaliate.

SECȚIUNI

- 4** Întrebați-l pe Dr. Hill
- 5** Uleiul esențial în prim plan: Piper roz
- 10** Aromatouch™: Ce ulei ți se potrivește?
- 14** dōTERRA Healing Hands: Influențăm în bine întreaga lume
- 20** Uleiul esențial în prim plan: Turmeric
- 24** Rețete cu uleiuri esențiale: Unt dulce și savuros
- 30** Colțul dedicat nutriției: Probiotice/Prebiotice: Ce trebuie să știi
- 38** Ghidul produselor dōTERRA: Scurtă prezentare a tuturor produselor



Ghidul produselor dōTERRA (consultați paginile 38-60)



Nu lăsa **GARDA JOS**

Combate respirația urât mirositoare



Întrebați-l pe Dr. Hill



DR. DAVID K. HILL, DC

Vicepreședinte executiv, director medical/
președinte, comitetul științific consultativ

Î: R:

**Care este diferența
dintre Piper roz și
Piper negru?**



Deși vizual piperul roz și cel negru arată foarte similar, boabele de piper roz sunt, de fapt, mai apropiate de caju. În mod similar, atunci când analizăm compoziția lor chimică, aburul din uleiurile esențiale distilate din fructele lor prezintă, de fapt, mai multe diferențe decât asemănări. În special, uleiul de Piper roz are o concentrație mult mai mare de limonen, conține cantități semnificative de mircen și are cea mai ridicată concentrație de alfa-felandren pe care am descoperit-o vreodată într-un ulei esențial.

**Care sunt beneficiile pe
care ni le oferă uleiul
de Mandarină verde,
spre deosebire de alte
uleiuri din citrice?**



Ceea ce diferențiază cu adevărat uleiul de Mandarină verde de alte uleiuri esențiale similare este concentrația sa ridicată de gama-terpinen. În timp ce conferă o aromă revigorantă la fel ca alte uleiuri din citrice și este excelent pentru utilizare într-un agent de curățare a suprafețelor pe care-l poți pregăti pe cont propriu, are și alte utilizări zilnice care sunt unice. Aducă-l într-un pahar cu apă sau în băutura preferată de citrice, astfel încât compușii de gama-terpinen să poată sprijini funcțiile celulare naturale, atunci când este administrat intern. Puterea sa de curățare nu este limitată doar la suprafețe; este surprinzător de delicat și eficient pentru utilizare locală. Uleiul de Mandarină verde nu este fotosensibil, fiind astfel un ulei esențial excelent ce poate fi utilizat local în timpul activităților în aer liber.

**De ce este combinat
uleiul de Coadă
șoricelului cu uleiul de
Rodie (sămânță)?**



Coadă șoricelului este un ulei esențial cu adevărat unic — nu numai datorită culorii sale intense de albastru, ci și datorită compoziției sale chimice care poate conferi proprietăți uluitoare. Când am examinat cercetarea actuală, a devenit clar faptul că simbioza dintre compoziția și gama de beneficii ale uleiului de Coadă șoricelului și cele ale uleiului de Rodie (sămânță) ar putea crea ceva cu adevărat puternic. Uleiul de Rodie (sămânță) este o alternativă excelentă ca ulei căraș deoarece cercetarea experimentală sugerează că poate avea proprietăți de susținere a sănătății pielii și este bogat în acid punicic și alți compuși bioactivi. Cercetarea experimentală sugerează că acidul punicic poate conferi beneficii protectoare pentru anumite țesuturi ale corpului. Combinația dintre uleiurile esențiale de Coadă șoricelului și Rodie - (sămânță) este modalitatea perfectă prin care poți beneficia de înțelegerea noastră profundă a acestei sinergii.

**De ce uleiul esențial
de Magnolie este unic
față de alte uleiuri
esențiale florale?**



Uleiul de Magnolie are câteva similitudini legate de compoziția sa și numeroase dintre proprietățile calmante și relaxante ale altor uleiuri esențiale florale precum Levănțică și Ylang Ylang. Totuși, uleiul de Magnolie este într-o anumită măsură o anomalie când vine vorba de uleiurile esențiale bogate în alcool de monoterpen, linalol, deoarece nu conține acetat de linalil în cantități ce pot fi măsurate ușor. Acest aspect conferă uleiului de Magnolie o aromă distinctă similară mentei și oferă, de asemenea, un spectru de beneficii diferit față de ceea ce ai aștepta în mod obișnuit. În absența acetatului de linalil, linalolul devine un compus dominant și proprietățile sale ies în evidență. De exemplu, cercetarea experimentală sugerează că uleiul esențial de Magnolie poate fi eficient ca repelent pentru insecte datorită concentrației sale unice ridicate de linalol.

PIPER ROZ

Sursa de unde se obține: Kenya și Peru

Partea plantei: fruct

Metoda de distilare: distilare cu abur

Descriere aromatică: condimentat, fructat, ușor lemnos

Deși are aspect similar piperului negru, piperul roz (*Schinus molle*) se înrudește cu semințele de caju. Arbustul de piper roz (*Schinus molle*) era considerat un arbore sacru în cultura antică a incașilor. Populațiile indigene foloseau toate părțile arbustului, inclusiv fructul de piper roz, ca soluții naturiste pentru diferite necesități legate de sănătate.

MOD DE UTILIZARE:

Uz aromatic

- ◆ Inhalează profund pentru o acuitate mentală sporită

Uz intern

- ◆ Uleiul de Piper Roz poate înlocui uleiul de Piper Negru ca aromatizant pentru preparatele culinare
- ◆ Adaugă câteva picături în sosul preferat de salată pentru un gust condimentat

Uz extern

- ◆ Adaugă câteva picături de ulei de cocos fracționat pentru o aromă picantă ce binedispune

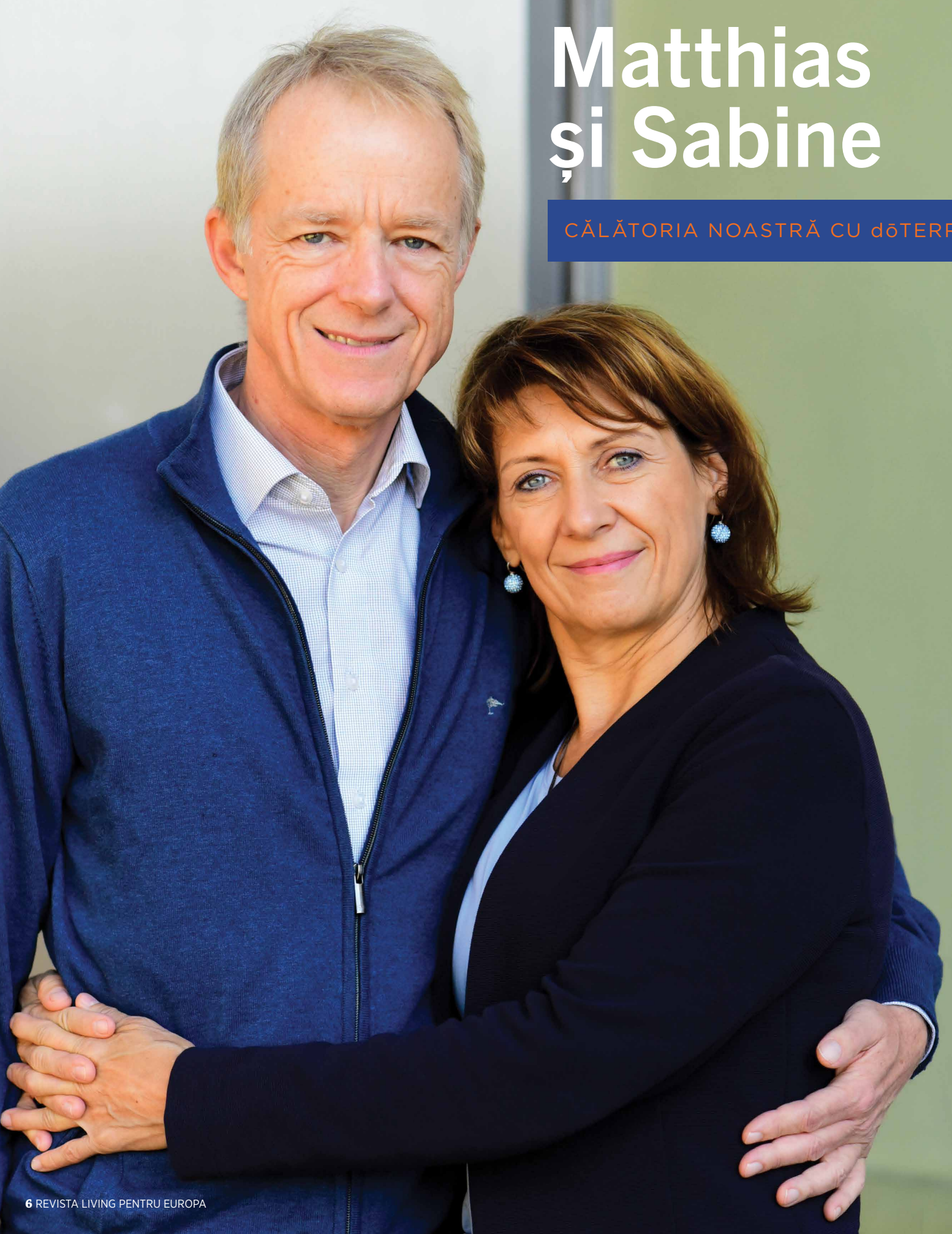
ASPECT INTERESANT:

Acest ulei a fost introdus inițial în colecția noastră Harmony ca ofertă limitată, iar acum este un produs permanent.



Matthias și Sabine

CĂLĂTORIA NOASTRĂ CU dōTERRA



Data este clară în mințile lor. 18 aprilie 2016 a fost ziua în care Matthias și Sabine și-au început călătoria cu dōTERRA. Cu cinci luni înainte, încercaseră pentru prima dată un produs dōTERRA, pasta de dinți On Guard™. La urma urmei, toată lumea știe ce să facă cu pasta de dinți!

În calitate de Presidential Diamonds de succes, aceștia trăiesc împreună într-o frumoasă fermă în partea de nord a Germaniei și au doi copii adulți: Luise (24) și Jonathan (21).

Aceasta este povestea lor.

Când un vechi prieten de-al nostru, Adheesh, ne-a trimis un kit de înrolare „Family Wellness”, universul uleiurilor esențiale era încă un mister. Și cum nu știam ce să facem exact cu produsele primite, am decis să încercăm mai întâi pasta de dinți și ne-a plăcut foarte mult. Ne-a luat puțin mai mult să folosim uleiurile, însă după câteva discuții telefonice cu Adheesh, am început să le utilizăm, după care uleiurile esențiale au devenit parte din rutina noastră zilnică.

Sabine:

Când Matthias s-a decis să devină consultant, am fost surprinsă! Nu pentru că nu doream să facă acest lucru, ci pentru că de obicei eu sunt cea impulsivă.

Matthias:

Nivelul de încredere pe care îl aveam în prietenul meu și faptul că am putut să observ cât de mulțumit era de dōTERRA și cât de serioasă era compania, m-au reasigurat și m-au determinat să fac un pas mare.

Nu putem trăi fără...



Recomandări privind uleiurile esențiale

1. Mereu am biluțe On Guard la mine. Nu contează dacă este iarnă, vară sau primăvară, sunt esențiale.
2. Dacă ai o soacră mai „dificilă”, difuzează Citrus Bliss™!
3. Deep Blue™ este un produs obligatoriu pentru relaxarea musculaturii sau înainte și după exerciții fizice.
4. Pentru a dormi, am un difuzor cu Serenity și Cimbru lângă pat, iar Sabine are cel puțin 10 uleiuri, inclusiv dōTERRA Peace™ și Vetiver ca produse de bază.
5. Ne place și InTune™ pentru a ne menține concentrarea.

Sabine:

Pentru mine, totul se rezumă la faptul că pot fi propriul meu șef. După ce am lucrat pentru companii multinaționale timp de mai mulți ani în calitate de director de marketing, am simțit mereu că a trebuit să lucrez mai mult, femeie fiind, pentru a fi auzită sau pentru a fi luată în serios. De aceea, cred că dōTERRA și cultura sa te ajută să ai încredere în tine. Nu contează dacă ești bărbat sau femeie, tânăr sau bătrân, frumos la exterior sau la interior. Singurul lucru care contează este reprezentat de munca și dedicarea cu care îți desfășori activitatea. Acum știm că munca noastră contribuie la îmbunătățirea lumii noastre în fiecare zi.

dōTERRA nu ne-a oferit doar flexibilitatea la care am visat mereu de-a lungul vieții, ci ne-a îmbunătățit și starea de bine generală. Acum suntem mai conștienți de corpurile noastre și ne-am schimbat întreaga abordare legată de stilul de viață. Ne axăm pe soluții și pe a oferi corpurilor și minților noastre instrumentele de care au nevoie pentru a conlucra perfect.

Credem că uleiurile esențiale vor revoluționa modul în care noi ca societate ne raportăm la soluțiile naturale.

Mandarină verde

O poveste a inovației

Mandarinul (*Citrus reticulata*) este originar din Asia de sud-est și Filipine. În 1850, planta exista deja în partea de sud a Italiei, după ce fusese adusă acolo, și prospera în noul său mediu. Deoarece numeroși coloniști din Italia au început să se mute în partea de sud a Braziliei, aceștia și-au dat seama că solul și condițiile de cultivare erau foarte favorabile pentru cultivarea a diferite varietăți de arbori de citrice, la fel ca solul din Italia. Mii de imigranți europeni găsiseră un loc superb pe care l-au considerat casa lor în Brazilia de sud. Aceasta este povestea unei familii care a jucat un rol esențial în dezvoltarea și extinderea producției de ulei de Mandarină verde în Brazilia.

Păstrarea vie a tradițiilor

Enzo, originar din Sicilia, s-a mutat în Brazilia în anii 1970, când avea puțin peste 20 de ani. Unul dintre lucrurile cheie pe care Enzo le-a adus în Brazilia a fost pasiunea și cunoștințele sale legate de cultivarea arborilor de citrice și prelucrarea acestora pentru obținerea uleiurilor esențiale. Acesta a învățat arta prelucrării citricelor lucrând alături de tatăl și bunicul său în afacerea de familie cu citrice din Sicilia. Enzo reprezintă a patra generație care duce mai departe tradițiile de familie și experiența în producția de uleiuri esențiale din citrice. Chiar și în prezent, unele dintre amintirile cele mai dragi ale lui Enzo au legătură cu zilele în care, băiat fiind, obișnuia să petreacă timp împreună cu bunicul său în livezile cu citrice și în fabrică.

Enzo este un adevărat pionier în producția de uleiuri esențiale din citrice din Brazilia. Mandarinul trebuie rărit extrem de mult când fructele sunt încă crude și necoapte. Aproximativ 60–70% din fructele necoapte se îndepărtează în acest proces de rărire. În trecut, aceste fructe verzi și necoapte erau lăsate pe jos, pentru a se descompune și a deveni materie organică.



Culturi bazate pe „upcycling”

Mulțumită bunicului său, Enzo știa că aceste fructe necoapte pot fi utilizate mai bine și pot oferi beneficii suplimentare fiecărui fermier. Știa, de asemenea, că putea produce un ulei esențial superb. Influența sa a fost esențială atunci când a mers la diferiți mici fermieri pentru a le arăta că fructele necoapte de mandarin au valoare. Datorită eforturilor sale depuse de-a lungul multor ani, majoritatea cultivatorilor de mandarine din sudul Braziliei lucrează acum în parteneriat cu Enzo pentru a recolta aceste fructe de mandarin verzi necoapte.

În prezent, datorită eforturilor lui Enzo, veniturile pe care le obțin acești mici fermieri din achiziția acestor mandarine verzi necoapte de către Enzo le permite fermierilor să acopere costurile de bază ale lucrărilor asociate culturii pentru respectivul sezon. Aceasta permite ca întregul venit obținut din vânzările obișnuite de fructe proaspete să fie „profit integral” - o schimbare excelentă față de perioada anterioară succesului mandarinei verzi, când o parte din vânzările fructelor proaspete trebuia să acopere costurile generale asociate culturilor de acest gen.

Fermieri mici, beneficii mari

dōTERRA încheie cu mult entuziasm un parteneriat cu Enzo și 16.000 de mici fermieri pentru a aduce pe piață uleiul esențial de Mandarină verde. Este o poveste a inovației, muncii în echipă și experienței care se îmbină și ne inspiră. Enzo culege fructele necoapte de mandarin și folosește procesul de presare la rece folosit de obicei în cazul citricelor pentru a extrage acest impresionant ulei esențial. Totuși, pasiunea lui Enzo pentru uleiurile esențiale nu se termină la Mandarină verde. El contribuie și la producția diferitor uleiuri esențiale din citrice, inclusiv uleiurile esențiale de Portocală sălbatică, Tangerină și Lămâie verde. Iubește uleiurile esențiale și iubește să facă parte din familia dōTERRA.

Uleiul de Mandarină verde va deveni rapid unul dintre uleiurile tale preferate. Chiar și ca ulei de citrice unic, are numeroase dintre beneficiile pe care le conferă și celelalte uleiuri din citrice; totuși, are o caracteristică foarte diferită. Nu este un ulei fotosensibil, deoarece mandarina este recoltată înainte ca fructul să fi ajuns complet la maturitate. Această proprietate face ca Mandarină verde să fie un ulei special din citrice care poate fi utilizat la fel de bine în aer liber și în spații interioare.



aromatouch TECHNIQUE™

Studiile clinice dōTERRA au arătat că Tehnica AromaTouch este o modalitate excelentă prin care se pot dezvolta legături interumane și care poate influența pozitiv diferiți indicatori ai stării de bine. AromaTouch Technique a fost dezvoltată pentru ca tu și cei din jurul tău să experimentați bucuria conectării interumane semnificative și de durată.

Prezintă AromaTouch Technique unei alte persoane și completează chestionarul nostru pentru a afla ce ulei se potrivește personalității tale.

CE ULEI ȚI SE POTRIVEȘTE?

PASUL 1: Autentifică-te pe Facebook

PASUL 2: Caută pagina „AromaTouch Technique Quiz” (cu 50.000+ Like-uri)

PASUL 3: Pe bara laterală din stânga, fă clic pe „Quiz” (Chestionar)

PASUL 4: Selectează butonul „Let’s Get Started” (Să începem)

PASUL 5: Poate apărea o fereastră de tip „pop-up” care te informează că trebuie să autorizezi aplicația. Urmează instrucțiunile pentru a continua, iar chestionarul se va deschide automat

PASUL 6: După ce primești rezultatul, partajează-l cu prietenii tăi!

TIPURI DE PERSONALITATE ȘI ULEIURILE CORESPUNZĂTOARE

dōTERRA BALANCE™:

Ai o prezență care aduce cu sine calmul și ajută la crearea unui mediu stabil. Nu îți plac situațiile conflictuale. Ești aproape de natură și ai prefera să fii cât mai mult posibil în aer liber. Îți place timpul petrecut pe cont propriu pentru a-ți aduna gândurile.

TE ASEMENI CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
ULEIULUI DE LEVĂNȚICĂ



TE COMPLETEZI RECIPROC CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
AMESTECULUI DEEP BLUE™



LEVĂNȚICĂ:

Ai o personalitate relaxată și ai o perspectivă lejeră asupra vieții. Ai o natură împăciuitoare și te bucuri când conflictele se rezolvă. Îți plac plimbările lungi în care te poți bucura de natură sau să te afli în locuri liniștite. Îți poți face pe cei din jurul tău să se simtă în largul lor și poți fi un real sprijin în momente dificile sau stresante.

TE ASEMENI CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
AMESTECULUI
dōTERRA BALANCE™



TE COMPLETEZI RECIPROC CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
ULEIULUI PORTOCALĂ
SĂLBATICĂ



ARBORE DE CEAI:

Ești întotdeauna persoana care are ceva amuzant de spus. Îți place să te joci și să faci glume cu ceilalți ocazional. Îți place să-i ajuți pe ceilalți și te simți bine când dai o mână de ajutor. Prin simpla ta prezență, reușești să-i înviezi pe cei din jurul tău care trec prin momente mai dificile.

TE ASEMENI CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
ULEIULUI DE
PORTOCALĂ SĂLBATICĂ



TE COMPLETEZI RECIPROC CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
ULEIULUI DE MENTĂ



dōTERRA ON GUARD™:

Ești persoana „dedicată” care găsește mereu noi moduri prin care îi poate ajuta pe ceilalți. Dacă există vreo problemă de rezolvat, tu cu siguranță o vei rezolva! Poți duce la bun sfârșit orice deoarece crezi că nimic nu este imposibil. Ai o fire dinamică și nu-ți este teamă de puțină competiție.

TE ASEMENI CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
ULEIULUI DE MENTĂ



TE COMPLETEZI RECIPROC CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
AMESTECULUI AROMATOUGH™



AROMATOUGH™:

Ești combinația perfectă dintre calm și activ, ceea ce te face un model excelent de admirat. Ești consecvent și versatil, ceea ce te face o persoană extrem de valoroasă. Canotajul este un exemplu excelent de activitate care ți-ar plăcea, deoarece este relaxantă, dar în același timp riscantă.

TE ASEMENI CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
AMESTECULUI DEEP BLUE™



TE COMPLETEZI RECIPROC CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
AMESTECULUI
dōTERRA ON GUARD™



DEEP BLUE™:

Te încadrezi în categoria „celor care au cele mai mari șanse să reușească în viață”. Ești concentrat și determinat, fiind extrem de competent în orice faci. Ești puternic, athletic și ai o rezistență de excepție. Ești axat pe obiective și ai foarte multe realizări.

TE ASEMENI CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
AMESTECULUI AROMATOUGH™



TE COMPLETEZI RECIPROC CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
AMESTECULUI
dōTERRA BALANCE™



PORTOCALĂ SĂLBATICĂ:

Ești plin de energie. Ești atât de voios și energic încât pare că nimic nu te poate deprima. Cei din jurul tău se simt captivați de atitudinea ta pozitivă și puternică. Îți place să faci activități acolo unde sunt mai multe persoane, deoarece motoul tău este „cu cât mai mulți, cu atât mai bine”. Îți place să te bucuri de soare oricând poți.

TE ASEMENI CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
ULEIULUI DE ARBORE
DE CEAI



TE COMPLETEZI RECIPROC CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
ULEIULUI DE LEVĂNȚICĂ



MENTĂ:

Ai o fire independentă și puternică. Știi bine cine ești și nu ai nevoie de validare din partea celorlalți pentru a-ți cunoaște propria valoare. Reușești să-i reenergizezi pe cei din jurul tău mulțumită puterii tale. Spiritul tău independent nu înseamnă că nu îți place să fii în preajma altor persoane, ci că te simți în largul tău atunci când poți să te ocupi personal de rezolvarea situațiilor ce pot apărea.

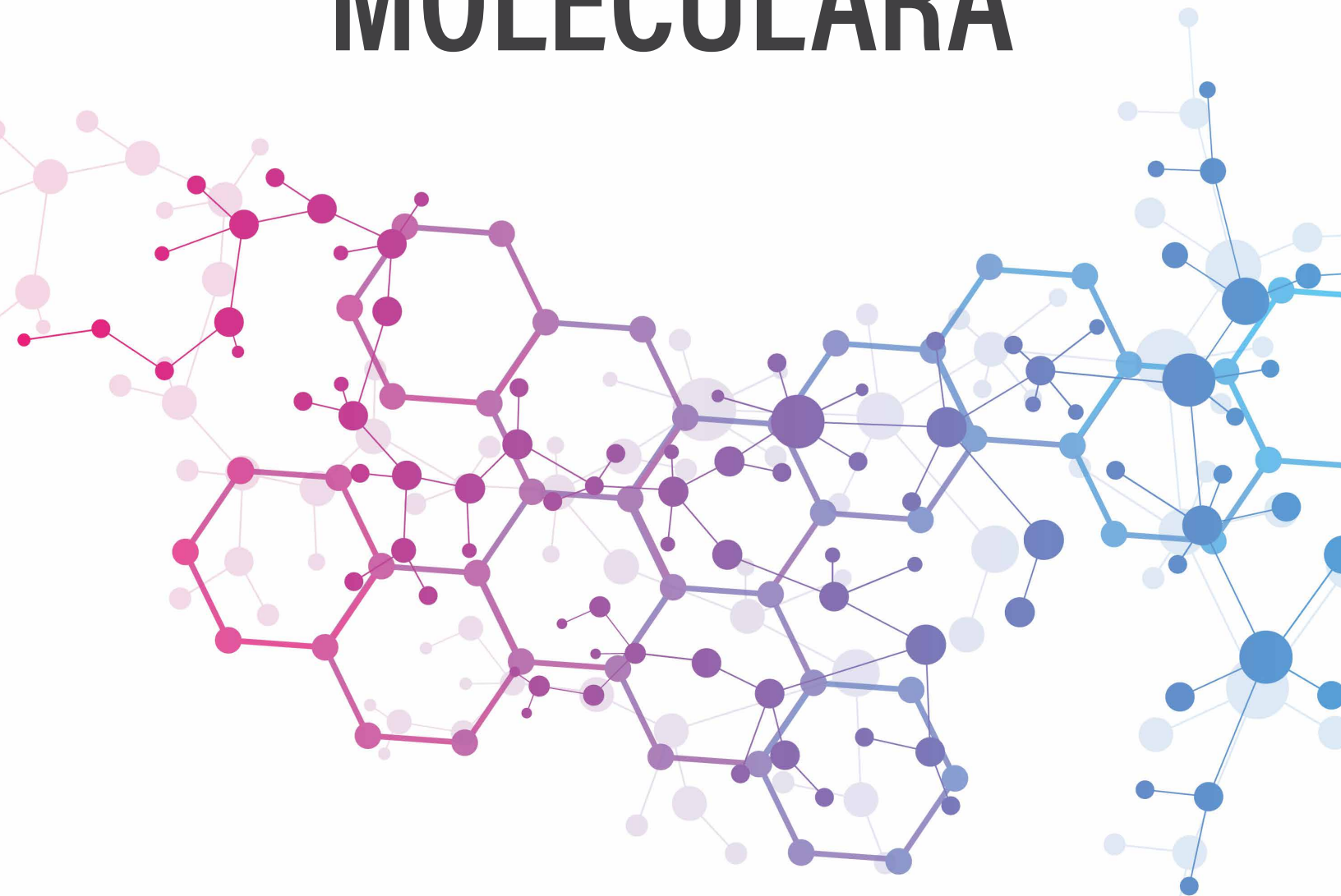
TE ASEMENI CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
AMESTECULUI
dōTERRA ON GUARD



TE COMPLETEZI RECIPROC CU:
PRIETENII DIN GRUPUL
ULEIULUI DE ARBORE DE CEAI



Andocarea MOLECULARĂ



Odată cu creșterea rapidă a industriei uleiurilor esențiale la nivel mondial și cu cercetarea științifică modernă care ne ajută să descoperim noi moduri în care aceste daruri ale pământului ne pot îmbunătăți viețile zilnic, mulți încep să se întrebe „Ce anume determină uleiurile esențiale să acționeze în felul în care o fac?” Din fericire, o rețea de cercetători din cadrul dōTERRA și partenerii lor de cercetare încep să găsească răspunsuri la această întrebare, pe măsură ce descoperă modul în care uleiurile esențiale au o gamă remarcabilă de beneficii și capacitatea de a avea o influență pozitivă asupra vieții noastre. Acest parteneriat asigură o cercetare de ultimă generație prin determinarea impactului uleiurilor esențiale asupra conexiunilor biologice, pentru a spori calitatea și a găsi noi metode de aplicare și pentru a demonstra modul în care uleiurile esențiale CPTG™ reprezintă concurenți importanți pe piața uleiurilor esențiale 100% naturale.

Cercetare extinsă

Pentru a înțelege complet modul în care uleiurile esențiale și componentele lor influențează și au un impact de durată la nivel celular, trebuie să privim mai atent dincolo de manifestările fizice, ca de exemplu, aspectul îmbunătățit al tenului sau respirația îmbunătățită. Trebuie să facem o incursiune la nivelul celulei pentru a descoperi modul în care uleiurile esențiale funcționează la nivel microscopic. Totuși, chiar și la nivel microscopic, încă primim răspunsuri la numeroase întrebări în fiecare zi.

Începem de la o idee simplă: știm că uleiurile esențiale funcționează. Cu ajutorul microscopului, cercetătorii din cadrul dōTERRA ne vor ajuta să înțelegem modul și cauza pentru care uleiurile esențiale acționează în modurile respective. dōTERRA implementează în prezent andocarea moleculară, proteomica (studiul pe scară largă al proteinelor) și alte metode fascinante de descoperire pentru a examina mecanismul de acțiune al uleiurilor esențiale la nivel molecular. O mare parte din această cercetare este complet nouă, nu numai pentru studiul uleiurilor esențiale, ci și pentru universul științific în general, și este realizată intern de către cercetători dōTERRA care au o înaltă calificare în metodele de cercetare de primă linie.

O abordare *In Silico* pentru studiul uleiurilor esențiale

Andocarea moleculară reprezintă un instrument de cercetare *in silico* folosit pentru a caracteriza interacțiunile dintre două molecule. Când termenul „*in silico*” este utilizat pentru a descrie un proces științific, înseamnă pur și simplu că se realizează printr-o simulare computerizată. Andocarea moleculară și rezultatele asistate de calculator sunt extrem de benefice pentru comunitatea științifică, oferind o modalitate eficientă din punctul de vedere al timpului și al costurilor de a evalua modul în care moleculele interacționează între ele. Acest instrument oferă informații importante înainte de a evalua modul în care moleculele pot reacționa atunci când le examinăm în culturi de celule sau într-un organism viu.

Metode noi de cercetare

Andocarea moleculară din cadrul cercetării uleiurilor esențiale implică utilizarea de programe și parametri speciali cu scopul de a determina interacțiunile dintre compușii uleiurilor esențiale și țintele proteice din interiorul celulei. Prin intermediul acestor programe, cercetătorii din cadrul dōTERRA pot să dobândească o imagine mai clară asupra acțiunii uleiurilor esențiale, observând felul în care acestea pot interacționa cu țintele lor proteice.

Noi beneficii pentru tine

Tehnologia avansează continuu, ceea ce duce la o utilizare mai ridicată a substanțelor sintetice și a aditivilor; datele adunate din testarea proteomică de către partenerii noștri cercetători ne permit nu numai să înțelegem mai bine modul în care uleiurile esențiale acționează ci și să detectăm mult mai sigur substanțele străine de uleiurile esențiale complet naturale și de cea mai înaltă calitate. Cunoștințele dobândite din studiile *in silico* referitoare la interacțiunea dintre uleiurile esențiale și celulele noastre, precum andocarea moleculară, oferă companiei dōTERRA informații despre eficiența modelelor actuale de utilizare, despre cum pot să îmbunătățească amestecurile pentru anumite scopuri specifice și să descopere noi potențiale beneficii ale acelor compuși aromatici unici.

Concluzie

Bazându-se pe activitatea realizată zilnic de experții noștri științifici și colaborările din domeniul cercetării, dōTERRA continuă să stabilească noi standarde în materie de inovație și știință în industria uleiurilor esențiale. Cercetătorii dōTERRA și colaboratorii lor din domeniul cercetării sunt implicați în prezent în mai multe proiecte și se pregătesc să prezinte rezultatele comunității științifice și vouă, adăugând la lista lor de lucrări științifice de top din domeniu, listă care crește constant. Deși mai există numeroase aspecte de cercetat, dōTERRA începe să rezolve puzzle-ul științific complex al experienței profunde legate de uleiurile esențiale. Cunoștințele dobândite în aceste studii ne vor ajuta să avem o mai bună înțelegere a uleiurilor esențiale, să dovedim în continuare eficacitatea, puritatea și calitatea fără egal a uleiurilor CPTG și să contribuim la formularea de produse viitoare.



Influențăm în bine întreaga lume

De la început, misiunea dōTERRA a fost să dăruiască celor care au nevoie de ajutor. Prin crearea Healing Hands Foundation în Statele Unite ale Americii, această misiune a fost dusă la îndeplinire. Succesul acestei inițiative și proiectele transformatoare care au avut loc se datorează vouă. Prin donațiile generoase în bani și timp alocat, voi ați avut un impact impresionant care a fost observat și apreciat în întreaga lume. În cele ce urmează vă prezentăm doar o mică parte din proiectele incredibile care au putut deveni realitate cu ajutorul vostru.

dōTERRA International

continuă să suporte toate cheltuielile indirecte și costurile administrative, asigurându-se astfel că toate donațiile ajung în procent de 100% direct la oamenii care beneficiază de ajutor.

Cō-Impact Sourcing™



Guatemala

Atelierul multifuncțional și echipamentele Sika'abe:

Sika'abe și-a extins spațiul și ofertele de cursuri. Pe terenul nou achiziționat, au construit un atelier multifuncțional și au achiziționat echipamente pe care elevii să poată învăța lucrări de reparații pe motoare mici, lucrări de tâmplărie și alte cursuri.



Kenya

Proiect de alimentare cu apă:

Începând din 2016, dōTERRA Healing Hands desfășoară un proiect de alimentare cu apă pentru a furniza apă curată școlii primare Mwamose. În 2017, realizarea săpăturilor pentru un puț și instalarea de conducte, a unui turn de apă, a unor rezervoare și a unui panou solar au asigurat comunității din împrejurimi acces la apă proaspătă. Proiectul este în curs de desfășurare.



Haiti

Proiectul dedicat reparațiilor și asistenței în caz de calamități naturale:

După ce devastatorul uragan de categoria 4 Matthew a distrus o mare parte din Haiti la finalul anului 2016, Healing Hands Foundation, o fundație din Statele Unite ale Americii, a contribuit la eforturile de reparații și reconstrucție. Au fost reparate mai multe puțuri de apă în Les Cayes, 588 acoperișuri, și s-au reconstruit mai multe clădiri din comunitate, inclusiv o școală elementară pentru 152 elevi.



Lesbos

Oferirea de ajutor refugiaților:

La începutul lunii decembrie 2016, dōTERRA Europa a organizat o călătorie în scopuri umanitare în Lesbos cu dōTERRA Healing Hands Foundation, o fundație din Statele Unite, pentru a colabora cu organizația nonguvernamentală (ONG) Because We Carry. dōTERRA Europe depune eforturi pentru a asigura consultanților din Europa o oportunitate permanentă de a putea ajuta în Lesbos în mod constant.

Eforturile mondiale de combatere a traficului sexual
Fundatia dōTERRA Healing Hands din Statele Unite ale Americii a devenit partener al 3 Strands Global și Rapha House în 2018. Aceste noi parteneriate contribuie la extinderea activităților de combatere a traficului sexual.

În cadrul dōTERRA™ You Convention din septembrie 2017, dōTERRA Healing Hands și Days for Girls International au obținut titlul GUINNESS WORLD RECORDS™ pentru cele mai multe pachete cu produse de igienă personală asamblate într-o oră.

Finanțare prin microcredite

Mentors International

dōTERRA Healing Hands se mândrește să fie partenera organizației de microcredite Mentors International. Oferind credit persoanelor care nu ar avea altfel alte șanse de finanțare sau ale căror opțiuni de creditare sunt mai degrabă creditorii neetici și chiar periculoși, fondul de microcredite contribuie la întrajutorarea persoanelor nevoiașe, îmbunătățind în același timp comunitățile prin dezvoltare economică.

Maria Pillaca Noa: Maria a făcut cunoștință cu Mentors Peru prin intermediul unui fost profesor de-al său. Primul său credit a fost de 147€, cu scopul de a o ajuta pe ea și pe soțul ei să-și dezvolte afacerea de mobilier/tapițerie. În prezent, Maria economisește bani pentru a achiziționa o nouă mașină de cusut care o va ajuta să coasă mai eficient diferite tipuri de țesături.



Proiectele de parteneriate ale consultanților

74



37



37



PROIECTE FINALIZATE ÎN 2017

1. A Child's Hope Foundation
2. Acacia Shade
3. Blanca's House
4. Christian Life Church
5. Divinely Essential, LLC (Centrul pentru mari speranțe)
6. Elevatus Foundation
7. EMAS Canada (Clinica medicală Gambade)
8. FOOT Foundation, Inc.
9. Gateway to College Academy (Sonoma County Fire Devastation)
10. Ghana Make a Difference
11. Guatemala Children's Foundation
12. Healing Agents International
13. Helping SAVE
14. Ho'ōla Nā Pua
15. Hope Church Missions Group
16. Joy's G.I.F.T.
17. Julianna Saylor Fundraiser
18. Junglekeepers
19. Kids3
20. Societatea de dezvoltare internațională Kuwasha (Pacific Academy Outreach Society)
21. Proiectul Lesbos Grecia
22. Programul Midway Elementary Special Needs (The Education Foundation)
23. Open Arms International
24. Operation Underground Railroad Fundraiser
25. Peacework
26. Red Island Restoration (WorldVenture)
27. Santa Rosa Fire Devastation
28. Sarnelli House
29. School the World
30. Selah Freedom
31. Sheltering Wings
32. St. Augustine Humane Society
33. The Mission Inc.
34. Vusama Village Tour
35. Wheelchair Foundation
36. Youth Service International
37. 109 World

PROIECTE APROBATE ÎN 2017 CU DATE DE FINALIZARE ÎN 2018

1. HandReach
2. Giveoils Foundation
3. Orfelinatul Blessing the Children Ministry
4. No More Chains
5. Ghana Make a Difference
6. Santa Rosa Fire Devastation
7. Partners in Home Care
8. Joel 2 Missions
9. Programul Youth Employability
10. One Love
11. Natural Doctors International
12. Worlds Collide Africa (One Ndoto)
13. Hope Alliance
14. Mission Mbale
15. Kara Tepe Camp Project
16. Ninos Con Valor
17. El Refugio Fundación, A.C.
18. Tumaini Children's Charity
19. Cultiva International
20. Pistis Academy and Children's Home
21. Programa Velasco
22. International Extremity Project
23. Lighthouse Sanctuary
24. Essential Peace Vegas
25. KICKcancER Movement
26. Farmer FoodShare
27. Woodland Star Elementary School (Napa and Sonoma Fire Devastation)
28. Gateway to College Academy (Napa and Sonoma Fire Devastation)
29. Operation Walk—Freedom to Move
30. AmbIAR
31. Ananda Learning Center
32. Bridges to Hope
33. Recycled and Redeemed
34. Eldoret Kenya—Women's Empowerment Project
35. Providing Change
36. Time for Teens
37. Allied Media Projects



KEITH GABEL

CUM AI AJUNS SĂ PRACTICI SNOWBOARDING LA NIVEL COMPETIȚIONAL?

O să încep prin a spune că snowboarding-ul este credința mea. Am început acest sport la vârsta de 15 ani. Am început inițial cu schiul când aveam 12 ani, însă îmi doream de fapt să fac snowboarding. Tata era un schior de tip vechi. Întotdeauna îmi spunea că dacă vreau să schiez, o să plătească el pentru tot, dar dacă vreau să fac snowboarding, atunci o să trebuiască să plătesc totul eu însumi. M-am angajat la primul meu loc de muncă și mi-am cumpărat un set de plăci K2 la mâna a doua, cu legături și clăpări. De atunci, snowboardingul a fost nu numai un hobby, ci și un mod de viață. Îmi stabilesc obiective ce par imposibil de atins, iar apoi încerc să le urmez și să le transform în realitate. Reușesc să mă identific cu natura, jucând un rol important într-un dans armonios care se poate transforma într-o luptă volatilă, una care poate fi efectiv pe viață și pe moarte, într-o fracțiune de secundă. Este unul dintre cele mai reale locuri de pe Pământ. Adică, unde te poți afla mai aproape de Dumnezeu dacă nu la o altitudine de 4200m?

AI O ANUMITĂ RUTINĂ CU CARE TE PREGĂTEȘTI PENTRU COMPETIȚII? CARE ESTE ACEASTA?

Da. În fiecare zi, indiferent de ceea ce fac, adaug câteva picături de ulei dōTERRA Motivate™ sau Mentă în difuzor, iar apoi meditez timp de 10-15 minute. După aceea, petrec minim 30 de minute făcând yoga pentru a-mi începe ziua cu dreptul. Apoi, dacă este iarnă, merg pe munte și petrec aproximativ 4-6 ore în zăpadă. După aceea iau o pauză de circa

o oră pentru a reflecta la ziua respectivă, iar apoi merg la sală pentru alte două sau trei ore de exerciții de forță și de menținere. De obicei, petrec următoarele 45 de minute făcând un exercițiu de relaxare. La final, folosesc unguentul Deep Blue™ pentru un ciclu complet de recuperare.

CE ÎȚI PLACE CEL MAI MULT CÂND VINE VORBA DE SNOWBOARDING?

Aș putea spune că unul dintre lucrurile mele preferate legate de acest sport este faptul că te eliberezi complet atunci când te identifiți cu natura, lucrând împreună cu ea, nu împotriva ei. Îmi place senzația pe care o simți atunci când faci o săritură de 20m și zbori în aer asemenea unei păsări sau atunci când vezi un nou morman de zăpadă și faci o rotire pe călcâi, desprinzând o perdea de zăpadă proaspătă, care te orbește din toate direcțiile și te forțează să treci prin ea, căutând o urmă de lumină. Îmi place că sunt singurul responsabil pentru deciziile mele și rezultatul zilei.

CUM A FOST SĂ CONCUREZI LA JOCURILE PARALIMPICE?

Cum aș putea descrie acel sentiment? Imaginează-ți momentul unic din viața ta în care se concretizează toate eforturile depuse până atunci. Toată munca depusă, toate sacrificiile făcute și momentele mai dificile prin care a trebuit să treci, toate acestea își fac cunoscut rezultatul în acea unică zi. Nu doar într-o zi, ci în doar câteva runde. Prima dată când am concurat la Jocuri, pentru mine a fost ca o simplă călătorie. Am încercat să observ și

să experimentez cât mai mult posibil. Echipa SUA a concurat târziu așa că m-am aflat în Rusia timp de două săptămâni înainte de concurs. A trebuit să-mi reamintesc că mă aflam acolo pentru a duce la îndeplinire un lucru. A doua oară am avut o echipă de șapte persoane, inclusiv pe soția mea Heather și unii dintre cei mai apropiați prieteni ai mei care au venit să mă susțină. Am avut un sentiment fantastic când mă uitam în zona spectatorilor după ce concuram și vedeam un număr mare de fani care ne susțineau pe mine și restul echipei SUA. Faptul că am ajuns pe podium și am putut să-mi reprezint familia, țara și pe mine însumi este un lucru care nu poate fi redat cu adevărat în cuvinte.

CE ANUME TE INSPIRĂ?

Este o întrebare dificilă. Cred că îmi iau inspirația din câteva locuri diferite. În primul rând, am o structură de sprijin uimitoare care este formată din Heather (care este probabil cel mai mare suporter al meu), părinții mei, câțiva membri apropiați ai familiei și câțiva prieteni fantastici — pe lângă echipa mea din cadrului comitetului olimpic al Statelor Unite ale Americii. Ar trebui să adaug că o mare parte din inspirația și determinarea mea vine din teama de eșec. În copilărie, am văzut ce înseamnă eșecul total și nu mai vreau să retrăiesc acele experiențe. În fiecare zi încerc să fiu cea mai bună versiune a mea și să fiu mereu concentrat pe premiu.



CE SFAT AI OFERI UNEI PERSOANE CARE DOREȘTE SĂ FACĂ SNOWBOARDING LA NIVEL COMPETIȚIONAL?

Un mentor mi-a spus odată: „Dacă vrei să realizezi lucruri mărețe, nu mai gândi la scară mică. Cu alte cuvinte, cu mentalitatea corectă, poți realiza orice. Nu renunța niciodată pentru că nu știi niciodată cât de aproape te afli de atingerea propriilor obiective.

PENTRU CE AI VREA SĂ FII CUNOSCUȚ SAU CARE ESTE CEA MAI MARE REALIZARE A TA?

Doar pentru faptul că sunt o persoană bună. Îmi dau seama că timpul curge la fel pentru toți și de ce să nu ne simțim bine? De ce să nu oferim o mână de ajutor cuiva care are nevoie? De ce să nu încercăm ceva nou sau de ce să nu căutăm binele? Sper să mă pot bucura de viața pe care o am cu persoanele pe care le iubesc și sper să reușesc să transmit mesajul iubirii și celorlalți. Mi-ar plăcea într-o zi să înființez o organizație non-profit pentru a-i ajuta pe cei care au suferit de boli sau accidente care le-au schimbat viața, provocându-le dizabilitate sau necesitatea de a se adapta. I-aș ajuta să treacă prin acel proces cu un program de mentorat și sper că într-o zi voi putea să-i ajut cu obligațiile financiare asociate unui tratament medical adecvat și unui echipament potrivit precum proteze, orteze sau fotolii rulante.



CARE SUNT PRODUSELE TALE PREFERATE DÔTERRA ȘI CUM LE UTILIZEZI DE OBICEI?

Ca agenți de curățenie universali, folosesc uleiurile esențiale de Arbore de ceai, Eucalipt, Lămâie și Levănțică. Folosesc doTERRA On Guard™ pe tot parcursul anului pentru a-mi fortifica funcțiile naturale ale sistemului imunitar, care sunt extrem de importante în timpul iernii și pentru persoanele care ies în aer liber. Folosesc ZenGest™ pentru a susține sănătatea sistemului digestiv, mai ales atunci când călătoresc în țări străine și nu sunt obișnuit cu mâncarea. Folosesc Deep Blue™ cu religiozitate în rutina mea zilnică. Acasă, folosim difuzorul în fiecare noapte. Heather de obicei adaugă un amestec de uleiuri de Levănțică și Lămâie cu o notă de Deep Blue după o zi stresantă.

Vârsta: 34

Orașul natal: Ogden, Utah

Domiciliul actual: Aspen, Colorado

Familie: Părinți: J. Keith Gabel și Theresa Martin

Soție: Heather

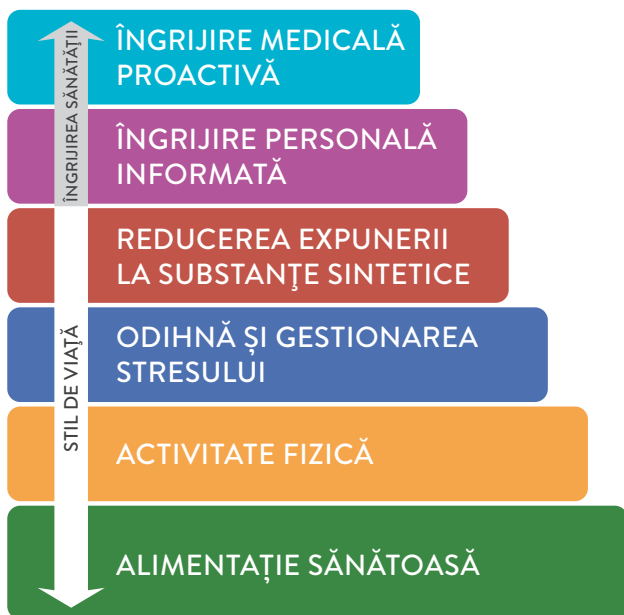
Frați: 2 frați și 3 surori

Motoul personal: Puterea pozitivității va învinge întotdeauna. Carpe Diem.

OBICEIURI SĂNĂTOASE ZILNICE

Dr. David K. Hill, D.C., director executiv fondator, director medical și președinte, comitetul științific consultativ

Când am decis că a sosit momentul să-mi iau starea de sănătate în serios, nu a trebuit să caut îndrumare prea departe. Sănătatea nu înseamnă să urmezi un regim alimentar foarte strict sau un program riguros de exerciții fizice, ci un stil de viață axat pe obiceiuri sănătoase sustenabile — cele șase principii care alcătuiesc Piramida stilului de viață sănătos de la dōTERRA.



1

Alimentație sănătoasă

Eliminarea alimentelor nesănătoase din regimul meu alimentar, care a presupus schimbări drastice legat de ce anume și cât de mult mâncam, nu a fost foarte complexă, însă au existat câțiva factori la care nu ne gândim întotdeauna. Chiar și persoanele care au o alimentație sănătoasă au dificultăți când vine vorba de acoperirea nevoilor nutriționale ale organismului lor, ceea ce face ca utilizarea suplimentelor alimentare dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ (LLV) să fie esențială pentru persoanele care își doresc să se bucure de o stare de sănătate optimă. Baza obiceiurilor mele sănătoase zilnice este reprezentată de utilizarea LLV împreună cu micul dejun și includerea acestuia în masa de seară, în fiecare zi.

Unul dintre efectele adverse cel mai puțin cunoscute ale unui regim alimentar alcătuit în mare parte din alimente procesate este reprezentat de funcționarea precară a sistemului gastrointestinal. Am început să descoperim că sănătatea microorganismelor din intestin nu influențează doar digestia, ci poate avea un impact semnificativ asupra metabolismului, gestionării greutății corporale și asupra altor factori asociați stării de sănătate. Susținerea unui echilibru sănătos al microflorei intestinale prin folosirea de suplimente alimentare cu Formula de apărare probiotică PB Assist™+ a devenit parte din regimul meu zilnic. Și deși obiceiurile mele alimentare anterioare erau nesănătoase, organismul se adaptează la orice. Cu un sistem digestiv obișnuit cu alimente foarte procesate, regimul alimentar cu alimente integrale pe care îl începeam reprezenta o schimbare incomodă. ZenGest TerraZyme™ a asigurat acele enzime active din alimentele integrale, precum și amestecul digestiv necesare pentru o digestie sănătoasă. Sănătatea și longevitatea încep cu modul în care îți alimentezi corpul; componentele de bază nutriționale asigurate de un regim alimentar alcătuit din alimente integrale și suplimentat cu LLV, PB Assist+ și ZenGest TerraZyme reprezintă baza oricărui plan de susținere a stării de sănătate.



2

Activitate fizică

Adoptarea unui stil de viață cu o activitate fizică mai intensă pentru a arde câteva calorii în plus a devenit o parte necesară a noului meu stil de viață, aceasta implicând disconfortul ocazional ce poate însoți exercițiile fizice mai solicitante. Atunci când ieșirile la cinema s-au transformat în drumeții și plimbări cu bicicleta prin cartier, amestecul pentru calmarea durerii Deep Blue™ și unguentul Deep Blue™ au devenit aliații mei de zi cu zi. Deoarece activitatea mea fizică s-a intensificat, am găsit o soluție practică de a păstra atât sticluța de ulei cât și unguentul într-un sertar de lângă ușa de la intrare.



Odihnă și gestionarea stresului

Nu îți dai cu adevărat seama cât de importante sunt odihna și gestionarea stresului până când lipsa acestora are deja efecte puternic negative asupra stării tale generale de sănătate. Stabilirea unei rutine constante de somn și a unor pași ce pot fi urmați pentru gestionarea stresului sunt extrem de importante pentru starea de sănătate generală și starea de bine. În acest sens, sunt utile uleiul esențial de Levănțică și dōTERRA Balance™. Îmi încep fiecare zi aplicând pe tălpi dōTERRA Balance pentru a induce o senzație de calm, iar la finalul zilei aplic uleiul esențial de Levănțică cu ajutorul difuzorului, atunci când mă pregătesc de culcare. Combinația puternică a acestor două uleiuri mă ajută să beneficiaz la maxim de momentele zilei care sunt dedicate recuperării.



4

Reducerea expunerii la substanțe sintetice

Reducerea expunerii la substanțe sintetice devine din ce în ce mai importantă pentru mine odată cu descoperirile studiilor longitudinale care susțin noțiunea logică conform căreia mediul nostru și substanțele caustice la care ne expunem pot avea efecte pe termen lung asupra stării de sănătate. Unul dintre cele mai interesante studii recente pe care le-am citit a indicat faptul că expunerea la produsele de curățenie are un impact negativ direct pe termen lung asupra sănătății sistemului respirator (Svanes). Aceste dovezi recente mi-au consolidat și mai mult părerea despre utilizarea produselor naturale, minimizarea expunerii la toxine și susținerea mecanismelor de detoxifiere naturale ale organismului. Mă refer la utilizarea uleiurilor esențiale din citrice în diferite contexte. Pe lângă utilizarea produselor dōTERRA On Guard™ în casă, consum 1-3 picături de uleiuri esențiale de Grapefruit, Tangerină sau Lămâie în apă pe parcursul zilei pentru a putea reduce expunerea la substanțe sintetice.



3

Îngrijire personală informată / Îngrijire medicală proactivă

Autoîngrijirea este probabil cel mai subiectiv și personal pas dintre toți pașii din piramida stilului de viață sănătos de la dōTERRA. Cum mă simt zilnic, cum reacționează corpul meu la măsurile pentru fortificarea lui și tipul de probleme de sănătate pe care le pot gestiona pe cont propriu, sunt importante pentru mine. Mi-am dat seama că utilizarea a două produse specifice are o gamă largă de beneficii în sensul susținerii stării de bine zilnice. Din experiența mea, validată și de studiile științifice din ce în ce mai numeroase, uleiul de Tămâie este uleiul la care poți apela pentru a susține funcționarea sănătoasă a celulelor. De ani de zile, rutina mea zilnică de dimineață include 1-2 picături de Tămâie și 2-3 picături din amestecul protector dōTERRA On Guard. Dacă am nevoie de o cantitate mai mare într-o zi anume, adaug o picătură sau două de Tămâie într-un pahar cu apă la prânz sau consum câteva biluțe dōTERRA On Guard.



5

6

Deși avem o mare influență asupra stării noastre de bine prin obiceiurile legate de stilul de viață, unele lucruri nu pot fi controlate. Trebuie să ai o atitudine proactivă și nu reactivă când vine vorba de îngrijirea medicală, iar inițiativa dōTERRA legată de îngrijirea sănătății mizează tocmai pe o astfel de abordare. Indiferent de cât de sănătoase sunt obiceiurile mele zilnice, sunt momente în care am nevoie de atenția și experiența medicului meu de familie în care am încredere.

Urmează planul subliniat de piramida stilului de viață sănătos de la dōTERRA și creează-ți propriile obiceiuri sănătoase pentru o stare de sănătate și o vitalitate care să te însoțească de-a lungul întregii vieți.

TURMERIC

Descriere aromatică: cald, condimentat, de pământ, lemnos

Metoda de distilare: cu abur

Partea plantei: rizom

Sursa de unde se obține: India și Nepal

Specialiștii în plante medicinale din China și India folosesc condimentul principal din curry, turmericul, de peste 4000 de ani. În culturile străvechi, era utilizat la gătit, dar și în scopuri religioase și pentru sănătate. Știința modernă a arătat că turmericul are o concentrație ridicată de ar-turmeron și turmeron, care facilitează absorbția curcuminului. Conferind sentimente pozitive, uleiul de Turmeric are beneficii interne. Utilizează uleiul de Turmeric zilnic pentru a susține funcțiile naturale ale sistemului imunitar. Pe lângă numeroasele beneficii pentru sănătate ale uleiului de Turmeric, acest ulei esențial este o completare perfectă pentru preparatele tale condimentate preferate.

MOD DE UTILIZARE:

- ◆ Adaugă la o capsulă vegetală dōTERRA pentru a susține funcțiile naturale ale sistemului imunitar.
- ◆ Adaugă în apă pentru a susține funcțiile celulare.
- ◆ După o activitate intensă, include uleiul de Turmeric în rutina ta de recuperare pentru o experiență calmantă.
- ◆ Adaugă la crema ta hidratantă preferată și aplică pe piele, pentru atenuarea imperfecțiunilor.

ASPECT INTERESANT: Deși turmericul este cunoscut pe scară largă pentru rădăcinile comestibile, toate părțile plantei de turmeric, inclusiv florile și frunzele, sunt comestibile!





dōTERRA

kids

COLLECTION



Indiferent de eficacitatea și ușurința în utilizare a uleiurilor esențiale, când vine vorba de copiii tăi, siguranța este prioritatea numărul unu. Prin cele șase amestecuri prediluate, exclusive, noua Colecție pentru copii dōTERRA reprezintă modalitatea perfectă de a-i introduce pe copii în lumea minunată a beneficiilor uleiurilor esențiale.



MINTE



Copilăria înseamnă atât învățare cât și dezvoltare fizică, în egală măsură. În primii ani de formare, copiii își dezvoltă obiceiuri legate de stilul de viață care le determină sănătatea și starea de bine pe parcursul întregii vieți. Fie că este vorba de menținerea concentrării în timp ce învață pentru școală sau de dificultatea de a adormi în fiecare seară, copiii din ziua de azi se confruntă în fiecare zi cu diferite provocări. **Amestecul pentru concentrare Thinker și amestecul pentru serenitate Calmer au fost create în mod special pentru utilizare zilnică pentru remedierea acestor probleme.**

CALMER™

AMESTEC PENTRU SERENITATE

Somnul este componenta cea mai subestimată când vine vorba despre starea de sănătate generală. Afectează în mod direct fiecare principiu din Piramida stilului de viață sănătos de la dōTERRA. Este foarte important ca obiceiurile sănătoase legate de somn să se formeze și să se dezvolte încă din copilărie. Susținerea unui somn mai bun este unul dintre principalele motive de utilizare a uleiurilor esențiale și există dovezi clare legate de eficacitatea acestora de a asigura un mediu de somn relaxant și calmant. Prin combinația sa de uleiuri esențiale de **Cananga, Levănțică, Lemn de Buddha și Mușețel roman, amestecul pentru serenitate dōTERRA** reunește câteva dintre cele mai populare și studiate uleiuri esențiale cu efecte de calmare într-o bază de ulei de cocos fracționat. Aplică pe tălpile copilului când este agitat la ora culcării sau pe partea opusă încheieturilor înainte de culcare.

THINKER™

AMESTEC PENTRU CONCENTRARE

Limonenul este o armă (nu atât de) secretă energizantă și revitalizantă din lumea chimiei. Monoterpenele, cunoscute mai ales ca și componente ale uleiurilor citrice, au o listă lungă de beneficii, unul dintre ele fiind acela de a ne furniza un impuls emoțional atunci când avem nevoie. Legătura dintre sistemul nostru olfactiv și modul în care ne simțim este fascinantă, iar **amestecul pentru concentrare dōTERRA Thinker** folosește beneficiile cunoscute ale limonenului (principalul compus al amestecului) și înțelegerea noastră tot mai profundă a acestei interacțiuni complexe, pentru a crea un mediu propice pentru învățare. Combinația de **Vetiver, Clementină, Mentă și Rozmarin** într-o bază de ulei de cocos fracționat conferă aroma revigorantă și energizantă de care copilul tău are nevoie pentru a se putea concentra. Pune **amestecul pentru concentrare Thinker** în ghiozdanul copilului tău, pentru a-l aplica pe tâmpile, ceafă sau încheieturi pe parcursul zilei, pentru a-i spori și menține concentrarea.



CORP



Cel mai bun lucru, când vine vorba despre uleiurile esențiale, este acela că ne permit să decidem zilnic în dreptul nostru cu privire la bunăstarea noastră. Copiii se confruntă cu propriile lor provocări zilnice. Pentru a conferi o senzație de bine și de vitalitate sau pentru a înfrunta problemele care apar pe neașteptate, **dōTERRA** a dezvoltat câteva amestecuri exclusive care sunt ușor de folosit.

RESCUER™

AMESTEC PENTRU CALMAREA DURERII

Un amestec revigorant de uleiuri esențiale de **Levăntică**, **Mentă creată**, **Copaiba** și **Zanthoxylum** într-o bază de ulei de cocos fracționat, **amestecul pentru calmarea durerii Rescuer** este uleiul ideal pentru momentele în care vrei să creezi un mediu relaxant și reconfortant pentru copiii tăi. Păstrează o sticlută în baia copiilor pentru a-l aplica pe încheieturi sau tâmpile, pentru o senzație reconfortantă și calmantă după o zi de alergat prin cartier.

STEADY™

AMESTEC PENTRU ECHILIBRARE

Fiecare părinte simte când copilul său este anxios sau are nevoie de ajutor. **Amestecul pentru echilibrare dōTERRA Steady** a fost formulat specific pentru a contribui la un mediu echilibrat și încurajator, atunci când copilul tău se comportă...ca un copil. O combinație exclusivă a uleiurilor de **Santal roșu (lemn)**, **Brad canadian**, **Coriandru (sămânță)** și **Magnolie**, într-o bază de ulei de cocos fracționat cu proprietăți hidratante și reenergizante, reprezintă amestecul perfect de uleiuri esențiale pentru susținerea concentrării și unor emoții echilibrate. Aplică pe tălpile copiilor înainte de a pleca la școală, pentru a-i ajuta să fie calmi pe parcursul întregii zile sau pe gât pentru calmarea emoțiilor.

*Trebuie utilizat sub supravegherea unui părinte.
A nu se lăsa la îndemâna copiilor cu vârsta sub 3 ani.*

INIMĂ



Nu știi niciodată când copilul tău poate avea nevoie de mai multă încredere în sine sau de sprijin emoțional. **Amestecul pentru echilibrare Steady** și **amestecul pentru curaj Brave** reprezintă elementele aromatice perfecte pentru susținerea sentimentelor de calm și echilibru și a stării de bine emoționale generale.

BRAVE™

AMESTEC PENTRU CURAJ

Fie că este vorba despre un joc din campionat sau primul recital de muzică, uneori copiii au nevoie de ceva extra care le mărească încrederea pentru a face primul pas. O combinație exclusivă de uleiuri esențiale de **Portocală sălbatică (coajă)**, **lemn de Santal roșu**, **Scorțișoară** și **extract de Osmanthus (floare)** într-o bază de ulei de cocos fracționat, câteva picături din **Amestecul pentru curaj Brave** aplicat pe diferite puncte de puls pot fi exact acel lucru de care e nevoie pentru a insufla curaj și încredere în sine.

STRONGER™

AMESTEC PROTECTOR

Nimic nu se compară cu combinația dintre uleiurile esențiale și mâna unui părinte atent, atunci când copilul său are nevoie de o atingere protectoare. **Amestecul protector Stronger** combină patru uleiuri esențiale renumite pentru capacitatea lor de a evoca sentimente benefice și de a susține un aspect sănătos al tenului (**Cedru**, **Verbină exotică**, **Tămâie** și **Trandafir**) într-o bază de ulei de cocos fracționat. Lasă o sticlută cu **amestecul protector Stronger** pe noptiera copilului, pentru a-l aplica în zona cefei pentru un plus de energie sau pentru protecție când nu se simte foarte bine.



Retete cu unt

DULCI ȘI SAVUROASE

LĂMÂIE ȘI ROZMARIN

115 g unt
1 lingură de rozmarin proaspăt
1 picătură ulei de Lămâie

MOD DE PREPARARE

1. Freacă untul la temperatura camerei.
2. Toacă mărunt rozmarinul proaspăt.
3. Aduagă rozmarinul și uleiul de Lămâie la unt și amestecă bine.

LĂMÂIE VERDE PICANTĂ

115 g unt
¼ de ardei iute jalapeño
¼ linguriță de coriandru măcinat
un vârf de sare
1 picătură ulei de Lămâie verde

MOD DE PREPARARE

1. Freacă untul la temperatura camerei.
2. Toacă mărunt ardeii jalapeño.
3. Aduagă coriandru, sarea și uleiul de Lămâie verde la unt și amestecă-le bine.

BRÂNZĂ CU NUCI

115 g unt
2 linguri de brânză cu mușcăciuni
2 linguri de nuci proaspete
1 picătură ulei de Piper negru

MOD DE PREPARARE

1. Freacă untul la temperatura camerei.
2. Mărunțește bine nucile.
3. Aduagă nucile, brânza cu mușcăciuni și uleiul de Piper Negru la unt și amestecă bine.

ARDEI COPȚI

115 g unt
2 linguri de ardei roșii copti
1 picătură ulei de Lămâie
1 scobitoare cu ulei de Busuioc



NUCI PECAN CU SIROP DE ARȚAR

115 g unt
1 lingură sirop de arțar
1 lingură nuci pecan mărunțite
1 picături ulei de Scorțișoară

MOD DE PREPARARE

1. Freacă untul la temperatura camerei.
2. Amestecă toate celelalte ingrediente și omogenizează-le cu untul.

UNT CU MIERE

115 g unt
3 linguri miere
½ linguriță vanilie
1 picătură ulei de Scorțișoară

MOD DE PREPARARE

1. Freacă untul la temperatura camerei.
2. Amestecă toate celelalte ingrediente și omogenizează-le cu untul.

DOVLEAC CONDIMENTAT

115 g unt
3 linguri piure de dovleac
1 linguriță scorțișoară măcinată
Un praf de nucșoară
1 scobitoare ulei de Cuișoare

MOD DE PREPARARE

1. Freacă untul la temperatura camerei.
2. Încorporează și amestecă bine scorțișoara, nucșoara și uleiul de Cuișoare cu untul.

MOD DE PREPARARE

1. Freacă untul la temperatura camerei.
2. Taie ardeii roșii copti în bucăți mici.
3. Adaugă ardeii roșii, uleiurile de Busuioc și Lămâie la unt și amestecă bine.

CREMĂ CU PORTOCALĂ

115 g unt
1 lingură de frișcă lichidă
½ linguriță vanilie
1 linguriță miere
2 picături ulei de Portocală sălbatică

MOD DE PREPARARE

1. Freacă untul la temperatura camerei.
2. Amestecă toate celelalte ingrediente și omogenizează-le cu untul.





Cum să devii

un maestru în amestecurile pentru difuzare

Unul dintre cele mai ușoare și mai eficiente moduri în care să te bucuri de uleiurile esențiale este prin difuzare. Adaugă câteva picături de ulei într-un difuzor de uleiuri esențiale și vei schimba imediat atmosfera din casa, biroul, camera ta de hotel sau orice alt spațiu interior, deoarece aroma puternică a uleiurilor esențiale se deplasează cu ușurință prin aer.

Frumusețea utilizării unui difuzor pentru uleiuri esențiale este acela că îți oferă șansa de a combina și amesteca diferite uleiuri – creând astfel o nouă aromă care oferă beneficiile mai multor uleiuri esențiale, emanând în același timp o mireasmă unică și personalizată.





PASUL 1 - ALEGE TIPUL DE AMESTEC

Decide ce efect dorești să obții de la amestecul din difuzor. Dorești să induci o senzație de relaxare? Dorești ceva revigorant sau motivant? Încerci să crezi un mediu anume? După ce ai stabilit scopul amestecului pentru difuzare, îți va fi mult mai ușor să-ți alegi uleiurile. Fie că ai nevoie să crezi un mediu potrivit pentru concentrare și motivație în timp ce studiezi pentru un examen, fie că dorești să conferi camerei tale o aromă calmantă înainte de ora culcării, alegerea uleiurilor potrivite pentru amestecul folosit în difuzor te poate ajuta să crezi o atmosferă aparte.

PASUL 2 - SELECTEAZĂ UN GRUP DE ULEIURI

Selectează după aceea un grup de uleiuri care se potrivesc cu descrierea pe care ți-ai propus-o. Dacă dorești un amestec relaxant pentru difuzor, alege uleiuri cunoscute pentru proprietățile lor calmante. Dacă dorești să crezi un mediu înviorător, alege uleiuri esențiale cu o aromă intensă și revigorantă.

PASUL 3 - ASOCIAZĂ-LE

După ce ai ales un grup de uleiuri care crezi că te vor ajuta să obții efectul dorit, poți începe să le asociezi. Îndepărtează capacul a 2-4 sticlute cu uleiuri esențiale și ține-le direct sub nas. În acest mod îți vei da mai bine

seama care va fi parfumul uleiurilor combinate. Schimbă uleiurile între ele pentru a vedea ce combinație îți place cel mai mult. Deși uleiurile de același tip (citrice, florale, mentolate etc.) se combină de obicei cel mai bine, nu trebuie să te rezumi doar la o anumită categorie de uleiuri când crezi un amestec pentru difuzor — poate fi distractiv să faci combinații de uleiuri!

PASUL 4 - AMESTECĂ-LE

Când ai decis care sunt uleiurile pe care dorești să le combini, este momentul să le introduci în difuzor. Poți alege să aplici câteva picături dintr-un anumit ulei și doar o picătură din altul. Cantitatea din fiecare ulei pe care alegi să îl adaugi va schimba aroma (și chiar efectul) amestecului din difuzor.

PASUL 5 - BUCURĂ-TE!

După ce ai introdus uleiurile în difuzor, este momentul să te bucuri de amestecul obținut. După ce vei experimenta mirosul și atmosfera create de amestecul din difuzor, vei putea face orice modificări dorești la amestecul de uleiuri: vei putea să scoți sau să adaugi anumite uleiuri, ori să reglezi cantitatea de picături data următoare când îl vei crea.

AMESTECAREA ULEIURILOR DIN DIFERITE CATEGORII

- Uleiurile mentolate se combină bine cu uleiurile lemnoase, erbacee, de pământ, și citrice
- Uleiurile florale se combină bine cu uleiurile lemnoase, condimentate și citrice
- Uleiurile erbacee se combină bine cu uleiurile lemnoase și mentolate
- Uleiurile condimentate se combină bine cu uleiurile lemnoase, florale și citrice
- Uleiurile citrice se combină bine cu uleiurile lemnoase, condimentate, florale și mentolate

Fie că ai nevoie să crezi un mediu potrivit pentru concentrare și motivație în timp ce studiezi pentru un examen, fie că dorești să conferi camerei tale o aromă calmantă înainte de ora culcării, alegerea uleiurilor potrivite pentru amestecul folosit în difuzor te poate ajuta să crezi o atmosferă aparte.

ADEVĂRUL DESPRE ULEIURILE ESENȚIALE ȘI ANIMALELE DE COMPANIE

De **Dr. Janet Roark**
Medic veterinar, Serviciul
veterinar mobil Hill Country

Să discutăm deschis. În prezent, pe internet, poți găsi lucruri înfricoșătoare (și controversate) legate de uleiurile esențiale și animalele de companie. În era postărilor virale și a celor 5 minute de faimă de care se bucură orice om de rând, o căutare pe Google nu este de fapt cea mai bună sursă de informații. De fapt, fie că ai un câine care devine agitat în timpul furtunilor, fie că ai o pisică cu probleme digestive, știm bine că stăpânii animalelor de companie doresc ca animalelor lor să le meargă bine și să se bucure de cea mai bună viață posibilă.

Înainte de a utiliza un produs cu sau în preajma animalului de companie, este important să îți cont

de faptul că nu toate uleiurile esențiale sunt la fel. Multe uleiuri esențiale de pe piață pot avea pe etichetă marcajul „100% pur”, însă pot conține substanțe care sunt de fapt destul de toxice pentru animale și trebuie evitate. Acest lucru este valabil și în cazul multor lumânări, al bucășilor din ceară care se topesc, al odorizantelor de aer, al soluțiilor de curățare și odorizantelor de materiale textile. Pentru a asigura produse de cea mai înaltă calitate, asigură-te că uleiurile esențiale sunt testate de terți și sunt CPTG Certified Pure Tested Grade™.

Vom demonta câteva mituri și vom afla adevărul despre uleiurile esențiale și animalele de companie.

MIT: Difuzarea de uleiuri esențiale în preajma animalelor de companie este toxică.

ADEVĂR: Un ulei esențial este un compus aromatic foarte concentrat, distilat din plante. De aceea, uleiurile esențiale sunt destul de puternice. Animalele de companie au milioane de receptori olfactivi în plus față de oameni; astfel, animalele sunt extrem de sensibile la mirosurile puternice. Adevărul este că difuzarea de uleiuri esențiale în preajma animalelor reprezintă o modalitate excelentă care le aduce beneficii în mod constant. Cel mai bine este să folosești un difuzor pe bază de apă (precum difuzorul Lumo™) cu o setare intermitentă. Oferă animalului de companie posibilitatea să părăsească încăperea respectivă, lăsând ușa deschisă și folosește doar 1-3 picături de ulei odată în difuzor. Difuzarea uleiului de Levănțică s-a dovedit a avea efecte de calmare pentru animalele de companie din adăposturile pentru animale.

MIT: Nu mângâia niciodată câinele sau pisica după ce ai folosit uleiuri esențiale.

ADEVĂR: Mângâierea reprezintă de fapt o modalitate excelentă prin care poți aplica local uleiurile pe animale. Aplicările cele mai frecvente sunt de-a lungul șirei spinării sau pe vârful urechilor. Iată ideea din spatele acestui mit: după utilizarea unor uleiuri precum Mentă, Deep Blue™ sau altele, parfumul uleiului poate persista pe mâini. Sunt sigură că nu sunt singura care și-a dus mâna la ochi după ce a folosit uleiul de Mentă – au! Același lucru se aplică și în cazul animalelor de companie. Orice reziduuri de pe mâinile tale pot avea același efect asupra lor pe care l-ar avea și asupra ta.

Uleiurile esențiale sunt volatile, ceea ce înseamnă că se răspândesc rapid în aer și se absorb rapid în piele. Aceasta înseamnă că nu persistă prea mult. Dacă totuși te îngrijorează acest lucru, te poți spăla pe mâini după ce ai folosit uleiurile, înainte de a mângâia animalul.

MIT: Utilizarea de uleiuri esențiale în preajma animalelor de companie poate cauza leziuni hepatice sau renale.

ADEVĂR: Când utilizăm uleiuri esențiale CPTG Certified Pure Tested Grade™, am observat anumite uleiuri care pot fi utilizate pentru a susține efectiv organismul. Multe dintre aceste acuzații rezidă în faptul că insuficiența hepatică și renală sunt frecvente la animalele de companie, indiferent de utilizarea uleiurilor esențiale. Adesea, oamenii au nevoie de un motiv pentru apariția acestor afecțiuni iar uleiurile ajung frecvent să fie acuzate pe nedrept.

MIT: Dacă animalul meu de companie consumă prea mult ulei esențial, va muri.

ADEVĂR: Acesta este un lucru extrem de rar, iar majoritatea reacțiilor adverse se datorează utilizării sau consumării unei cantități semnificative de ulei esențial (două sticlute nediluate, de exemplu). Totuși, toate persoanele care au mers de urgență la veterinar după ce câinele lor a mâncat pe ascuns o ciocolată întregă știu că accidente sunt inevitabile. În cazul unei reacții adverse, diluează cu un ulei căraș — iritația cutanată este cea mai frecventă — iar majoritatea reacțiilor se remediază de la sine în termen de 24–48 ore de la expunerea la ulei. Nu mai utiliza un ulei dacă animalul tău de companie prezintă semne de neliniștite, tremur, vărsături sau diaree, dacă salivează, are ochii întredeschiși, scoate diferite sunete sau își freacă fața. Dacă semnele sunt grave, adresează-te unui medic veterinar. Păstrează sticlutele cu capacul închis și depozitează-le într-un loc sigur, cum ar fi o cutie închisă pentru ca animalul să nu-ți „împrumute” vreun ulei.

MIT: Uleiul [Numele uleiului] este nociv pentru pisici.

ADEVĂR: Le-am auzit pe toate. Uleiurile din citrice sunt toxice pentru pisici. Uleiul Pine (Pin) este toxic pentru pisici. Chiar și uleiul de Levănțică este toxic pentru pisici. Și lista poate continua. Adevărul este că nu există studii sau o bază solidă pentru aceste afirmații. La urma urmei, vei auzi multe lucruri de la diferite persoane despre pisici și uleiurile esențiale. Aceasta este părerea mea: pisicilor le lipsește o enzimă hepatică care este importantă pentru metabolizarea anumitor elemente, așa că cel mai bine ar fi să procedezi cu mai mare atenție în preajma acestor animale. Dacă ții cont de atenționările deja recomandate, aceste uleiuri pot fi utilizate în siguranță deplină în soluțiile de curățenie personalizate sau pentru difuzare în casă, în preajma pisicilor. Fii mai precaut când folosești uleiurile de Arbore de ceai, Mesteacăn, Wintergreen, Mentă creată și Mentă și uleiurile intense precum Oregano sau Cimbru.

Uleiurile esențiale au numeroase beneficii pentru animalele de companie. Pot avea efecte de calmare, de relaxare a musculaturii, pot facilita digestia și pot îmbunătăți starea de bine generală a animalelor de companie îndrăgite.

La fel ca în cazul oricărui lucru nou pe care-l introduci în stilul de viață al animalului tău, începe treptat. Începe cu o cantitate redusă de ulei esențial difuzat sau diluat și observă comportamentul animalului. Păstrează difuzoarele într-un loc sigur de unde animalul nu le poate dărâma.

Probiotice / Prebiotice

CE TREBUIE SĂ ȘTII



Dacă nu adaugi cantități foarte mari de usturoi proaspăt la fiecare antrou sau nu adaugi kimchi la omletă, atunci nu ești în pas cu vremurile. Cele mai recente studii de piață sugerează că probioticele sunt probabil segmentul de piață cu cea mai rapidă creștere din industria suplimentelor alimentare din următorul deceniu și este ușor să ne dăm seama de ce. Cercetarea axată pe microbiomul intestinal, acel sistem complex de bacterii și microbi care trăiesc în sistemul nostru digestiv, începe să clarifice tot mai mult importanța regimului nostru alimentar pentru sănătatea noastră. În plus, cercetarea arată cât de importante pot fi suplimentele alimentare, în special probioticele și prebioticele, pentru o stare de sănătate și vitalitate pe parcursul întregii vieți.

BACTERIILE INTESTINALE ȘI STAREA TA DE SĂNĂTATE

Microbiomul intestinal devine un subiect din ce în ce mai interesant pentru cercetătorii din domeniul nutriției pe măsură ce se descoperă modul în care aceste bacterii, arhee, virusuri și microorganisme eucariote care trăiesc în aparatul nostru digestiv ne influențează starea de sănătate. O parte din cercetarea actuală din domeniul științei nutriției sugerează că microorganismele intestinale pot influența modul în care îmbătrânim, reacțiile noastre emoționale, funcția cognitivă și subiectul preferat al tuturor: gestionarea greutății. Sistemul nostru gastrointestinal reprezintă un mediu fascinant de complex și diversificat. Conform *Nature*, Jurnalul internațional de știință, adulții sănătoși au de obicei 1000 de specii de bacterii la nivel intestinal, iar cercetarea recentă sugerează că toți oamenii se încadrează într-unul dintre cele trei enterotipuri (categorii genetice de populații bacteriene din aparatul digestiv), care nu par a avea nicio legătură cu sexul, vârsta, naționalitatea sau indicele de masă corporală. Tipul 1 este caracterizat de niveluri ridicate de *Bacteroides*, tipul 2 are o concentrație ridicată de *Prevotella*, iar tipul 3 prezintă un număr mare de bacterii *Ruminococcus* gram-pozitive. Deși există

o serie de factori ai stilului nostru de viață care ne influențează ecosistemul digestiv (în special, obiceiurile alimentare), acesta este în mare parte genetic și, conform celor mai recente studii, poate influența în mare măsură modul în care organismul tău răspunde la diferite alimente și obiceiurile alimentare cele mai bune pentru tine, pentru a atinge o stare de sănătate optimă. Curele individualizate cu probiotice și prebiotice ar putea reprezenta viitorul suplimentelor alimentare.

PROBIOTICE VS. PREBIOTICE

Deși adesea sunt utilizate interschimbabil și funcționează sinergic la nivel intestinal, probioticele și prebioticele sunt foarte diferite. Probioticele sunt bacteriile sănătoase care determină pe mulți să consume iaurt grecesc și să experimenteze diverse alimente fermentate. Populațiile dense și active de probiotice au fost asociate cu sănătatea digestivă, endocrină și a sistemului imunitar și cu o stare de bine generală optimă. Prebioticele sunt carbohidrați nedigerabili — un tip de fibre, de fapt — ce reprezintă materia cu care se hrănesc lactobacilii și bifidobacteriile din tractul nostru digestiv. Usturoiul,

sparanghelul, ceapa, anghinarea și alte alimente integrale, greu digerabile, sunt pline de acele oligozaharide pe care le consumă bacteriile tale din intestin pentru a asigura efectele lor magice pentru sănătate. Studiile recente sugerează faptul că aportul de prebiotice are o strânsă legătură cu reacția inflamatorie corectă, cu biodisponibilitatea alimentară (ce permite corpului nostru să obțină maximul de substanțe nutritive din alimentele pe care le consumăm), contribuind, de asemenea, la un metabolism sănătos. Desigur, dacă nu ai volumul intestinal necesar pentru a putea consuma un bol de legume de mărimea unei pizze mari la prânz și dacă o garnitură cu alimente fermentate variate la cină nu sună prea apetisant, suplimentarea regimului tău alimentar 10 zile pe lună cu **Formula de apărare probiotică PB Assist™+** reprezintă exact ce ai nevoie. Pentru sprijin zilnic, **PB Assist™ Jr** asigură 5 miliarde de celule vii într-un amestec unic din șase tulpini de probiotice și fructooligozaharide prebiotice cu o aromă de căpșune și pepene verde pe care copiii tăi o vor îndrăgi, însă te poate ajuta și pe tine să menții echilibrul sănătos al microflorei intestinale.

Un regim alimentar axat pe alimente integrale, neprocesate, nu se rezumă doar la densitatea nutrienților. Aceste alimente asigură probioticele și prebioticele necesare pentru a regla populația de microorganisme intestinale, ceea ce are implicații sănătoase pe care știința nutriției de-abia începe să le înțeleagă. Pentru a sprijini sănătatea și starea de bine generale, încearcă o cură lunară pentru sănătatea intestinală ce include **Formula de apărare probiotică PB Assist+** și nu uita să adaugi la masa zilnică de prânz o porție de **PB Assist Jr**.

Lămâie • Citrus limon

Din coaja de lămâie galbenă strălucitoare se obține un ulei esențial cu aromă acrișoară care este un produs dōTERRA preferat. Majoritatea persoanelor recunosc influența pozitivă asupra emoțiilor a uleiului esențial de Lămâie și îl folosesc în difuzoare, în întreaga lume. Lămâia este, de asemenea, extrem de versatilă: poate fi folosită intern, ajută la îndepărtarea reziduurilor lipicioase și este un ingredient util în produsele de curățenie preparate acasă și în rețetele culinare.

UTILIZĂRI DE BAZĂ ALE ULEIULUI DE LĂMÂIE

- Adaugă una-două picături în săpunul tău lichid pentru a-ți curăța bine mâinile
- Include-l în soluția de curățare pentru un parfum revigorant
- Adaugă uleiul la apa de băut ca alternativă la băuturile carbogazoase și îndulcite

SURSELE ULEIULUI ESENȚIAL DE LĂMÂIE

Nu este nicio îndoială că insula Sicilia din Marea Mediterană produce cele mai bune lămâi. Acest lucru se datorează practicii livezilor deținute de familii, în care lămâii sunt cultivați de-a lungul mai multor generații. Într-un domeniu în care criza economică a provocat închiderea a numeroase livezi din Sicilia, cultivatorii care au dorit să-și mențină afacerea deschisă au descoperit o șansă extraordinară de afaceri în calitate de furnizori de ulei esențial de Lămâie pentru dōTERRA.

Aspecte interesante

- Lămâile provin dintr-un arbust peren din familia de plante cu flori Rutaceae, originar din Asia.
- Un studiu genomic al lămâii indică faptul că e posibil ca lămâile să fie hibridi între portocalele amare sau acre și chitre.



Cremă de unt cu lămâie

Freacă aprox. 113g de unt într-un mixer electric timp de 1-2 minute până obții o consistență pufoasă. Adaugă încet 675ml zahăr pudră, câte 118 ml odată, până când amestecul are o consistență moale. Adaugă 2 linguri de zeamă de lămâie și 2 picături de ulei de Lămâie și amestecă până sunt bine omogenizate. Adaugă 1 lingură de frișcă lichidă și amestecă la viteză medie spre ridicată până când se obține o textură ușoară și pufoasă, timp de 2-3 minute. Se potrivește perfect la brișe sau fursecuri.



Fursecuri cu lămâie

Preîncălzește cuptorul la 180°C (or as in English: 180 °C). Într-un bol mare, amestecă 225 ml de unt rece cu 450ml zahăr timp de 4 minute până când obții o consistență ușoară și pufoasă. Adaugă 2 ouă, 1 linguriță de vanilie, 1½ linguri de zeamă proaspătă de lămâie și 1-2 picături de ulei de Lămâie. Amestecă pentru a le omogeniza. Încorporează 675 ml făină, 1¼ lingurițe de praf de copt, ¼ linguriță de bicarbonat de sodiu și ½ linguriță de sare. Amestecă ingredientele până când sunt bine combinate. Așază aluatul obținut pe foaia de copt care acoperă tava de copt. Lasă la copt timp de 9-11 minute. Lasă să se răcească. Presară cu zahăr sau glazurează cu cremă de unt cu lămâie.



Produs de curățare pentru fructe și legume

Amestecă 10 picături de ulei de Lămâie, 150 ml apă distilată și 60 ml de oțet de mere într-un recipient cu pulverizator de 225 ml. Pentru utilizare, agită lichidul bine și pulverizează pe fructele și legumele așezate într-o strecurătoare pentru salată. Lasă la o parte timp de 2-3 minute, iar apoi clătește și lasă să se usuce.

SFAT: Folosește recipientele goale cu pulverizator de la dōTERRA pentru a păstra propriul produs de pulverizat fructe și legume.



Săpun lichid pentru mașina de spălat vase

Într-un bol mare, amestecă 14 g de săpun lichid de Castilia, 750 ml apă purificată, 115 ml oțet alb, 30 g acid citric pudră, 225 ml de sare Kosher și 30 de picături de ulei de Lămâie. Amestecă până când sunt bine omogenizate. Toarnă într-un dozator de săpun din sticlă. Pentru utilizare, adaugă 2 linguri pentru fiecare tură de vase. Păstrează amestecul în frigider pentru a preveni fermentarea.

Odihnă și relaxare

Ți se întâmplă să te așezi în pat întrebându-te unde a zburat ziua? Dimineața ești pe fugă? Făcând mici schimbări în rutina ta de seară, îți poți modifica întreaga zi în bine. Rezervându-ți puțin timp doar pentru tine în fiecare seară, faci unul dintre cele mai bune lucruri pentru tine.



TRANSFORMĂ-ȚI RUTINA DE SEARĂ

ADOPTĂ UN STIL DE VIAȚĂ ACTIV!



Una dintre cele mai ușoare metode de a te relaxa și destresa este să faci mișcare. Fă o plimbare în cartier ascultând muzica preferată la căști. Mișcarea este o modalitate excelentă prin care îți pui sângele în mișcare și-ți revigorezi întregul corp. Rezervă-ți câteva minute pentru a face yoga, respirând profund, pentru a-ți relaxa întregul corp și pentru a-ți calma mintea. Nu uita că nu este cea mai bună idee să faci exerciții fizice de înaltă intensitate înainte de culcare; ci, important e să-ți menții corpul în mișcare.

ORGANIZEAZĂ PUȚIN LUCRURILE DIN CASĂ



Nimănui nu-i place să se trezească într-o casă dezordonată. Înainte de a te pregăti de culcare, setează-ți cronometrul pentru 15-20 minute. Folosește acest interval scurt de timp pentru a aranja cât mai multe lucruri în casă. Axează-te pe zonele din casă pe care le vei folosi dimineața, precum baia și bucătăria. Te vei simți mult mai bine dimineața când te vei pregăti într-o casă ordonată și îți va fi mai ușor să pleci de acasă dacă nu trebuie să cauți prin grămezi de lucruri dezordonate.

PREGĂTEȘTE-TE PENTRU MÂINE



De câte ori ai întârziat dimineața pentru că nu te-ai putut decide ce să porți? Sau cât de des ai mâncat ceva de la fast food pentru că nu ți-ai pregătit prânzul dinainte? Ai grijă de aceste mici detalii înainte de a te culca pentru ca dimineața totul să decurgă mai bine. Pregătește-ți hainele pentru a doua zi, inclusiv încălțăminte. Vei reduce astfel numărul de decizii pe care va trebui să le iei dimineața. Pregătirea prânzului pentru a doua zi o poți realiza cel mai bine când strângi mâncarea după cină. Ia-ți cinci minute în plus și împachetează-ți prânzul cât timp mâncarea încă este afară. Acești doi mici pași îți vor economisi timp valoros.

BUCURĂ-TE DE O BAIE RELAXANTĂ



O baie este modalitatea perfectă de a te relaxa și a-ți reîncărca bateriile după o zi la birou, în care ai avut mai multe de rezolvat sau te-ai ocupat de copii. Este, de asemenea, locul perfect în care să te răsfeți. Începe cu apă caldă și adaugă sărurile de baie sau bomba preferată de baie cu Levănțică sau dōTERRA Serenity™ pentru a te putea relaxa la finalul zilei. (Dacă nu ai bombe de baie sau săruri de baie, adaugă câteva picături de ulei în șampon sau săpunul lichid, apoi adaugă în apă atunci când umpli cada cu apă și amestecă.) Folosește acest interval de timp petrecut în cadă pentru a avea grijă de părul și pielea ta. Aplică un balsam hrănitor pentru păr sau o mască de față și lasă-le să se absoarbă pe durata întregii băi. Profită pe deplin de acest interval de timp pe care-l petreci singură pentru a te regăsi.

PORNEȘTE DIFUZORUL



Prin folosirea uleiurilor pentru a te relaxa și regăsi, te poți destresa în mod optim. Trei dintre cele mai bune uleiuri pentru găsierea liniștii la finalul zilei sunt dōTERRA Balance™, dōTERRA Console™ și dōTERRA Serenity™.

- ❖ **dōTERRA Balance** a fost creat pentru a contribui la susținerea echilibrului emoțional. Conține uleiuri esențiale cu efect benefic asupra emoțiilor, care conlucrează pentru a crea o senzație de calm și stare de bine.
- ❖ **dōTERRA Console** este uleiul perfect pentru finalul unei zile dificile. Creat pentru a favoriza sentimente de alinare și speranță, poți difuza acest ulei atunci când te simți copleșită.
- ❖ **dōTERRA Serenity** este un amestec liniștitor cu proprietăți de calmare a stărilor emoționale și de detensionare. Este uleiul perfect de utilizat la ora culcării.

EVITĂ ECRANELE LUMINOASE



O lumină redusă seara este esențială pentru un somn odihnitor. Lumina intensă de la ecrane semnaleză creierului să se trezească și să lucreze în continuare. În loc să privești ecranul telefonului, înainte de a dormi este momentul perfect să te îmbraci în pijamalele tale confortabile și să te relaxezi așa cum îți place. Profită de acest interval de timp pentru a citi o carte bună — o carte veche preferată sau o carte complet nouă. Dacă nu îți place să citești, încearcă o carte de colorat pentru adulți. Una dintre cele mai bune activități cu un grad redus de luminozitate înainte de a te culca este să scrii în jurnalul personal. Fă o listă în jurnal cu 15 lucruri pentru care ești recunoscătoare. Te vei bucura de mai multă fericire și pace dacă vei recunoaște lucrurile din viața ta pentru care ești cea mai recunoscătoare. Rezervă-ți timpul necesar pentru a reflecta la ziua ta și stabilește-ți obiective pentru ziua următoare în jurnal. Acest timp petrecut în lumea reală, departe de telefonul tău, îi va permite creierului tău să stabilească că a venit momentul să se odihnească.

DIY

Support pentru difuzor și uleiuri esențiale



De ce anume ai nevoie:

- O bucată de lemn natural
- Mașină de găurit și burghie 1-1/8” și 7/8”
- Creion
- Sticluțe de ulei

Instrucțiuni:

1. Așază sticluțele de ulei în locurile dorite pe placa din lemn și marchează-le cu creionul.
2. Așază placa din lemn pe o suprafață solidă și găurește spațiile marcate, lăsând suficient spațiu pentru așezarea unui difuzor.
3. Testează spațiile așezând sticluțele de ulei în ele și fă modificări dacă este necesar.
4. Așază uleiurile dorite pe suport, lângă difuzor și vei avea la îndemână amestecurile de uleiuri, gata de difuzare!



Noi idei de amestecuri pentru difuzare

Livada de meri

- 3 ● Brad Douglas
- 3 ● Citrus Bliss
- 2 ● Scorțișoară
- 1 ● Cuișoare

Aer proaspăt

- 2 ● Levănțică
- 2 ● Mentă
- 2 ● Lămâie

Începe ziua cu dreptul

- 1 ● Mentă creață
- 2 ● Tangerină
- 3 ● Lămâie verde

În pădure

- 3 ● Chiparos
- 3 ● Brad alb
- 3 ● Santal
- 1 ● Cardamom

ULEIURI ESENȚIALE INDIVIDUALE

Colecția de uleiuri esențiale individuale dōTERRA™ ne oferă compuși volatili aromatici de cea mai înaltă calitate din lume. Fiecare ulei oferă esența vie a plantei din care este extras, fiind distilat cu blândețe din plante cultivate și recoltate cu grijă din întreaga lume. Fiecare ulei este natural și trebuie să respecte standarde riguroase de puritate și potență. Reunind o paletă sublimă de energii vegetale, uleiurile esențiale pot fi utilizate individual sau în amestecuri, pentru diverse aplicații personalizate.



TUIA
ULEI ESENȚIAL PUR
Thuja plicata | 5 ml



BUSUIOC
ULEI ESENȚIAL PUR
Ocimum basilicum | 15 ml



BERGAMOTĂ
ULEI ESENȚIAL PUR
Citrus bergamia | 15 ml



PIPER NEGRU
ULEI ESENȚIAL PUR
Piper nigrum | 5 ml



MUȘTEL ALBASTRU MAROCAN
ULEI ESENȚIAL PUR
Tanacetum annuum | 5 ml



CARDAMOM
ULEI ESENȚIAL PUR
Elettaria cardamomum
5 ml



CASSIA
ULEI ESENȚIAL PUR
Cinnamomum cassia | 15 ml



CEDRU
ULEI ESENȚIAL PUR
Juniperus virginiana | 15 ml



CORIANDRU (FRUNZĂ)
ULEI ESENȚIAL PUR
Coriandrum sativum | 15 ml



SCORTIȘOARĂ
ULEI ESENȚIAL PUR
Cinnamomum zeylanicum
5 ml



SALVIE
ULEI ESENȚIAL PUR
Salvia sclarea | 15 ml



CUIȘOARE
ULEI ESENȚIAL PUR
Eugenia caryophyllata
15 ml



COPAIBA
ULEI ESENȚIAL PUR
Copaifera spp. | 15 ml



CORIANDRU (SĂMÂNȚĂ)
ULEI ESENȚIAL PUR
Coriandrum sativum | 15 ml



CHIPAROS
ULEI ESENȚIAL PUR
Cupressus sempervirens
15 ml



BRAD DUGLAS
ULEI ESENȚIAL PUR
Pseudotsuga menziesii
5 ml



EUCALIPT
ULEI ESENȚIAL PUR
Eucalyptus radiata | 15 ml



FENICUL
ULEI ESENȚIAL PUR
Foeniculum vulgare | 15 ml



TĂMÂIE
ULEI ESENȚIAL PUR
Boswellia carterii, frereana
și sacra | 15 ml



MUȘCĂTĂ
ULEI ESENȚIAL PUR
Pelargonium graveolens
15 ml



GHIMBIR
ULEI ESENȚIAL PUR
Zingiber officinale | 15 ml



GRAPEFRUIT
ULEI ESENȚIAL PUR
Citrus X paradisi | 15 ml



MANDARINĂ VERDE
NOU
ULEI ESENȚIAL PUR
Citrus nobilis | 15 ml



HELICHRYSUM
ULEI ESENȚIAL PUR
Helichrysum italicum | 5 ml



IENUPĂR
ULEI ESENȚIAL PUR
Juniperus communis | 5 ml



LEVĂNȚICĂ
ULEI ESENȚIAL PUR
Lavandula angustifolia
15 ml



LĂMÂIE
ULEI ESENȚIAL PUR
Citrus limon | 15 ml



LĂMÂIȚĂ
ULEI ESENȚIAL PUR
Cymbopogon flexuosus
15 ml



LĂMÂIE VERDE
ULEI ESENȚIAL PUR
Citrus aurantifolia | 15 ml



MĂGHIRAN
ULEI ESENȚIAL PUR
Origanum majorana | 15 ml



ARBORE DE CEAI
ULEI ESENȚIAL PUR
Melaleuca alternifolia | 15 ml



ROI NIȚĂ
ULEI ESENȚIAL PUR
Melissa officinalis | 5 ml



MIR
ULEI ESENȚIAL PUR
Commiphora myrrha | 15 ml



OREGANO
ULEI ESENȚIAL PUR
Origanum vulgare | 15 ml



PACIULI
ULEI ESENȚIAL PUR
Pogostemon cablin | 15 ml



MENTĂ
ULEI ESENȚIAL PUR
Mentha piperita | 15 ml



PORTOCALĂ AMARĂ
ULEI ESENȚIAL PUR
Citrus aurantium | 15 ml



PIPER ROZ **NOU**
ULEI ESENȚIAL PUR
Schinus molle | 5 ml



MUȘTEL ROMAN
ULEI ESENȚIAL PUR
Anthemis nobilis | 5 ml



ROZMARIN
ULEI ESENȚIAL PUR
Rosmarinus officinalis
15 ml



SANTAL
ULEI ESENȚIAL PUR
Santalum album | 5 ml



SANTAL HAWAIIAN
ULEI ESENȚIAL PUR
Santalum paniculatum
5 ml



BRAD SIBERIAN
ULEI ESENȚIAL PUR
Abies sibirica | 15 ml



MENTĂ CREAȚĂ
ULEI ESENȚIAL PUR
Mentha spicata | 15 ml



NARD
ULEI ESENȚIAL PUR
Nardostachys jatamansi
5 ml



TANGERINĂ
ULEI ESENȚIAL PUR
Citrus reticulata | 15 ml



CIMBRU
ULEI ESENȚIAL PUR
Thymus vulgaris | 15 ml



TURMERIC **NOU**
ULEI ESENȚIAL PUR
Curcuma longa | 15 ml



VETIVER
ULEI ESENȚIAL PUR
Vetiveria zizanioides | 15 ml



PORTOCALĂ SĂLBATICĂ
ULEI ESENȚIAL PUR
Citrus sinensis | 15 ml



WINTERGREEN
ULEI ESENȚIAL PUR
Gaultheria fragrantissima
15 ml



YARROW | POM **NOU**
ULEI ESENȚIAL PUR
Duo nutritiv activ de origine
botanică | 30 ml



YLANG YLANG
ULEI ESENȚIAL PUR
Cananga odorata | 15 ml

AMESTECURI DE ULEIURI ESENȚIALE EXCLUSIVE

Amestecurile de uleiuri esențiale dōTERRA sunt formule exclusive, cu aplicații specifice pentru starea de bine. Ele sunt rezultatul cunoștințelor dobândite de-a lungul multor ani de experiență în domeniul uleiurilor esențiale, rezultat validat tot mai mult în ultima vreme de un număr mare de cercetători și studii științifice. Fiecare combinație este creată cu scopul de a intensifica beneficiile și potența produsului, de a valorifica esența energetică a plantei și conține numai uleiuri esențiale CPTG Certified Pure Tested Grade™ (Grad Testat Pur Certificat).



dōTERRA AIR™
AMESTEC PENTRU
RESPIRAȚIE
5 ml



AROMATOUGH™
AMESTEC PENTRU MASAJ
15 ml



dōTERRA BALANCE™
AMESTEC PENTRU
ECHILIBRARE
15 ml



CITRUS BLISS™
AMESTEC REVIGORANT
15 ml



CLARYCALM™
AMESTEC PENTRU
ZILE DELICATE
10 ml roll-on



DEEP BLUE™
AMESTEC PENTRU
CALMAREA DURERII
5 ml



DEEP BLUE™
AMESTEC PENTRU
CALMAREA DURERII
10 ml roll-on



ELEVATION
AMESTEC PENTRU
REVITALIZARE
15 ml



HD CLEAR™
AMESTEC PENTRU TEN
CU PROBLEME
10 ml roll-on



INTUNE™
AMESTEC PENTRU
CONCENTRARE
10 ml roll-on



dōTERRA ON GUARD™
AMESTEC DE
ULEIURI ESENȚIALE
15 ml



dōTERRA ON GUARD™
BILUȚE
125 biluțe



PASTTENSE™
AMESTEC PENTRU
RELAXARE
10 ml roll-on



PURIFY
AMESTEC PENTRU
ÎMPROSPĂTARE
15 ml



SALUBELLE
AMESTEC PENTRU
FRUMUȘEȚE
10 ml roll-on



dōTERRA AIR™
AMESTEC PENTRU
SERENITATE
15 ml



SMART & SASSY™
AMESTEC STIMULANT
15 ml



TERRASHIELD™
AMESTEC PENTRU
AER LIBER
15 ml



TERRASHIELD™
SPRAY
30 ml



WHISPER™
AMESTEC PENTRU FEMEI
15 ml



ZENDOCRINE™
AMESTEC PENTRU
REPOZNIRE
15 ml



ZENGEST™
AMESTEC DE SUSTINERE
15 ml

AMESTECURI TOUCH



dōTERRA
AIR™ TOUCH
10 ml roll-on



dōTERRA
CHEER™ TOUCH
10 ml roll-on



dōTERRA
CONSOLE™ TOUCH
10 ml roll-on



DEEP BLUE™ TOUCH
10 ml roll-on



dōTERRA
FORGIVE™ TOUCH
10 ml roll-on



TĂMÂIE
10 ml roll-on



IASOMIE
10 ml roll-on



LEVĂNȚICĂ
10 ml roll-on



MAGNOLIE **NOU**
10 ml roll-on



ARBORE DE CEAI
10 ml roll-on



dōTERRA
MOTIVATE TOUCH™
10 ml roll-on



NEROLI
10 ml roll-on



dōTERRA
ON GUARD™ TOUCH
10 ml roll-on



OREGANO
10 ml roll-on



dōTERRA
PASSION™ TOUCH
10 ml roll-on



dōTERRA
PEACE™ TOUCH
10 ml roll-on



MENTĂ
10 ml roll-on



TRANDAFIR
10 ml roll-on



ZENGEST™ TOUCH
10 ml roll-on



PACHETUL dōTERRA TOUCH™

Conținând nouă dintre cele mai apreciate uleiuri ale noastre, într-o bază de ulei de cocos fracționat, acest set simplifică aplicarea, datorită formatului roll-on de 10 ml. dōTERRA Touch este ideal pentru copii și adulți cu piele sensibilă și este gata de utilizare, astfel încât să te poți bucura imediat de beneficiile uleiurilor esențiale.

- dōTERRA Air™
- Deep Blue™
- ZenGest™
- Tămâie
- Levănțică
- Arbore de ceai
- dōTERRA On Guard™
- Oregano
- Mentă

dōTERRA ESSENTIAL AROMATICS™ TOUCH

Gama dōTERRA Essential Aromatics Touch conține șase amestecuri de uleiuri esențiale unice combinate cu ulei de cocos fracționat, în sticlute roll-on de 10 ml, pentru aplicare locală practică și delicată. Aceste amestecuri exclusive asigură beneficii țintite pentru sănătatea emoțională, pentru întreaga familie. Urmând modelul de utilizare aromatică a uleiurilor esențiale dōTERRA, amestecurile dōTERRA Essential Aromatics Touch pot fi aplicate zilnic în puncte specifice de pe corp, pentru a conferi echilibru și pentru a ameliora fluctuațiile de dispoziție.

PACHETE DE ULEIURI ESENȚIALE



PACHETUL dōTERRA ESSENTIAL AROMATICS™

Sistemul dōTERRA Essential Aromatics conține șase amestecuri de uleiuri esențiale formulate cu atenție, cu efecte benefice asupra sănătății emoționale. Fiecare amestec conține uleiuri esențiale pure pentru uz aromatic sau local, pentru a aduce alinare și încurajare sau pentru a te inspira să visezi din nou cu pasiune.

- dōTERRA Motivate
- dōTERRA Cheer
- dōTERRA Passion
- dōTERRA Forgive
- dōTERRA Console
- dōTERRA Peace



dōTERRA MOTIVATE™
AMESTEC PENTRU ÎNCURAJARE
5ml



dōTERRA PASSION™
AMESTEC CARE ÎNSPIRĂ PASIUNE
5ml



dōTERRA FORGIVE™
AMESTEC PENTRU REÎNNOIRE
5ml



dōTERRA CHEER™
AMESTEC PENTRU BUNĂ DISPOZIȚIE
5ml



dōTERRA CONSOLE™
AMESTEC PENTRU ALINARE
5ml



dōTERRA PEACE™
AMESTEC PENTRU LINIȘTIRE
5ml



PACHETUL „COLECȚIA YOGA” dōTERRA

Un trio exclusiv de amestecuri de uleiuri esențiale CPTG™, conceput de dōTERRA pentru yoghinul din tine. dōTERRA Anchor, dōTERRA Align și dōTERRA Arise sunt amestecurile perfecte pentru o viață mai plină și mai multă satisfacție în practica de yoga. Aceste amestecuri oferă arome care stabilizează, echilibrează și iluminează spiritul prin fiecare respirație, în timp ce clădești forța și elasticitatea corpului.



PACHET DE INTRODUCERE ÎN LUMEA ULEIURILOR ESENȚIALE

CEL MAI BINE VÂNDUT

Perfect pentru începători, Pachetul de introducere în lumea uleiurilor esențiale este tot ce ai nevoie pentru a începe să te bucuri imediat de beneficiile uleiurilor esențiale dōTERRA™ care-ți vor schimba viața. Pachetul include:

- Trei flacoane a câte 5 ml cu uleiuri esențiale
Levănțică Lămâie Mentă
- Lista cu utilizări sugerate pentru fiecare ulei



PACHETUL AROMATOUGH TECHNIQUE™

Acest pachet conține flacoane a câte 5 ml cu opt uleiuri CPTG utilizate în Tehnica AromaTouch, precum și cutia de prezentare pentru Tehnica AromaTouch. Include ulei de cocos fracționat dōTERRA™ (115 ml).

- dōTERRA Balance™
- Levănțică
- Arbore de ceai
- dōTERRA On Guard™
- Aromatouch
- Deep Blue™
- Portocală sălbatică
- Mentă



PACHETUL „ESENȚIAL PENTRU FAMILIE”

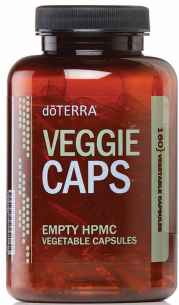
CEL MAI BINE VÂNDUT

Această colecție de 10 uleiuri esențiale și amestecuri bogate conține tot ceea ce ai nevoie pentru a avea zilnic grijă de nevoile întregii familii, prin metode simple și sigure bazate pe uleiuri esențiale. Pachetul „Esențial pentru familie” include:

- Zece flacoane a câte 5 ml cu uleiuri esențiale și amestecuri
Levănțică Tămâie
Lămâie Deep Blue™
Mentă dōTERRA Air™
Arbore de ceai ZenGest™
Oregano dōTERRA On Guard™
- Lista cu utilizări sugerate pentru fiecare ulei

UTILIZARE ESENȚIALĂ

UZ INTERN



CAPSULE VEGETALE

160 de capsule din HPMC

Personalizează-ți regimul de suplimente alimentare bazate pe uleiuri esențiale, prin capsule vegetale care se absorb rapid și ușor.

- Fără conservanți, gelatină, grâu, zahăr, amidon, lactate și compuși de origine animală
- Conțin ingrediente vegetale inerte

UZ EXTERN



ULEI DE COCOS FRAȚIONAT

115 ml

Ideal în combinație cu uleiurile esențiale pentru uz extern.

- Emolient deosebit de ușor
- Solubilitate perfectă pentru toate uleiurile esențiale; fără miros, fără culoare, nu pătează



dōTERRA™ Spa LOȚIUNE PENTRU MÂINI ȘI CORP

200 ml

Răsfăță-ți pielea cu Loțiunea pentru mâini și corp dōTERRA Spa – o formulă ușoară, non-grasă, care conține uleiuri din semințe de jojoba și Macadamia, unt din semințe de Murmururi și Cupuacu și extracte hrănitoare din plante.

- Se omogenizează ușor cu uleiul tău esențial preferat, pentru o experiență aromatică personalizată
- Uleiurile din semințe de floarea soarelui și macadamia sunt cunoscute pentru proprietățile lor hidratante excepționale și pentru capacitatea lor de a menține nivelul de hidratare al pielii



Prețul net de cumpărare al produselor dōTERRA Hope Touch sau Loțiune de mâini cu trandafir dōTERRA Spa este donat unei inițiative dōTERRA Healing Hands.



dōTERRA™ SPA LOȚIUNE DE MÂINI CU TRANDAFIR

100 ml

Loțiunea de mâini cu trandafir dōTERRA Spa este o loțiune ușoară, încântătoare, cu ulei esențial de Trandafir CPTG™, care menține pielea frumoasă și catifelată. Uleiul esențial de Trandafir bulgăresc este cunoscut pentru capacitatea sa de a netezi și a conferi luminizitate pielii.

- Uleiurile din semințe de floarea soarelui și macadamia sunt cunoscute pentru proprietățile lor hidratante excepționale și pentru capacitatea lor de a menține nivelul de hidratare al pielii
- Formula non-grasă se absoarbe rapid, lăsând pielea moale, catifelată și cu aspect sănătos



dōTERRA HOPE™ TOUCH

10 ml roll-on

dōTERRA Hope Touch este un amestec de uleiuri esențiale deosebit, care combină parfumul proaspăt de Bergamotă cu Ylang Ylang și Tămăie, îndulcite apoi ușor cu aroma caldă de vanilie absolut.

- Aplică pe incheieturi, gât și punctele de puls, pentru a obține un parfum personalizat
- Păstrează-l în geantă și aplică-l pe tot parcursul zilei, pentru a te binedispune

UTILIZARE AROMATICĂ



DIFUZOR PETAL 2.0 NOU

Difuzorul Petal de la doTERRA este un difuzor de mici dimensiuni, simplu de utilizat, care oferă o gamă largă de beneficii. Acest difuzor practic este stabil, ușor și simplu de utilizat.

- Difuzorul poate fi setat pentru 2 sau 6 ore de funcționare continuă și 12 ore de funcționare în mod intermitent (5 minute pornit, 5 minute oprit)
- Lumină led opțională
- Ceața ultrafină acoperă până la 33 m²



DIFUZOR doTERRA LUMO

Transformă orice încăpere într-o oază de liniște care te binedispune, prin difuzarea uleiurilor esențiale CPTG™ cu un difuzor cu ultrasunete, inspirat din natură, cu design personalizat.

- Iluminare cu șapte opțiuni de culoare
- Funcționare personalizabilă – 2 sau 5 ore continuu, 10 ore intermitent (4 minute pornit/4 minute oprit)
- Acoperă până la 50 m²



DIFUZOR LOTUS

Modern și elegant, Difuzorul Lotus oferă beneficii imediate eliberând în aer uleiurile esențiale doTERRA™.

- Setări de difuzare pentru 1, 2 și 3 ore
- Acoperă până la 30 m²
- Este o piesă decorativă pentru orice casă sau birou

PRODUSE DEEP BLUE™

Combinăția cu efect calmant a uleiurilor esențiale CPTG Certified Pure Tested Grade™ (Grad Testat Pur Certificat) de Wintergreen, Camfor, Mentă, Ylang Ylang, Helichrysum, Mușețel albastru marocan, Mușețel german și Osmanthus creează amestecul exclusiv dōTERRA™ Deep Blue. Disponibil sub formă de cremă, roll-on și suplimente alimentare, Deep Blue oferă efecte calmante și beneficii specifice.



UNGUENT DEEP BLUE™

LOȚIUNE PENTRU CALMAREA DURERII 120 ml

Îmbogățit cu amestecul pentru calmarea durerii Deep Blue, unguentul Deep Blue este un produs preferat în rândul sportivilor.

- Conține amestecul exclusiv de uleiuri esențiale Deep Blue și alte ingrediente puternice
- Răcorește și încălzește zonele cu probleme
- Ingredientele sunt amestecate într-o bază emolientă și hidratantă care lasă pielea moale, fără urme de grăsime

UNGUENT DEEP BLUE™ - MOSTRE

Zece mostre a câte 2 ml

Proprietățile unguentului dōTERRA Deep Blue se regăsesc într-un pachet practic de 10 mostre, pe care le poți împărți la evenimente sportive, sala de sport sau oriunde dorești.

- Conține amestecul pentru calmarea durerii Deep Blue
- Simplu de împărțit și practic când porniți la drum

DEEP BLUE POLYPHENOL COMPLEX™ (COMPLEX CU POLIFENOLI)

60 de capsule vegetale

Acum, Deep Blue conține suplimente alimentare cu polifenoli cu acțiune puternică.

- Conține extract de boswellia cu formulă în curs de brevetare
- Include extracte standardizate exclusive de Ghimbir, Curcumin, Resveratrol și alți polifenoli care calmează durerea și au un efect reconfortant

DEEP BLUE™ AMESTEC TOUCH

10 ml roll-on

Bucură-te de beneficiile amestecului nostru exclusiv de uleiuri esențiale Deep Blue, într-o formulă delicată perfectă pentru copii și adulți.

DEEP BLUE™ Cel mai bine vândut

AMESTEC PENTRU CALMAREA DURERII

5 ml | 10 ml roll-on

Un amestec sinergic de uleiuri esențiale CPTG™, Deep Blue oferă o senzație caldă ușor înțepătoare când este aplicat pe piele.

- Conține uleiuri esențiale de Wintergreen, Camfor, Mentă, Mușețel albastru marocan, Mușețel german, Ylang Ylang, Helichrysum și Osmanthus
- Aplică-l la masaj pentru calmarea durerii

PRODUSE dōTERRA SALON ESSENTIALS™

Proprietățile calmante și de curățare care fac uleiurile esențiale utile în multe dintre activitățile noastre zilnice, le fac utile și pentru menținerea unui păr curat, cu aspect sănătos. Utilizând produse pentru îngrijirea părului îmbogățite cu uleiuri esențiale puternice, poți obține cu ușurință un păr moale și strălucitor, fără să te expui la ingredientele agresive care se găsesc de regulă în produsele obișnuite pentru îngrijirea părului.

BENEFICIILE INGREDIENTELOR ESENȚIALE PENTRU ÎNGRIJIREA PĂRULUI

- Contribuie la protejerea părului vopsit
- Efect dovedit de păr mai mătășos
- Păr mai ușor de coafat și de pieptănat
- Menține hidratarea părului și a scalpului
- Păr puternic și neted
- Mai puține fire de păr rupte
- Amestec exclusiv de uleiuri esențiale pentru păr și scalp cu aspect sănătos



dōTERRA SALON ESSENTIALS™ SER DE LA RĂDĂCINĂ PÂNĂ LA VÂRFURI

30ml

Serul de la rădăcină până la vârfuri creează un mediu sănătos la nivelul scalpului și întărește părul în profunzime, lăsându-l extrem de strălucitor.

- Infuzat cu uleiuri esențiale de Levănțică, Mentă, Măghiran, Cedru, Lavandin, Rozmarin, Niaouli și Eucalipt
- Oferă hidratare scalpului și părului

dōTERRA SALON ESSENTIALS™ ȘAMPON PROTECTOR

250ml

Bucură-te de formula profesională cu uleiuri esențiale CPTG™, agenți de curățare delicată și extracte vegetale din Șamponul dōTERRA Salon Essentials.

- Formează o spumă delicată, iar acțiunea de curățare este amplificată de uleiurile esențiale de Portocală sălbatică și Lămâie verde
- Îndepărtează delicat impuritățile acumulate pe păr și pe scalp
- Hidratează ușor părul, lăsându-l moale și modelabil ca la coafor

dōTERRA SALON ESSENTIALS™ BALSAM PENTRU NETEZIREA PĂRULUI

250ml

Conferă părului un finisaj perfect și îl protejează, datorită formulei profesionale a Balsamului dōTERRA Salon Essentials.

- Conține substanțe emoliente de îngrijire, extracte din plante și proteine naturale
- Include un amestec exclusiv de uleiuri esențiale CPTG pentru păr și scalp
- Netezește părul și asigură un efect antistatic prin nanotehnologie



ȘAMPON/BALSAM MOSTRE

zece seturi combo

PROGRAMUL
DE RECOMPENSARE
A LOIALITĂȚII

ȘAMPON - 2 BUCĂȚI

două flacoane a câte 250 ml

BALSAM DE PĂR - 2 BUCĂȚI

două flacoane a câte 250 ml

ȘAMPON ȘI BALSAM

un flacon de 250 ml din fiecare

dōTERRA™ SPA



GEL DE DUȘ REVIGORANT

250 ml

Gelul de duș revigorant dōTERRA SPA este un gel de duș natural infuzat cu uleiuri esențiale, care oferă o experiență de curățare bogată și aromatică, în stil Spa.

- Uleiul esențial de Bergamotă purifică și calmează pielea, iar aroma sa bine dispune și echilibrează
- Uleiul esențial de Grapefruit are un parfum energizant care bine dispune
- Metil-oleil-tauratul de sodiu este un agent de curățare delicat derivat din acizii grași esențiali din grăsimi și uleiuri vegetale

EXFOLIANT DE CORP

226 g

Exfoliantul de corp dōTERRA SPA este un exfoliant de corp natural delicat, care exfoliază cu blândețe și netezește pielea, datorită conținutului de zahăr din trestie de zahăr, conferindu-i o luminozitate sănătoasă naturală.

- Uleiurile esențiale de Portocală sălbatică și Grapefruit contribuie la revitalizarea pielii
- Uleiul esențial de Ghimbir are proprietăți de încălzire, pentru un efect calmant asupra pielii

MASCĂ DETOXIFIANTĂ CU NĂMOL

113,4 g

Masca detoxifiantă cu nămol dōTERRA Spa este o mască din argilă naturală cu acțiune benefică de purificare și reducere a aspectului porilor, liniilor fine și ridurilor.

- Infuzată cu uleiuri esențiale de Mir, lenupăr și Grapefruit – cunoscute pentru favorizarea aspectului neted și sănătos al tenului
- Untul de Shea hidratează și echilibrează tenul

LOȚIUNE PENTRU MĂINI ȘI CORP

200 ml

Răsfață-ți pielea cu Loțiunea pentru mâini și corp dōTERRA SPA – o formulă ușoară, non-grasă, care conține uleiuri din semințe de joboia și macadamia, unt din semințe de murmur și cupuacu și extracte hrănitoare din plante.

- Se omogenizează ușor cu uleiul tău esențial preferat, pentru o experiență aromatică personalizată
- Uleiurile din semințe de floarea soarelui și macadamia sunt cunoscute pentru proprietățile lor hidratante excepționale și pentru capacitatea de a menține nivelul de hidratare al pielii
- Formula non-grasă se absoarbe rapid, lăsând pielea moale, catifelată și cu aspect sănătos

LOȚIUNE PENTRU MĂINI CITRUS BLISS™

75 ml

Loțiunea pentru mâini Citrus Bliss dōTERRA SPA este o loțiune ușoară și mătăsoasă, infuzată cu uleiuri hidratante de semințe și extracte hrănitoare din plante. Această formulă non-grasă se absoarbe rapid, oferind în același timp hidratare optimă, pentru mâini cu un aspect sănătos.

- Aroma revigorantă a amestecului de uleiuri esențiale Citrus Bliss contribuie la reducerea stresului și bine dispune
- Uleiurile din semințe de floarea soarelui și macadamia sunt cunoscute pentru proprietățile lor excepționale de hidratare și pentru capacitatea de a menține nivelul de hidratare al pielii
- Dimensiune practică, perfectă pentru călătorii sau pentru utilizare acasă sau la muncă

UNT DE CORP NUTRITIV

198 g

Răsfață-ți pielea cu hidratarea bogată și senzația de lux oferită de Untul de corp nutritiv dōTERRA SPA. Baza acestei formule naturale combină untul de shea și cel din boabe de cacao, cunoscute pentru proprietățile lor de hidratare profundă și menținere a elasticității pielii.

- Bogat în monoterpene, uleiul esențial de Portocală sălbatică are proprietăți stimulante și purificatoare
- Uleiul esențial de Brad Douglas purifică pielea și favorizează o stare de spirit pozitivă
- Uleiul esențial de Tămâie revitalizează pielea și contribuie la echilibrul emoțional

BALSAM DE BUZE

4,5g

Balsamul de buze dōTERRA SPA are o formulă naturală care conține uleiuri din plante, ingrediente vegetale și uleiuri esențiale pentru hidratarea și protejarea buzelor, în același timp emanând un miros și un gust unice de uleiuri esențiale. Pe lângă noua formulă, am adăugat două noi arome la amestecul original de Portocală sălbatică și Mentă. Experimentează miresele paradisului cu uleiurile esențiale de Ylang Ylang, Clementină și Lămâie verde din Balsamul de buze tropical; sau, înviorează-ți simțurile cu Balsamul de buze herbal, care conține uleiuri esențiale de Lemon Verbena (Lămâiță), Măghiran și Mentă creastă.

- Fiecare balsam de buze conține un anumit amestec de uleiuri esențiale, ceea ce oferă o experiență senzorială unică
- Uleiul de moringa este un emolient care îmbunătățește aspectul și confortul buzelor
- Uleiul de avocado asigură hidratare și catifelare cu ajutorul acizilor grași esențiali, pentru buze cu un aspect sănătos

ORIGINAL

4,5g

TROPICAL

4,5g

HERBAL

4,5g

BALSAM DE BUZE - SET DE 3 BUCĂȚI

4,5 ml fiecare

SPRAY HIDRATANT PENTRU CORP **NOU**

125 ml

Rehidratează-ți complet corpul cu ajutorul beneficiilor aromatice ale amestecului nostru din uleiuri esențiale Beautiful Captivating. Uleiul Beautiful Captivating îmbină uleiurile esențiale de Osmanthus, Lămâie verde, Bergamotă și Tămâie într-un amestec floral armonios. Proprietățile hrănitoare ale nucii de cocos, florii soarelui, fructului de avocado și fructului pasiunii combinate în acest spray hidratant îmbunătățesc aspectul general al pielii.

- Beneficiile aromatice revigorante și energizante ale amestecului de uleiuri esențiale CPTG Beautiful Captivating
- Uleiurile de floarea soarelui, avocado și fructul pasiunii contribuie la o piele netedă, moale și hidratată, conferindu-i un aspect sănătos și strălucitor
- Trigliceridele caprilice/caprice (derivate din nuca de cocos) tratează și mențin bariera naturală de protecție a pielii

SĂPUN DE BAIE HIDRATANT

113g

Săpunul de baie hidratant dōTERRA SPA este un săpun deosebit, care asigură o senzație aparte, un efect spumant, o aromă și o experiență de curățare unice.

- Uleiul esențial de Bergamotă purifică și calmează pielea
- Uleiul esențial de Grapefruit are un parfum energizant care binedispune
- Uleiul de jojoba hidratează în profunzime

ÎNGRIJIRE PERSONALĂ



DEODORANT NATURAL

50g

Deodorantul natural dōTERRA este o opțiune naturală sigură pentru prevenirea mirosurilor neplăcute pe parcursul întregii zile.

- Uleiurile esențiale de Chiparos, Arbore de ceai, Cedru și Bergamotă conferă beneficii purificatoare, contribuind la reducerea mirosurilor neplăcute din zona axilei
- Ceara de albine creează o barieră protectoare, permițând totodată pielii să respire și contribuie la aplicarea ușoară a produsului
- Uleiul de cocos conține acizi grași, cunoscuți pentru proprietățile lor hrănitoare și capacitatea de a menține aspectul sănătos și catifelat al pielii



UNGUENT CU ULEIURI ESENȚIALE CORRECT-X

15 ml

Correct-X este un unguent pentru uz extern, ce conține uleiuri esențiale CPTG™ benefice în cazul multor probleme ale pielii.

- Sigur și simplu de utilizat
- Conține uleiuri esențiale CPTG de Tămâie, Helichrysum, Arbore de ceai, Cedru și Levănțică

ÎNGRIJIREA TENULUI



LOȚIUNE PENTRU CURĂȚAREA FEȚEI

118 ml

dōTERRA Loțiune pentru curățarea feței conține uleiuri esențiale CPTG™ de Arbore de ceai și Mentă, cunoscute pentru capacitățile lor de purificare și uniformizare a nuanței tenului și de menținere a unui ten sănătos. Substanțele de curățare naturale din extractul de rădăcină de yucca și extractul din scoarța lemnului de Panama spală cu delicatețe toate impuritățile, lăsând tenul curat, proaspăt și catifelat.



CREMĂ EXFOLIANTĂ

70 g

Bucură-te de un ten proaspăt și regenerat cu Crema exfoliantă dōTERRA. Uleiurile esențiale CPTG™ de Grapefruit și Mentă transformă exfolierea într-o experiență aromatică revigorantă, iar esterii din jojoba finisează textura tenului. Componentele vegetale constând în extract de mandarină, extract de iasomie și extract de brusture tonifică, netezesc și hidratează pielea.



SER DE NETEZIRE A PIELII

30 ml

Cu uleiuri esențiale CPTG™ de Tămâie, Santal Hawaian și Mir, Serul de netezire a pielii dōTERRA contribuie prin formula sa științifică la reducerea aspectului ridurilor fine și profunde și susține hidratarea tenului. Extractele și gumele naturale se combină cu ingrediente puternice, conferind tenului fermitate și un aspect întinerit.



GEL PENTRU ÎMBUNĂȚĂȚIREA LUMINOZITĂȚII TENULUI

30 ml

Uleiurile esențiale CPTG™ de Bergamotă FCF, lenupăr și Roiniță se îmbină cu extracte naturale, vitamine și tehnologii de ultimă generație privind ingredientele pentru a conferi tenului un aspect radiant și o culoare uniformă. Gelul pentru îmbunătățirea luminozității tenului dōTERRA este un mod delicat și eficient de a îmbunătăți vizibil luminozitatea tenului, reducând aspectul petelor întunecate și al hiperpigmentării, fără substanțele agresive utilizate în alte produse pentru luminozitate. Poate fi utilizat prin aplicare pe toată suprafața tenului sau numai pe petele întunecate.



CREMĂ HIDRATANTĂ ANTI-AGING

30 ml

Crema hidratantă anti-aging dōTERRA combină ingrediente de ultimă generație cu uleiuri esențiale CPTG™ de Levănțică, Iasomie, Mușcată și Tămâie, pentru a hidrata și catifela tenul, oferind totodată beneficii anti-îmbătrânire. Peptidele și extractele din plante acționează asupra semnelor vizibile de îmbătrânire, îmbunătățind coloritul tenului și hidratându-l, contribuind la menținerea aspectului de ten tânăr și radiant și la reducerea apariției semnelor vizibile ale îmbătrânirii.



LOȚIUNE TONICĂ ASTRINGENTĂ

118 ml

Formulată pentru a reduce vizibil aspectul porilor, Loțiunea tonică astringentă dōTERRA conține uleiuri esențiale CPTG Certified Pure Tested Grade™ de Levănțică, Ylang Ylang și Mușețel german, pentru a calma tenul sensibil, în vreme ce extractele inovatoare de fructe și de plante tonifică și echilibrează tenul, îmbunătățesc hidratarea și reduc vizibil aspectul porilor, pentru un ten cu aspect sănătos.



CREMĂ HIDRATANTĂ

48g

Hidratarea intensă mult așteptată de tenul tău. Crema hidratantă dōTERRA conține ingrediente bogate în substanțe emoliente și probiotice, pentru a oferi hidratare intensă și a hrăni tenul, contribuind la reducerea aspectului liniilor fine și al ridurilor și la reinnoirea barierei de hidratare a pielii, pentru un ten mai elastic, cu aspect întinerit. Formula sa bogată hidratează instantaneu, fără să lase reziduuri grase. Ingredientele sunt atent selecționate pentru a conferi un aspect întinerit tenului matur, precum și pentru a reduce semnele vizibile de îmbătrânire, cauzate de factori naturali și de mediu. Probioticele hrănesc microbiomul natural al tenului, contribuind la restabilirea sănătății și frumuseții naturale a tenului. Perfectă pentru utilizare de zi sau de noapte.



CREMĂ ANTI-AGING PENTRU OCHI

15ml

Crema anti-aging pentru ochi dōTERRA combină ingrediente cu eficacitate dovedită clinic cu uleiuri esențiale CPTG™ de Tămâie, Ylang Ylang și Mușețel albastru marocan, pentru a acționa asupra semnelor de îmbătrânire din zona delicată din jurul ochilor, contribuind în timp la reducerea apariției liniilor fine și a ridurilor. Această formulă inovatoare hidratează, reduce aspectul cearcănelor și ameliorează fermitatea și tonicitatea tenului. Bacuchiul este un ingredient extras din plante care contribuie la reducerea aspectului liniilor fine și al ridurilor și protejează tenul împotriva semnelor viitoare de îmbătrânire. Aplicatorul unic cu bilă de oțel răcorește și calmează zona de sub ochi, contribuind la reducerea pungilor și a cearcănelor, în timp ce aplică delicat crema pe zonele vizate.



dōTERRA SALUBELLE AMESTEC PENTRU FRUMUSEȚE

10 ml roll-on

Un amestec exclusiv de uleiuri esențiale rare, utilizate de-a lungul istoriei datorită beneficiilor de înfrumusețare, amestecul pentru frumusețe dōTERRA Salubelle este formulat pentru a proteja și a hrăni tenul. Acest amestec de uleiuri esențiale compus din Tămâie, Santal, Levănțică, Mir, Helichrysum și Trandafir contribuie la menținerea unui ten mai neted, mai radios, cu aspect întinerit.

- Reduce aspectul liniilor fine și al ridurilor
- Contribuie la reducerea aspectului de ten îmbătrânit



AMESTEC PENTRU TEN CU PROBLEME HD CLEAR™

10 ml roll-on

Aplicat direct pe zonele cu acnee sau pe întreaga față, Amestecul pentru ten cu probleme HD Clear ajută la menținerea unui ten curat și sănătos, datorită uleiurilor esențiale cu proprietăți benefice recunoscute pentru ten.

- Conține un amestec unic de ulei de semințe de chimion negru, alături de uleiuri esențiale CPTG de Lemn de Ho, Arbore de ceai, Eucalipt, Mușcată și Verbină exotică
- Ajută la menținerea unui ten curat, acționând asupra zonelor cu imperfecțiuni

SPUMĂ PENTRU CURĂȚARE HD CLEAR™

50 ml

Descoperă soluția perfectă pentru problemele tenului la orice vârstă, cu Spuma pentru curățare dōTERRA™ HD Clear.

- Conceput să curețe în profunzime, fără să îndepărteze bariera naturală de hidratare a tenului
- Conține uleiuri esențiale CPTG și extracte din plante, care vă vor lăsa tenul perfect curat și catifelat

PACHETUL PENTRU TEN HD CLEAR™

trei articole

Acest set conține Spumă pentru curățare, Amestec pentru ten cu probleme și Loțiune pentru față HD Clear, pentru un ten perfect echilibrat.

LOȚIUNE PENTRU FAȚĂ HD CLEAR™

50 ml

Bucură-te de un ten frumos și neted, cu Loțiunea pentru față HD Clear. Această loțiune conține substanțe emoliente naturale, pentru a menține un nivel sănătos de hidratare a tenului, oferindu-ți astfel un ten echilibrat, precum și uleiuri esențiale CPTG, combinate cu extracte din plante, care ajută la combaterea imperfecțiunilor tenului.

- Conține un amestec unic de ulei de semințe de chimion negru, alături de uleiuri esențiale CPTG de Lemn de Ho, Arbore de ceai, Eucalipt, Mușcată și Verbină exotică
- Ingredientele naturale ajută la combaterea imperfecțiunilor, pentru un ten curat și uniform

ÎNGRIJIREA TENULUI

GEL PENTRU CURĂȚARE VERÁGE™

60 ml

Calea către un ten neted și sănătos începe cu Gelul pentru curățare Veráge. Acest gel natural de curățare purifică tenul, conferindu-i un aspect proaspăt și întinerit.

- Îmbogățit cu uleiuri esențiale CPTG™ de Portocală sălbatică, Arbore de ceai și Busuioc, curăță delicat și îndepărtează impuritățile
- Revigorează și curăță tenul, iar agenții emolienți naturali îl hrănesc și îl hidratează

LOȚIUNE TONICĂ VERÁGE™

50 ml

Loțiunea tonică Veráge combină uleiuri esențiale CPTG™ cu extracte hrănitoare din plante, pentru a susține aspectul întins, tonifiat și neted al tenului – oriunde și oricând. Această loțiune tonică hidratantă fortifică și împăpătează tenul, revigorând totodată simțurile, pentru un plus de energie și un ten radiós.

- Uleiurile esențiale CPTG de Ylang Ylang, Palmarosa, Chiparos și Coriandru (sămânță) tonifică și echilibrează tenul
- Extractele hrănitoare din plante exercită o acțiune de hidratare și tonifiere specifică, pentru a conferi tenului un aspect ideal
- Aplicare ușoară prin pulverizare

SER HIDRATANT IMMORTELE VERÁGE™

15 ml

Experimentează efectele de sfidare a trecerii timpului ale Serului hidratant Immortelle Veráge. Această formulă puternică combină uleiuri esențiale CPTG cu extracte din plante, pentru o piele mai netedă, cu aspect întinerit.

- Conține uleiurile esențiale CPTG din mult apreciatul amestec dōTERRA Salubelle pentru un ten radiós
- Oferă un echilibru optim al lipidelor, pentru o piele mai netedă, cu aspect întinerit

CREMĂ HIDRATANTĂ VERÁGE™

30 ml

Crema hidratantă Veráge combină uleiuri esențiale CPTG cu extracte din plante, pentru hidratarea naturală și hrănirea tenului. Această cremă hidratantă ușoară, non-grasă, se absoarbe rapid, dar hidratează în profunzime, contribuind la reducerea aspectului liniilor fine și ridurilor, pentru un ten neted și uniform.

- Formulată cu uleiuri esențiale CPTG de lenupăr, lasomie, Cătină și Mușcată – toate cunoscute pentru efectele de revitalizare a tenului
- Utilizează ingrediente naturale pentru a hidrata tenul, contribuind la reducerea aspectului liniilor fine și ridurilor

GAMA PENTRU ÎNGRIJIREA TENULUI VERÁGE™

O gamă care cuprinde Gel pentru curățare, Loțiune tonică, Ser hidratant Immortelle și Cremă hidratantă Veráge, pentru un ten frumos, cu aspect sănătos.

BENEFICIILE DOVEDITE CLINIC ALE INGREDIENTELOR PRODUSELOR VERÁGE

- Netezesc textura tenului
- Diminuează aspectul ridurilor
- Reduc aspectul semnelor de expresie
- Reduc aspectul porilor vizibili
- Uniformizează culoarea tenului



PRODUSE dōTERRA SERENITY™

În societatea frenetică de astăzi, cu toții suferim ocazional de insomnie și puțini dintre noi dorm cele minimum opt ore de somn recomandate în fiecare noapte. Utilizate împreună, capsulele moi dōTERRA Serenity și amestecul pentru serenitate dōTERRA Serenity oferă o soluție naturală și sigură pentru persoanele care au ocazional dificultăți de adormire și de menținere a somnului. Formulată cu uleiuri esențiale cunoscute pentru acțiunea lor calmantă asupra corpului și a minții, acest duo puternic favorizează un somn nocturn odihnitor și satisfăcător.



dōTERRA SERENITY™ CAPSULE MOI 60 de capsule moi

dōTERRA Serenity este un amestec unic de ulei esențial Levănțică, L-Teanină și extracte din plante. L-Teanina, o componentă naturală a ceaiului, este un aminoacid neesențial care favorizează relaxarea. În combinație cu proprietățile calmante ale Levănțică, dōTERRA Serenity este o alternativă naturală la alte suplimente alimentare de acest tip.

- Favorizează relaxarea, fără reacțiile adverse agresive ale somniferelor sintetice
- O capsulă moale administrată cu 30 de minute înainte de culcare poate favoriza un somn nocturn mai odihnitor



dōTERRA SERENITY™ AMESTEC PENTRU SERENITATE 15 ml

dōTERRA Serenity calmează emoțiile și creează un sentiment de pace și o stare de bine.

- Conține Levănțică, Cedru, Lemn de Ho, Ylang Ylang, Măghiran, Mușețel roman, Vetiver, extract de Vanilie și Santal Hawaiiian. Mireasma sa calmantă și revigorantă ne oferă o evadare perfectă din cotidian
- Conferă sentimente de relaxare și creează un mediu odihnitor pentru dormit



PRODUSE dōTERRA AIR™

Respirația adâncă are efect de curățare, eliberare și revigorare. Stimulează mintea și dă energie corpului. Este esența vieții, temeiul vitalității. Combinația remarcabilă de uleiuri esențiale din amestecul dōTERRA Air menține o senzație de eliberare a căilor respiratorii și facilitează respirația, mai ales atunci când este afectată de diferitele probleme de sezon. Acum, datorită aplicării simple oferite de Batonul dōTERRA Air, te poți bucura rapid de beneficiile acestui amestec puternic, oriunde și oricând.



dōTERRA AIR™ AMESTEC PENTRU RESPIRAȚIE 15 ml

Îmbogățit cu beneficiile puternice oferite de Cardamom, dōTERRA Air este un amestec remarcabil de uleiuri esențiale care generează vapori cu efect răcoritor și revigorant.

- Combină uleiuri esențiale de Dafin (frunză), Mentă, Eucalipt, Arbore de ceai, Lămâie, Ravensara și Cardamom
- Emană vapori revigoranți și răcoritori



DROPSURI dōTERRA AIR™ 30 de dropsuri

Beneficiile uleiurilor esențiale CPTG™ selecționate din amestecul dōTERRA Air se regăsesc în aceste dropsuri practice și cu gust excelent.

- Amestecul exclusiv include: Lămâie, Mentă, Eucalipt, Cimbru, Roiță și Cardamom
- Menține căile respiratorii libere și facilitează respirația
- Susține sănătatea generală a sistemului respirator



BATON dōTERRA AIR™ 12,5g

Bucură-te de practicitatea, absorbția rapidă și aplicarea ușoară oferite de Batonul dōTERRA Air. Această metodă de aplicare unică a amestecului de uleiuri esențiale dōTERRA Air poate fi utilizată oriunde și oricând.

- Emană vapori revigoranți
- Are un efect răcoritor și calmant

SĂNĂTATEA FEMEILOR

PROGRAMUL
DE RECOMPENSARE
A LOIALITĂȚII

PACHETUL „SĂNĂTATE PENTRU FEMEI”

Include Complexul esențial de fitoestrogeni, Complexul esențial de nutrienți pentru sistemul osos și Amestecul de uleiuri esențiale ClaryCalm™.



COMPLEXUL ESENȚIAL DE FITOESTROGENI

60 de capsule vegetale

Complexul esențial de fitoestrogeni din gama dōTERRA pentru femei conține un amestec de extracte naturale din plante care ameliorează simptomele legate de fluctuațiile hormonale normale din diferite etape ale vieții femeilor.

- Include extract de soia standardizat cu genisteină, un fitoestrogen puternic
- Sprijină sănătatea oaselor, a inimii, a țesutului mamar și a altor părți ale organismului

COMPLEX ESENȚIAL DE NUTRIENȚI PENTRU SISTEMUL OSOS

120 de capsule vegetale

Complexul esențial de nutrienți pentru sistemul osos din gama dōTERRA pentru femei este un amestec de vitamine și minerale importante pentru sănătatea oaselor.

- Perfect pentru bărbații și femeile de toate vârstele
- Include forme biodisponibile de vitamine C și D, calciu, magneziu și alte minerale

CLARYCALM™ AMESTEC DE ULEIURI ESENȚIALE

10 ml roll-on

dōTERRA ClaryCalm este un amestec exclusiv de uleiuri esențiale care asigură un efect calmant și liniștitor. ClaryCalm utilizează ulei esențial de Bergamotă FCF (fără furanocumarină), pentru a preveni fotosensibilitatea.

- Conține un amestec de uleiuri esențiale de Salvie, Levănțică, Bergamotă, Mușețel roman, Cedru, Ylang Ylang, Mușcată, Fenicul, Palmarosa și Vitex (Mielărea)
- Aplică pe piele pentru un efect răcoritor și calmant
- Aromă liniștitoare

SĂNĂTATEA COPIILOR

dōTERRA A2Z CHEWABLE™ COMPRIMATE MASTICABILE

60 de comprimate

Concepute pentru copii și pentru adulții care întâmpină dificultăți la înghițirea capsulelor, comprimatele dōTERRA a2z Chewable asigură substanțele nutritive necesare organismului tău.*

- Este o combinație între vitaminele B și vitaminele A, C și E
- Conțin extracte din plante și sunt formulate pentru a fi utilizate în asociere cu IQ Mega
- Aromă de pepene verde

IQ MEGA™

150 ml

IQ Mega elimină gustul de pește al uleiului de pește și adaugă aroma de portocală proaspătă a uleiului esențial CPTG™ de Portocală Sălbatică..

- Asigură un aport de 1500 mg de acizi grași omega-3 pe porție
- Formulată pentru a fi utilizat în asociere cu Comprimatele masticabile dōTERRA a2z



SĂNĂTATEA SISTEMULUI DIGESTIV



ZENGEST™ AMESTEC DE SUSȚINERE

Flacon de 15 ml

Uleiurile esențiale din ZenGest sunt recunoscute pentru proprietățile lor calmante.

- Conține un amestec exclusiv de uleiuri esențiale de Ghimbir, Mentă, Tarhon, Fenicul, Chimen, Coriandru (sămânță) și Anason
- Ameliorează neplăcerile cauzate de indigestie

ZENGEST™ CAPSULE MOI

60 de capsule moi vegetale

dōTERRA™ ZenGest Capsule moi reprezintă un mod practic și simplu de a obține beneficiile amestecului exclusiv de uleiuri esențiale ZenGest. Fiecare capsulă moale vegetală conține 120 mg de ZenGest.



ZENDOCRINE™ AMESTEC PENTRU REPOZNIRE

Flacon de 15 ml

Stimulează procesul natural de detoxifiere a organismului cu Amestecul pentru repornire Zendocrin. Utilizează Zendocrin pentru a începe o schimbare în stilul tău de viață sau, pur și simplu, în completarea unui stil de viață sănătos.

- Conține un amestec exclusiv de uleiuri esențiale de Tangerină, Rozmarin, Mușcată, Ienupăr și Coriandru (frunză)
- Asigură o aromă care revigorează simțurile, oferind o senzație de prosepțime și claritate mentală
- Poate fi utilizat individual sau în combinație cu Capsulele moi Zendocrin

ZENDOCRINE™ CAPSULE MOI

60 de capsule moi vegetale

Capsule moi Zendocrin dōTERRA™ reprezintă un mod practic și simplu de a obține beneficiile amestecului exclusiv de uleiuri esențiale Zendocrin.



DIGESTTAB™ COMPRIMATE MASTICABILE

100 de comprimate masticabile

Comprimatele masticabile DigestTab™ sunt comprimate din carbonat de calciu infuzate cu amestecul de susținere ZenGest pentru a oferi beneficiile ZenGest, alături de acțiunea de neutralizare a acidului gastric exercitată de carbonatul de calciu.

- Se administrează în timpul mesei sau între mese, la nevoie, pentru ameliorarea durerilor ocazionale de stomac
- Contribuie la ameliorarea acidității gastrice ocazionale
- Asigură un aport de 200 mg de calciu per comprimat



ZENGEST™ PB ASSIST™+ SUPLIMENT ALIMENTAR

30 de capsule vegetale

Această formulă exclusivă cu fibre prebiotice și șase tulpini de organisme probiotice este sigură pentru întreaga familie.

- Oferă 6 miliarde UFC de culturi probiotice active și FOS (fructo-oligozaharide) prebiotice solubile care favorizează adeziunea și creșterea culturilor
- Administrarea în capsule duble cu eliberare prelungită protejează culturile probiotice de acidul gastric



ZENGEST™ GX ASSIST™ SUPLIMENT ALIMENTAR

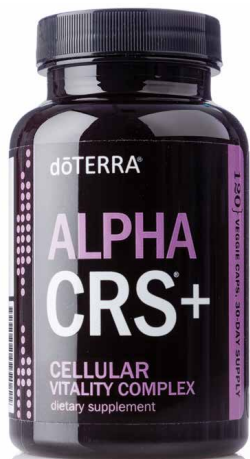
60 de capsule moi

Înainte de a utiliza PB Assist+, folosește această combinație de uleiuri esențiale CPTG™ pentru a-ți curăța tractul gastrointestinal.

- Conține uleiuri esențiale de Oregano, Arbore de ceai, Lămâie, Lămâiță, Mentă și Cimbru, precum și acid caprilic*
- Conceput pentru a fi utilizat timp de 10 zile ca pas de curățare pregătitor înainte de utilizarea Formulei de apărare probiotică PB Assist+

VITALITATE ZILNICĂ

Această gamă puternică de suplimente alimentare zilnice a devenit în scurt timp una dintre cele mai apreciate game de produse dōTERRA. Produsele principale din dōTERRA Lifelong Vitality Pack —xEO— Mega™, Microplex VMz™ și Alpha CRS™+ — sunt concepute pentru a te ajuta pe calea spre îmbunătățirea vitalității și sănătății tale. Prin substanțe nutritive esențiale, beneficii metabolice și antioxidanți puternici, aceste suplimente alimentare conlucrează pentru a-ți oferi mai multă energie, sănătate și vitalitate de-a lungul întregii vieți.



ALPHA CRS™ + COMPLEX PENTRU VITALITATE CELULARĂ

120 de capsule

Alpha CRS™+ Complex pentru vitalitate celulară conține un amestec exclusiv de polifenoli, inclusiv baicalin din rădăcină de scutellaria, resveratrol din Polygonum cuspidatum, acid elagic din rodie, proantocianidine din semințe de struguri, curcumin din rădăcină de turmeric și silimarină din armurariu. Acest amestec natural susține starea generală de bine.

- Capsulele vegetale nu conțin lauril sulfat de sodiu; fără lapte, grâu sau compuși de origine animală
- Formulată pentru utilizare zilnică în asociere cu xEO Mega™ sau vEO Mega™ și Microplex VMz



CAPSULE VEGETALE FĂRĂ SLS



MICROPLEX VMz™ COMPLEX NUTRITIV

120 de capsule

dōTERRA Microplex VMz este o formulă nutritivă alimentară de vitamine și minerale biodisponibile, pentru care deseori există carențe în alimentația modernă.

- Include un amestec echilibrat de vitamine A, C și E și un complex de vitamine B
- Conține minerale derivate din alimente și oligoelemente organice
- Optimizează absorbția substanțelor nutritive printr-un amestec derivat din alimente integrale și un sistem de administrare de enzime
- Conține cel mai popular amestec digestiv dōTERRA, realizat din Mentă, Ghimbir și Chimen (sămânță)



CAPSULE VEGETALE FĂRĂ SLS



xEO MEGA™ COMPLEX OMEGA CU ULEIURI ESENȚIALE

120 de capsule moi

xEO Mega este o formulă revoluționară care îmbină uleiuri esențiale CPTG cu uleiuri omega-3 și carotenoide naturale de origine marină și extrase din plante.

- Asigură aporturi egale de EPA și DHA din concentrate de ulei de pește din surse regenerabile și ulei de iarba șarpelui cu acizi grași SDA și GLA
- Gamă completă de carotenoide și vitamina E pentru protecție antioxidantă, plus vitamina D*
- Conține uleiuri esențiale de Cuișoare, Tămâie, Cimbru, Chimion, Portocală sălbatică, Mentă, Ghimbir, Chimen și Mușețel german



CAPSULE MOI VEGETALE



vEO MEGA™ COMPLEX OMEGA CU ULEIURI ESENȚIALE

120 de capsule cu lichid

vEO Mega este o formulă revoluționară, 100% compatibilă cu un regim alimentar vegetarian, care îmbină uleiuri esențiale CPTG Certified Pure Tested Grade cu acizi grași esențiali din surse vegetale.

- Conține uleiuri esențiale de Cuișoare, Tămâie, Cimbru, Chimion, Portocală sălbatică, Mentă, Ghimbir, Chimen și Mușețel german
- Include acizi grași esențiali din uleiuri de in, alge, semințe de inchi, limba-mielului, merișor, rodie, dovleac și semințe de struguri
- Include o formă unică a astaxantinei, un carotenoid



CAPSULE VEGETALE



dōTERRA LIFELONG VITALITY PACK™
SUPLIMENTE ALIMENTARE, INCLUZÂND ALPHA
CRS™+, MICROPLEX VMZ™ ȘI xEO MEGA™

dōTERRA LIFELONG VITALITY VEGAN PACK™
SUPLIMENTE ALIMENTARE, INCLUZÂND ALPHA
CRS™+, MICROPLEX VMZ™ ȘI vEO MEGA™

PROGRAMUL
 DE RECOMPENSARE
 A LOIALITĂȚII

PROGRAMUL
 DE RECOMPENSARE
 A LOIALITĂȚII

PROGRAM PENTRU STAREA DE BINE PERSONALIZAT

PROGRAMUL
 DE RECOMPENSARE
 A LOIALITĂȚII

Personalizează și economisește

La cumpărarea unui dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ sau a unui dōTERRA Daily Nutrient Pack™ prin Programul de Recompensare a Loialității, poți alege până la 2 alte suplimente alimentare specializate, la un preț extrem de avantajos.

CUMPĂRĂ 1 dōTERRA LIFELONG VITALITY PACK
 SAU dōTERRA DAILY NUTRIENT PACK



SAU



SAU



ȘI POȚI ADĂUGA UNUL SAU DOUĂ DIN PRODUSELE
 DE MAI JOS LA PREȚ PROMOȚIONAL

Mito2Max™



Deep Blue
 Polyphenol
 Complex™
 (Complex cu
 polifenoli)



SUPLIMENTE SPECIALIZATE



DDR PRIME™
15 ml

DDR Prime combină beneficiile uleiurilor esențiale de Cuișoare, Cimbru și Portocală sălbatică, cunoscute pentru beneficiile lor antioxidante și a fost creat pentru sprijinirea organismului și celulelor prin reducerea stresului oxidativ.

- Conține uleiuri esențiale de Cuișoare, Cimbru și Portocală sălbatică
- Poate reduce procesele de oxidare în organism și susține sănătatea generală a celulelor*

DDR PRIME™ CAPSULE MOI
60 de capsule moi vegetale



TRIEASE™ CAPSULE MOI
60 de capsule moi vegetale

Folosite în egală măsură de utilizatorii de uleiuri esențiale cu experiență și începători, capsulele moi TriEase au fost dezvoltate pentru susținerea stării tale de sănătate. Fiecare capsulă moale conține părți egale de uleiuri esențiale de Lămâie, Levănțică și Mentă. Datorită formulei speciale a capsulelor moi TriEase, toate cele trei uleiuri esențiale benefice pot fi consumate rapid și cu ușurință când călătorim sau participăm la evenimente în aer liber. TriEase Capsule moi pot fi consumate zilnic în siguranță.

- Principalele ingrediente sunt: Lămâie (coajă), Levănțică (floare) și Mentă (plantă integrală)
- Un supliment alimentar practic și simplu de administrat, pentru sănătatea de zi cu zi



MITO2MAX™ COMPLEX
PENTRU ENERGIE ȘI REZISTENȚĂ
60 de capsule moi vegetale

Mito2Max este o formulă exclusivă bazată pe extracte standardizate din plante și cofactori metabolici, care vine în sprijinul persoanelor cu un stil de viață încărcat. Se utilizează ca alternativă pe termen lung la băuturile și suplimentele pe bază de cafeină.

- Conține extractul Oligonol din fructul de lici, quercitină și alte extracte standardizate din plante care susțin un stil de viață activ
- Favorizează buna dispoziție
- Fără substanțe stimulante; nu creează dependență

SMART & SASSY™



SMART & SASSY™ CEL MAI BINE VÂNDUT
AMESTEC STIMULANT
Flacon de 15 ml

Smart & Sassy este un amestec exclusiv de Grapefruit, Lămâie, Mentă, Ghimbir și Scorțișoară. Este un aditiv gustos la orice băutură și este o alternativă excelentă la îndulcitorii artificiali și băuturile cu zahăr. Îndeplinește-ți obiectivele de menținere a greutății cu amestecul de uleiuri esențiale Smart & Sassy.

- Fără diuretice, fără substanțe stimulante și fără calorii
- Sprijină un stil de viață sănătos
- Favorizează buna dispoziție



SMART & SASSY™ CAPSULE MOI
90 de capsule moi vegetale

Capsulele moi Smart & Sassy conțin amestecul exclusiv de uleiuri esențiale Smart & Sassy, în capsule moi ușor de administrat, care te vor ajuta la menținerea greutății corporale în limitele dorite. Amestecul aromat Smart & Sassy conține uleiuri esențiale care sprijină un stil de viață sănătos și favorizează buna dispoziție.

COLECȚIA PENTRU COPII dōTERRA

Fie că ești un practicant experimentat sau un utilizator începător al uleiurilor esențiale, Colecția pentru copii dōTERRA reprezintă trusa completă și gata de utilizat de uleiuri esențiale pentru „întregul corp”, creată pentru a avea grijă de sănătatea și starea de bine a celor mici. Formulate pentru mințile, corpurile și emoțiile aflate în creștere, aceste amestecuri de uleiuri esențiale includ combinații unice pentru a conferi beneficii puternice, având în același timp un efect protector asupra pielii delicate.



COLECȚIA PENTRU COPII dōTERRA **NOU**
șase flacoane cu bilă a câte 10 ml

AMESTEC PENTRU CONCENTRARE THINKER™ **NOU** 10 ml roll-on

Când este momentul să fii creativ și să te concentrezi, aplică Thinker în zona feței pentru a susține capacitățile mentale și pentru a îmbunătăți învățarea.

- Conține Vetiver, Clementină, Mentă și Rozmarin într-o bază de ulei de cocos fracționat.
- Păstrează-l la îndemână în timpul școlii, perioadelor de studiu sau oricând ai nevoie să induci o stare de agerime
- Favorizează o senzație de claritate și agerime

AMESTECUL PENTRU CALMAREA DURERII RESCUER™ **NOU** 10 ml roll-on

După ce ai fugit, ai sărit sau te-ai jucat, aplică Rescuer pe picioare sau pe spate pentru a-ți relaxa musculatura.

- Conține Levănțică, Mentă, Copaiba și Zanthoxylum într-o bază de ulei de cocos fracționat
- Masează pe picioarele obosite sau ale copiilor aflați în creștere pentru o senzație calmantă
- Conferă senzații de vitalitate și confort

AMESTECUL PENTRU SERENITATE CALMER™ **NOU** 10 ml roll-on

Înainte de ora culcării, aplică Calmer pe tălpile picioarelor și pe încheieturi. Așază-te în pat și inspiră profund pentru a te relaxa.

- Include uleiuri esențiale de Levănțică, Cananga, Lemn de Buddha și Mușețel roman într-o bază de ulei de cocos fracționat
- Favorizează senzațiile de calm și relaxare a întregului corp

AMESTECUL PENTRU ECHILIBRARE STEADY™ **NOU** 10 ml roll-on

Pentru senzațiile zilnice de echilibrare sau pentru momente în care te simți anxios sau ai emoții, aplică Steady pe gât și încheieturi pentru sentimente calmante și liniștitoare.

- Conține Santal roșu, Brad canadian, Coriandru (sămânță) și Magnolie într-o bază de ulei de cocos fracționat.
- Contribuie la o stare de calm și echilibru
- Favorizează relaxarea întregului corp

AMESTECUL PROTECTOR STRONGER™ **NOU** 10 ml roll-on

Folosește Stronger în zona feței sau pe tălpile picioarelor pentru un plus revigorant sau pentru protecție atunci când nu te simți în forma ta cea mai bună.

- Conține Cedru, Verbină exotică, Tămăie și extract de trandafir într-o bază de ulei de cocos fracționat
- Calmează iritațiile cutanate ocazionale
- Contribuie la o stare de bine și de vitalitate

AMESTECUL PENTRU CURAJ BRAVE™ **NOU** 10 ml roll-on

Înainte de un situații noi sau diferite sau doar pentru a-ți începe ziua, aplică Brave în zona feței, pe burtă sau pe tălpi pentru un plus de curaj și încredere în sine.

- Include uleiuri esențiale de Portocală sălbatică, Santal roșu, extract de Osmanthus și Scorțioasă într-o bază de ulei de cocos fracționat
- Stimulează curajul și sentimentele pozitive
- Combină-l cu afirmații zilnice pozitive pentru a susține încrederea în sine

PRODUSE dōTERRA ON GUARD™

On Guard este unul dintre cele mai apreciate și versatile amestecuri de uleiuri esențiale dōTERRA™ CPTG Certified Pure Tested Grade™. Comparația exclusivă de uleiuri esențiale de Portocală sălbatică, Cuișoare, Scorțișoară, Eucalipt și Rozmarin este o componentă activă în prima linie de apărare a casei și a organismului. Amestecul On Guard a fost integrat într-o varietate de produse dōTERRA, pentru a oferi mai multe modalități de utilizare a beneficiilor sale puternice.

APĂ DE GURĂ dōTERRA ON GUARD **NOU**

473 ml

Apa de gură dōTERRA On Guard nu conține alcool și este formulată pentru a curăța dinții și gingiile, pentru a reduce placa bacteriană și a susține sănătatea cavității bucale.

- Formulă naturală, fără alcool
- Aroma revigorantă a dōTERRA On Guard susține o respirație proaspătă de durată



dōTERRA ON GUARD™ SPRAY IGIENIZANT **NOU**

27 ml

Spray-ul igienizant dōTERRA On Guard are un efect purificator asupra mâinilor, utilizând un abur extrem de fin, cu uscare rapidă.

- Infuzat cu extract hidratant de mere pentru a conferi mâinilor o textură catifelată
- Asigură beneficiile uleiului esențial dōTERRA On Guard, într-un spray practic
- Mărime perfectă pentru când te afli în călătorii, la muncă sau la școală



ON GUARD™ SOLUȚIE CONCENTRATĂ PENTRU CURĂȚENIE

355 ml

Produsul de curățat ideal, On Guard Soluție concentrată pentru curățenie, este îmbogățit cu Amestecul de uleiuri esențiale On Guard.

- Are o formulă biodegradabilă perfectă pentru întreaga familie
- Combină derivate din plante cu Amestecul de uleiuri esențiale On Guard



ON GUARD™ SĂPUN SPUMANT DE MÂINI

473 ml

Păstrează-ți mâinile curate cu puterea amestecului de uleiuri esențiale On Guard.

- Un flacon practic de 473 ml, cu care se pot umple două recipiente dozatoare de spumă a câte 237 ml
- Conține amestecul unic de uleiuri esențiale dōTERRA On Guard



ON GUARD™ DETERGENT DE RUFЕ

947 ml

Detergentul de rufe On Guard este un detergent natural, ultra concentrat (6X) cu capacitate puternică de curățare datorită amestecului de uleiuri esențiale On Guard și a enzimelor de origine biologică, pentru haine uimitor de curate.

- Conține 10 ml de ulei esențial On Guard
- Sigur pentru mediu și pentru întreaga familie
- 64 de cicluri de spălare per recipient



ON GUARD™ DROPSURI

30 de dropsuri

Bucură-te de practicitatea acestor dropsuri pentru gât cu gust excelent.

- Contribuie la calmarea și ameliorarea senzației ocazionale de gât uscat sau dureros
- Conține amestecul de uleiuri esențiale dōTERRA On Guard
- Conține zahăr bio 100% natural din trestie de zahăr și sirop de orez brun



ON GUARD™ PASTĂ DE DINȚI

113 g

Cu această pastă, dinții rămân curați și beneficiază de amestecul de uleiuri esențiale On Guard.

- Formulă fără fluor
- Aromă unică de scorțișoară și mentă, combinată cu xilitol pentru o respirație și o periută de dinți proaspete și curate



ON GUARD™+ CAPSULE MOI

60 de capsule moi vegetale

Capsulele moi On Guard+ combină amestecul exclusiv de uleiuri esențiale dōTERRA On Guard cu uleiuri esențiale de Piper Negru, Oregano și Roiniță.



ON GUARD™ BILUȚE

125 de biluțe

Biluțele On Guard reprezintă o modalitate simplă și aromată de susținere a sistemului natural de apărare al organismului. Portocală sălbatică, Cuișoare, Scorțișoară, Eucalipt și Rozmarin se reunesc în biluțe vegetale minuscule care se dizolvă în gură.

- Oferă o modalitate practică de a obține beneficiile unice ale amestecului de uleiuri esențiale On Guard
- Împrospătează respirația



AMESTEC ON GUARD™ TOUCH

10 ml roll-on

Bucură-te de aroma unică și beneficiile puternice ale amestecului de uleiuri esențiale dōTERRA On Guard, printr-un flacon cu bilă practic.

- Sprijină funcțiile naturale ale sistemului imunitar
- Produs de curățare natural
- Dă energie și bine-dispune

dōTERRA™

dōTERRA (Europe) Ltd.
1 North Fourth St., MK9 1DG, Regatul Unit
dōTERRA Europe Marketing GmbH,
Konrad-Zuse-Platz 4, D-81829 München

spa
dōTERRA®

Spray hidratant pentru corp cu Amestec pentru frumusețe

*Cu efecte
hrănitoare
revigorante
radiante*



dōTERRA SPA
Spray hidratant pentru corp
125ml

dōTERRA™

v5 EU RO

60209894

