

# dōTERRA<sup>®</sup> LIVING

dōTERRA<sup>®</sup>  
夏季刊

2013.07.15

no.7



- 精油媽媽袋
- 家有小寶貝為何要用精油？
- 輕盈生活計畫的感動故事
- 完美蛋白質對於輕盈生活的重要
- 保衛全家健康的芳香植物精油

SLIM &  
SASSY<sup>®</sup>

# dōTERRA®

## 新品上市 輕盈一夏

營養奶昔是一個非常方便又美味的營養補充品，可以提供人體健康的必須營養素，每份並提供約150大卡熱量。



35180302	營養奶昔 香草口味	NT\$ 2,400	20PV
35200302	營養奶昔 巧克力口味	NT\$ 2,400	20PV
35280302	輕盈生活套組 – 巧克力X2 內含：輕盈複方 X4、巧克力營養奶昔X2	NT\$ 8,670	125PV
35290302	輕盈生活套組 – 香草X2 內含：輕盈複方 X4、香草營養奶昔X2	NT\$ 8,670	125PV
40770302	輕盈生活套組 – 巧克力X1、香草X1 內含：輕盈複方 X4、香草營養奶昔X1、巧克力營養奶昔X1	NT\$ 8,670	125PV

# dōTERRA<sup>®</sup>

## LIVING<sub>no.7</sub>

### 創辦人的話

---

- 4 因為您，多特瑞才能成長茁壯！ 大衛·史德齡

### 公司引言

---

- 5 誠實正直是多特瑞成功的關鍵 葛瑞利  
多特瑞的成功從家庭開始 王世芳

### 輕盈生活

---

- 6 輕盈生活計畫的感動故事

### 營養專欄

---

- 10 食物的真相 完美蛋白質對於輕盈生活的重要

### 精油生活

---

- 12 曬傷  
14 家有小寶貝為何要用精油？  
16 精油媽媽袋  
18 保衛全家健康的芳香植物精油

### 鑽石總裁

---

- 20 Eric Larsen：Why dōTERRA？  
21 Patrick Sedivy：複製的力量

- 23 台灣創辦人俱樂部邀您入座

### 榮譽榜

---

- 24 一步一腳印、走出自己的路：  
鑽石總裁·藍鑽·鑽石·白金·黃金·銀級·尊爵

www.doterra.com.tw

美商多特瑞dōTERRA LIVING月刊及其他刊物，  
係由美國dōTERRA<sup>®</sup>多特瑞國際公司授權美商多  
特瑞有限公司台灣分公司製作發行  
僅向美商多特瑞獨立產品顧問發行  
版權所有 請勿翻印



發行人：王世芳

發行單位：dōTERRA<sup>®</sup>美商多特瑞有限公司台灣分公司

地址：台中市西屯區文心路二段201號9樓之1

客服專線：(04) 2210-7105

客服傳真：(04) 2251-1565

編輯部：張昭蓉 曾鈺善 顏怡芳 游渝訪

發行日：2013年7月

## 因為您，多特瑞才能成長茁壯！

親愛的朋友們：

日前造訪台灣時，我對台灣多特瑞的產品顧問及工作團隊的奉獻與投入留下了深刻的印象。能看到我們的產品顧問分享精油的療癒力量、建立和發展個人成長並提供個人財富自由的絕佳機會是一件多麼美好的事情！你們勤奮不懈的努力以及相互鼓勵啟發更是台灣市場持續成長茁壯的動能。

此刻，我們正見證著多特瑞的非凡成就。當別的公司時而攀上高峰、時而停滯不前之際，多特瑞在全球卻持續不斷的穩健成長，引領風騷。這一切要歸功於多特瑞對精油和營養保健產品最高品質標準 CPTG® 堅定不移的承諾以及紮實的教育訓練與諸位辛動的投入和奉獻，才得以使業績屢創新高，也讓多特瑞重新定義了業界居領導地位的回購率。

精油已然成為人們主導自我保健的新選擇，同時也幫助了他們的家人與朋友。更讓人興奮的是，有許許多多的人因多特瑞而在財務上獲得了豐碩的成果。

當我最近與台灣的領袖們會面時，我傾聽他們所關注的問題，也分享他們成功的喜悅。我要你們知道，我們有多麼感謝你們的貢獻，同時為你們的成就感到萬分欣喜。我們絕對會與你們肩並肩共同努力，解決問題並做為你們團隊的後盾，因此我們要對犧牲眼前短暫利益而放眼未來長期豐收的領袖們致上無限的謝意。

多特瑞將持續成長！因為我們以服務為導向的產品顧問致力於幫助無數家庭藉由精油產品獲得健康。我們於在地和國際間的成長茁壯，造就了多特瑞全球企業園區的成立，這個佔地20萬平方英尺的全新總部能容納超過一千位以猶他州為主的員工。新總部將會為我們全力支持多特瑞全體產品顧問的承諾以及國際發展上挹注更大的助力。

期盼今年10月各位能參加多特瑞2013全球年會並造訪我們的企業園區。我們十分興奮能在進行教育訓練和新產品發表會的同時，也藉此機會彼此提升、相互砥礪！



大衛·史德齡 David Stirling  
美商多特瑞全球總裁 dōTERRA® CEO



### 我們的承諾

1. 秉持誠實正直的經營原則。
2. 善待並尊重接觸到的每一位人士。
3. 秉持服務與關懷精神與他人互動。
4. 認真工作並妥善運用公司資源。
5. 展現笑容與幽默，振奮團隊工作士氣。
6. 對成功心懷感激，並多加給予他人肯定。
7. 對社會和世界上的不幸慷慨解囊。

### 我們的使命

dōTERRA®美商多特瑞公司承諾要和全世界分享專業純正調理級精油保健產品的獨特優勢。

1. 邀集世界最頂尖專家，組成最堅強研發團隊，發現和開發全世界最精良調理級精油產品。
2. 以最高品質、最純正的安全標準 CPTG®專業純正調理級認證精油，製造精油產品。
3. 透過獨立產品顧問推廣產品，同時也在網路上建立個人化購物網站，進行全球性銷售。
4. 為所有願意瞭解調理級精油的價值及使用方式的人士，提供教育機會。
5. 融合正統醫學與另類保健方法，促進調理級精油在現代醫學領域的深入研究與廣泛應用。

## 誠實正直是多特瑞成功的關鍵



親愛的多特瑞夥伴及家人們：

首先，我代表全體創辦人和執行團隊們向你們問候！恭賀三年來持續地成就與精進。在這麼短的時間內，我們在台灣創下如此驚人的成長，已經晉身台灣二十大直銷公司之列，但我們的目標是成為前五大！我們對這個目標極具信心，只要勤奮努力、群策群力，秉持誠實正直的信念就能做到！因為誠實正直是我們萃取精油的最高原則，也是多特瑞事業成功的關鍵。

台灣的成功更讓我們將市場拓展到香港，香港分公司已在六月成立，這都要歸功於你們的努力與奉獻，正如如全球的多特瑞領袖們為公司所奠定的基礎一般，香港公司的成立可說是源自於台灣的成功與成就。你們的努力與付出讓我們心懷感激，因為經驗告訴我們，你們所面對的挑戰與犧牲，也更加鞭策公司要為台灣以及全球的夥伴們不斷的向前邁進。

期待在七月的「贏向成功領袖挑戰營」和大家相見。也希望能在美國猶他州鹽湖城的全球年會上與你們共聚一堂，我們的席次已經全數售罄，這將是有史以來最精彩的精油教育研討會！

由衷的感謝！

Greg Cook 葛瑞利

業務及國際市場部副總裁

Shawna Wang 王世芳  
台灣分公司總經理

又到了一年一度的「贏向成功領袖挑戰營」，這也是一同回顧我們半年來成果的好時機。今年以來，台灣分公司以鼓勵夥伴們舉辦家庭聚會為主要的成長策略。每個月，我們平均都會舉辦超過150場家庭聚會，有將近500位新朋友透過家庭聚會成為產品顧問，其中高過八成，也就是將近400位新產品顧問都加入了「忠誠顧客獎勵計畫」，獲得了極大的成效。

下半年，我們還將把腳步拓展到新竹和台南，每個月都會在這兩個城市舉辦「多特瑞產品說明會及博覽會」，讓更多新朋友有機會就近認識多特瑞，愛上多特瑞的產品。

多特瑞的一切都是從家庭出發，家庭消費者為多特瑞建立了穩固的根基，自成立以來，家庭醫生套裝在台灣已經銷售了近兩萬套，這個數字很可觀，而台灣有超過800萬戶家庭，這代表我們的家庭醫生套裝產品還有無窮的成長潛力，讓我們一起加油，把最優質的多特瑞產品推廣到台灣的每一個角落，讓家家戶戶的客廳裡都有一套家庭醫生套裝，讓每個家庭都因為多特瑞的產品而更加幸福健康，很快的，多特瑞也將成為台灣的第一大精油公司！



多特瑞的成功  
從家庭開始

# 輕盈生活計劃 感動的感動故事

輕盈生活計劃已經在世界各地改變了成千上萬的人生，不僅順利幫助人們減輕體重，也帶來美好生活的動力，下面是2013年「輕盈生活計劃」競賽中幾位參賽者的動人故事，與您共同分享他們如何經歷曲線輕盈、個人的秘訣。

## 瑞琪娜·海斯

2011年我和幾位朋友一起搭上一艘度假遊輪，不過，因為疾病和生活方式造成的健康問題，我大半時間都只能推著輪椅在船上度過。當他們要去郊遊、逛街的時候，我只能坐在露台上揮手道別。我罹患了高血壓、膽固醇過高，還有一連串的病痛，活得像個囚犯一樣。不只在遊輪上，即便在自己家中也是一樣。我並不是一覺醒來就突然變成那樣的景況，而是一段逐漸演進的過程，也是我選擇錯誤生活方式的結果。2012年11月25日，我和上帝談了很長的時間，就在我這個既自憐又懊悔的祈禱的次日，兩個朋友出現了，他們示範給我看我兩年前買的dōTERRA®產品如何使用。我心想也許這就是我的答案，於是想出一個計劃，我從躺椅上爬起來去加入健身房並且聘請一位專屬教練，再買了一套鑽石套裝。我決定如果我要再做些努力，一定要用對的方式。2012年12月4日，我的體重是305磅；94天後，我減輕到255磅。

### 我的做法

- 一週三天去健身房運動。
- 吃新鮮的未加工食物，也就是說我常常自己下廚。
- 用營養奶昔補充零食和正餐的需求。
- 每天使用精油。
- 使用綜合維生素、魚油、酵素等，我認為有幫助的營養補充品。
- 我立下目標，在2013年10月26日高中同學會時，要減輕總共100磅。

「目前為止我已經減輕50磅，在未來232天內我要達成我的目標，我的一切都在改善，我非常感謝那兩位來看我的朋友，他們分享的資訊正為我的人生帶來極大的改變。」 瑞琪娜





## 伊蓮·蘇珊·威爾

幾種健康上的問題造成我的體重持續在上升。

過去八年，我總共胖了大約120磅，曾經加入健身房會員、諮詢過營養師、記錄飲食日誌、停止喝汽水、定期看醫生、服用藥物…，沒有一樣能夠幫助到我，我的體重仍舊持續上升。

2013年1月加入輕盈生活競賽，我開始實行輕盈生活手冊裡的計畫，這是八年來的第一次我能夠自己管理自己的身體。從競賽開始到現在，已經減下15磅，可以穿上小一號的褲子，變得更積極正面，比過去有活力得多。

## 凱西·庫伯斯

在我家，食物是永遠不會嫌多的，直到增加了百來磅，加上第一個孩子的誕生，我才學會了吃進什麼對人是真的有影響，我過去無知的程度連自己都訝異。但是因為食物是滿足我情緒需求的主要來源，雖然這九年來，我已經明白吃什麼會影響到外表，不過，這樣的意識並沒辦法幫助我無法克服習慣、渴望和需要感。這種體重的奮戰已經九年了，我的體重上上下下，擁有的衣服尺碼從6號到18號都有。

在生下第五個孩子之後，父親突然地離世，我的體重又增加了！此時我的自尊直落谷底，只穿得下懷孕時的運動褲。我心想，是時候了！下定決心再度回到體重的戰場。以前我努力過，現在我可以

再次努力。我用手機app勤奮地追蹤卡路里攝取的狀況，整整92天，都維持在被建議的1,500卡以內。我努力遵行，但就如同在斜坡上滑倒一般，每次失敗就要花上更多的時間。結果92天後，什麼都沒改變，連一磅都沒瘦下來！花了這麼多時間，我的脂肪又贏了！

我感到徹底灰心，不過還是加入了輕盈生活競賽。加入後，我停止計算卡路里，以營養奶昔代替早餐和下午的零食，將重點放在晚餐的蔬菜攝取上，也開始使用精油，在這場輕盈旅程中助我一臂之力。

兩天之後，感覺有點不一樣。一週之後，我站上體重計，發現瘦了5磅；又過了一週，瘦了4磅，然後兩磅，體重一直下降，最好的部分是不會覺得是在打仗或在跟食物拔河。能夠不浪費力氣跟自己對抗，掙扎於吃或不吃之間，真是太好了。雖然我一定還是不夠完美，但是我覺得我已經採取了一些重要的步驟。未來的人生我仍要持續下去，在這場比賽的過程中，我對健康和體重的看法已經改變了。

## 亞曼達·威基勒斯

我一直都過重，無論怎麼做、怎麼吃，體重就是降不下來。高中時，我穿14號的衣服，體重是140磅，我的體重不是因為缺乏活動，我在高中時經常運動，六點就到學校，至少待到九點才回家。參加的運動包括了田徑運動、壘球和啦啦隊。雖然運動又節食，但是我不只瘦不下來，甚至體重還繼續增加。

生下第三個孩子後，體重又增加了。因為幅度太大，醫生讓我參加一個有醫學監督的節食計畫，那是液態飲食，有危險性，所以每週我都必須做檢查。前兩個月瘦了30磅，接著開始停滯。看到其他人都是瘦50到70磅，完全遵守規則的我卻瘦不下來，覺得很灰心。開始節食時，我的體重是262磅，結束時是232磅，六個月後，因為只瘦下30磅，我陷入抑鬱，於是減下的體重又全部回來了，接著又增加了些體重。

自從被介紹認識dōTERRA®開始實行這套產品的計畫後，我已經減下30磅，報名參加輕盈生活競賽之後，又瘦下10磅以及21英吋，我很感謝這個計劃能夠讓我維持輕盈體態，保持身材。

即便還不夠多，但我已經做到的事情對於我的人生、我的快樂和我的自尊都有很重要的影響。家人非常支持我對維持曲線、讓自己健康所做的努力，我的先生和我計畫四月底一起參加普雷西迪奧10公里路跑，希望能夠以這項活動來慶祝我的進步，也慶祝我擁有完成目標的能力，我所達到的成功讓我有能力成為孩子們值得擁有的好媽媽。

二兒子最近問我他能不能和我們一起去參加路跑，他說：「媽，我想要陪著妳追求健康。」我心裡好激動！這場賽跑變得更特別了！我要為我的家人、我的健康和我的家人而跑，我會去參加，因為dōTERRA®讓一切成為可能！

### 我的「輕盈生活計畫」每日祕訣

- 每天使用營養補充品。
- 配合6杯飲水。
- 每天至少運動30分鐘，不找藉口停下。
- 留意飲食內容和食物的來源。





## 金恩的輕盈祕訣

如果生理上的限制影響了運動的能力，不要使用體重計或是皮尺來衡量效果！我去年就參加過這個競賽，但第四周就放棄了，因為充滿挫折感，所以停止了。我的體重減輕太少，我知道不可能贏得比賽！今年我100%投入來管理我的身體，希望能夠享受結果，不要關注自己的限制，我知道我的收穫看起來不是那麼大，我盡最大的能力，不再與其他人比較，只跟自己比較，看看現在跟六週前的生活有哪些不同？衣服變得更合身，痛苦減少了，這就是我的成功！

「我很確信dōTERRA®產品能夠幫助每個人，幫助身體健康和平靜情緒的效果都非常好，已經有好一段時間，我變得喜歡我自己，這種感覺真好！」金恩



我使用的精油：讓我心情更愉快，更放鬆！

薑、肉桂、薄荷、檸檬、葡萄柚。

## 食物的真相

# 完美蛋白質對於輕盈生活的重要

優良的蛋白質是打造肌肉所需要的必備元素，就像建造房屋的建材一樣！在進行「輕盈生活計畫」時，為身體補充優良蛋白質是非常重要的，因為它可以幫助增加身體肌肉率、甩掉脂肪，而且也比較不容易復胖。蛋白質之所以對於減輕體重及維持體重特別有幫助，是因為在相同熱量的條件下，蛋白質會提供較高的飽足感，飽足感愈高，攝食量減少，自然能夠控制體重。此外，蛋白質的產熱效應大於脂肪與醣類，使用較多蛋白質時，身體產熱效益高，消耗熱量也較多，基礎代謝率提高，減重及維持體重的效果也會更好！

減重時，增加肌肉率、減少脂肪才能讓人擁有好的身形！同樣公斤數的兩個人，脂肪率較高、肌肉較少者的身材因為多餘脂肪而鬆垮；相反的，肌肉率高、脂肪少者身材修長結實，是一般人羨慕的理想的身形！一般節食減重很容易造成肌肉流失，減到體重卻沒有減掉脂肪，肌肉也相對流失，身材只是從大蘋果變成小蘋果，大梨子變成小梨子，甚至一般體重正常的人，也常因為體脂肪比例失衡，一直陷入不滿意身材的苦惱中！

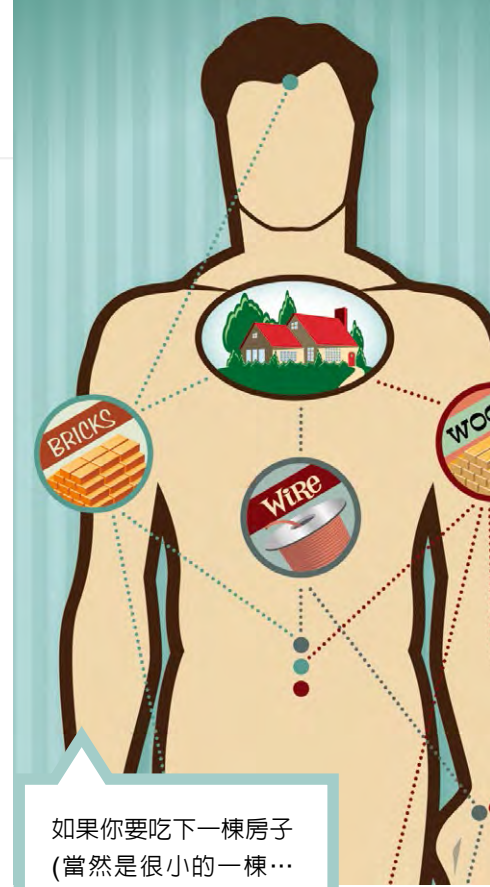
我們了解完美蛋白質對輕盈生活的重要，但dōTERRA®的營養專家陶利·帕克博士（Dr. Tory Parker）提醒我們不要陷入過量使用蛋白質的迷思。帕克博士認為：身體攝取過多蛋白質時，會無法運用而轉變脂肪或醣類的形式，如此並不會有更好的利用，還會造成代謝的負擔。所以均衡而適量的補充優良蛋白質非常重要，而其中醣類、脂肪的適量比例也同樣重要！這也是帕克博士在設計蛋白質補充品配方的重要理念！

## 補充蛋白質會長出大塊肌肉？

dōTERRA®的營養專家陶利·帕克博士 (Dr. Tory Parker)  
為您解開常見的食物迷思

一個常見的迷思是，當您吃入某樣特定的東西，它會只影響您身體的某部分。乍看覺得很有道理，比方說，攝取蛋白質會讓您的肌肉成長，吃越多蛋白質，您的肌肉會成長的越碩大，這為什麼是一個迷思呢？

研究營養學，我們會學到食物被您的血液吸收前所發生的生理的動態和化學變化的過程，其中之一是人體會一直把所有吃進的食物都分解到最簡單的形式，然後在身體需要的時候，再以身體需要的型態重新組成。



如果你要吃下一棟房子（當然是很小的一棟…請仔細聽我解釋），您的身體會先把它分解成磚塊、木板、電線等材料，讓它們在身體裡移動，再建造組合成不同形狀的另一棟房子。

帕克博士擁有伊利諾大學厄巴納香檳分校的營養科學博士，在食品加工、食品化學、生物化學、生理學和人類營養學等領域都有非常豐富的經驗。他在營養補充品工業和學術界的實務經驗及學術背景，使得他擁有獨特的定位，能夠了解產品的發展、研究和跟營養有關的生理學和化學知識。



帕克博士是一位充滿感染力的教導者，他充滿熱情地希望幫助人們認識營養和長壽生活型態的關聯，幫助人們走出因為錯誤的生活選擇所造成的提早退化問題。

如果您要吃下一棟房子 (當然是很小的一棟...請仔細聽我解釋), 您的身體會先把它分解成磚塊、木板、電線等材料, 讓它們在身體裡移動, 再建造組合成不同形狀的另一棟房子。如果您原本吃進的房子比身體要建造的房子更大, 身體不會把多餘的電線都儲放在「車庫」裡, 要不就是丟到垃圾桶, 要不就是轉換成能夠有效率地儲存的東西像是磚塊(脂肪)。因為我們很少只單獨吃一樣東西, 您所吃進的不同房子的木板會在體內彼此組合, 您不會知道他們各來自何處, 即使很長一段時間都只吃一種食物, 我們的身體也會丟棄多餘的, 並且持續重新製造細胞 (房子) 和內分泌 (配管工程), 無論如何仍會跟其他食物成分組合在一起。

當這些組成材料的大型混合體進入血液後, 我們無法讓它只到達一種器官。在需要供應的時候, 一個細胞 (建築工地) 可能發送出一個訊號 (請求供給), 但這在每個地方都會發生。無論您吃什麼都一樣, 無法避免對身體其他部位造成影響。以維生素和礦物質來說, 這並沒有什麼不好, 但在許多狀況下, 當一種營養素或一種補充品被認為對身體某部分 (比方指甲) 的健康有益處時, 也可能對另一個器官有所傷害, 特別是在攝取過高的劑量時。

舉我很多年前聽過的這個例子, 有一說是吉利丁 (明膠) 果凍對指甲很好, 以我上述的模式來分析, 就會知道並非如此。明膠是一種含有某些胺基酸的蛋白質, 是一種不完全的蛋白質, 也就說用來建造一座房屋它的建材是不夠的。即使您相信它

一個常見的迷思是, 當您吃入某樣特定的東西, 它會只影響您身體的某部分。乍看覺得很有道理, 比方說, 攝取蛋白質會讓您的肌肉成長, 吃越多蛋白質, 您的肌肉會成長的越碩大, 這為什麼是一個迷思呢?

對指甲有幫助, 如果您只是在正常飲食外, 偶爾吃吃吉利丁果凍, 不會有害處; 但如果您因為相信這種說法而把吉利丁果凍當成重要的主食, 等於用它替代其他更健康的食物, 反而會失去必須胺基酸的攝取, 讓身體所儲存的能量被用盡, 導致長期的傷害。結果它對指甲不會帶來比飲食中其他蛋白質來

源更大的幫助 (甚至是更少)! 所以, 像這樣的迷思有潛在性的傷害!

我前面提到, 如果同一類食物吃的量太多, 希望如同建造房屋般供給身體建材, 結果卻是身體會將多餘的材料排出, 舉重選手就常常為這樣的狀況而受虧損。可惜的是, 訓練者通常缺乏或者根本沒有營養學的訓練, 他們只有舉重的訓練, 常會例行地推薦他們的顧客一天攝取200公克的蛋白質, 其實一天大約100公克就足以建造出同樣比例的肌肉, 如果肝與腎功能都健康, 這樣做通常不會有傷害性, 但是仍會造成這些器官較大的負擔。

原因如下: 在所有的蛋白質被非常有效率地消化和吸收之後 (在所有攝取的蛋白質、脂肪和碳水化合物中, 我們會吸收95%或是更高的比例), 接著就被送往肝臟。肝臟會出現一個問題, 因為太多的蛋白質超過原本房子的建造計畫所需 (請把蛋白質想像成某種單一建材, 比方木板), 所以肝臟就必須立刻開始把超過50%的蛋白質分解掉, 轉化成碳水化合物或是脂肪。事實上, 肝臟會把50%您吃進的蛋白質分解掉, 對於不是運動員的人來說, 通常是50-100公克這個範圍, 這是您獲得碳水化合物和脂肪非常昂貴又無效率的方式。

許多舉重選手跟我強調蛋白質攝取量是他們擁有大塊肌肉的原因, 我則堅持努力又持續的舉重練習以及均衡的飲食中所含足量的蛋白質才是讓肌肉成長得如此健壯的原因。如果知道肝臟如何處理蛋白質, 就會明白這個道理; 如果不了解, 就會陷入迷思中。dōTERRA®所提供的產品有一套健康的營養策略, 我們考慮到身體的生理和化學作用, 不會聚焦在任何一樣事物, 把它當成解決問題的方法, 也不會誇大訴求其益處。我們了解天然能提供的多樣性, 把重點放在教導如何用最好的方式使用某一種合適的產品。我們在乎的是滿足您的需要, 而不是只提供單一的成分。因為我們知道這樣無法滿足在營養上真正的需求。舉例來說, 我們的「終生保健活力套裝」的目標是供給最重要的需要—幫助青春永駐, 精力充沛。我們在乎的是滿足您的需要, 不是只提供單一的成分, 因為我們知道這樣無法滿足您真正在營養上的需求。

# 曬傷

適當的日曬是必要的一但是弄到曬傷卻完全沒必要。只要依照以下幾個方法，既能享受夏日陽光燦爛的樂趣，又能免除過度曝曬的後果。

## DIY

### 個人專屬的天然特級保溼防曬乳

#### 您需要

- 1/2 杯 橄欖油
- 1/4 杯 分餾椰子油
- 1/4 杯 蜂蠟
- 2 茶匙 氧化鋅
- 1 茶匙 維他命E
- 2 茶匙 乳油木果油
- 12 滴 永久花精油

方法：除了氧化鋅之外的所有材料放入一個中型玻璃碗，攪拌混合。在一只平底鍋裡注入些許清水。放置於中火上，將玻璃碗放進平底鍋裡隔水加熱，等到所有材料都完全融合在一起之後，再加入氧化鋅並攪拌到完全融合。接著倒入約容量500C.C.的錫製或是玻璃瓶罐中，放置於涼爽的地方。並於六個月內使用完畢。

#### 舒緩曬傷後的肌膚

自己動手做薰衣草曬後噴霧—將20滴薰衣草精油及30 C.C.蘆薈汁混入一只噴霧瓶中，置於冰箱數日後，於外出前使用。

蘋果醋能夠鎮定皮膚曬傷後的疼痛、發癢、發炎現象。用棉花球沾蘋果醋輕拍在受傷的部位，可以緩和灼傷的肌膚。若是敷在皮膚上則可以預防起水泡以及脫皮的情況。此外泡個冷水澡，在水中加入一杯蘋果醋，也可以去除全身曬傷後的不適感。

分餾椰子油能為灼傷的肌膚帶來保溼滋潤效果。將60C.C.的分餾椰子油加入15滴精油（參照以下的建議）裝入容器中，並加以混合，可以頻繁地使用於曬傷後的皮膚上。

#### 我們推薦

- 薰衣草精油
- 茶樹精油
- 羅馬洋甘菊精油





# SUN BURN

dōTERRA®  
精油生活

## 快速手作您個人專屬的 簡易防曬乳

如果急著奔向沙灘或是游泳池，您仍可以運用手邊極少數的原料DIY一款能有效防曬的防曬乳。

### 您需要

- 1條 多特瑞Spa舒活護手潤膚乳
- 12滴 永久花精油
- 2茶匙 氧化鋅

方法：將以上的材料放入一個空的、約240~300 C.C.容量的乳液瓶中，可以用吸管攪拌或是大力搖晃，將材料充分混合。在曝曬於日光下之前使用，每隔二、三個鐘頭就再補充一次。

貼心提醒：這個配方的防曬係數大約是SPF 20左右，若增加氧化鋅的量就能增加防曬因子；此外，這個配方並不適用於水上活動時的防曬保護喔！

### 您知道嗎？

氧化鋅能吸收陽光中的紫外線輻射並保護肌膚免於曬傷以及其他紫外線輻射所帶來的傷害及影響。就因為氧化鋅能夠吸收絕大部分的紫外線輻射，因此美國食品藥物管理局（FDA）已經批准氧化鋅運用於乳液、防曬乳、化妝水、化妝品、止汗劑、香皂以及其他諸多產品上。



# 家有小寶貝為何要用精油？

## 以氣味減少適應問題

孩子先天就有靈敏的嗅覺，剛出生三個月內的寶寶視力發展還沒完全，看不到清楚影像，所以剛出生的嬰幼兒經由氣味辨識母親，也從這個特殊的味道與溫暖、安全感做為連結。現代婦女有時候剛休完產假就要投入職場，寶寶需要託付給其他人照顧，這時善用精油是個好方法。如果一位母親身上有一種獨特的氣味，這個氣味也出現在母乳身上，這樣的連結會使寶寶更加適應他的母乳。所以母親們可以在身上使用一些精油或者將滴有精油的物品戴在身上，去建立媽媽和寶寶之間的親子關係。如果母乳身上有跟媽媽一樣味道的面紙，寶寶會更容易接受母乳以及安靜下來。而寶寶離開母乳家，回到親生母親旁邊，也因為氣味相同，降低適應的問題。

## 以按摩增加親子互動

另外一個建立親子關係的好方法，就是用精油按摩油來進行親子按摩。幫孩子按摩可以幫助孩子懂得欣賞自己的身體，感受被愛的感覺，和人接觸時也不會感到壓力。在健康方面，可以促進身體健康。英國研究提到，父母與孩子接觸時，可以快速增加孩子的肺活量，對於活絡身體健康細胞有助益。同時，

按摩對於神經系統非常好，當孩子出現情緒問題、亢奮難以應付時，按摩可以安撫心情。對於小孩子容易出現的消化系統毛病，輕柔的腹部按摩對於改善消化系統非常有效。所以家長們不妨每天花五分鐘用精油按摩油來為孩子按摩，增加親子互動。

## 選擇「快樂的精油」

有些太強烈的味道，成人覺得很好聞，但是對孩子來說可能氣味太重，不適合用在孩子身上。大部分的孩子喜歡柑橘香味，可能吸收陽光能量的柑橘清新氣味，與孩子赤子之心最相近，像是檸檬、野橘、萊姆、佛手柑、葡萄柚這些芸香科柑橘類的精油，可以稱為「快樂精油」，香調揮發度較高，同時也有利神經系統，是最安全的補氣精油。而媽媽們產後因為太過勞累、角色轉換適應問題產生的產後憂鬱症，這些柑橘屬精油的氣味有給予的特性，可以為內心缺乏圓滿自足、低落的情緒狀態，帶來滿足與正面的陽光能量。



另外一種精油可以幫助孩子們靜下來、幫助睡眠、放鬆心情並處理一些皮膚狀況等，像是檀香、乳香、薰衣草、羅馬洋甘菊。這些香氣揮發度較低的精油可以持續較長的時間，非常適合在睡前或者需要專注時使用。





## 兒童按摩注意事項

1. 先按摩寶貝的頭皮，記得輕輕移動，這個動作可以幫寶貝放鬆，也為接下來的按摩做準備。
2. 將按摩油滴於手掌上，約五或十元硬幣大小的量。均勻塗抹於孩子身上，在按摩過程中，可以隨時添加按摩油。按摩手法必須輕柔，力道不要太大。
3. 胸部與腹部：用手掌在孩子的腹部畫圈圈，可以採用8字法按摩或者從下腹到前胸再到下腹的蝴蝶型按摩法。
4. 背部：雙手形成三角形，用手指由下往上輕輕滑動。
5. 手臂和手部：先在手掌劃圈，然後從手掌輕滑到上手臂和肩膀，之後回到手掌。
6. 足部和腿部：按摩腳底，用拇指在腳底中間畫圈按摩。腿部畫圈和輕滑，記得從腳踝開始到達膝蓋大腿後，往下回到腳踝。
7. 腿背與腳背面：重複足部和腿部按摩步驟。

以上步驟可以重複幾次，按摩完後，記得給孩子幾分鐘的擁抱，讓親子之間更親近，也會讓他更享受每一次的按摩！

## 準媽媽要有好心情

老一輩的中國人常常告訴準媽媽，懷孕期間必須要保持好心情，同時要看一些美美的圖片，這樣生下來的小孩比較好養育。在西方醫學，也強調胎教的重要性。如果小寶貝一出生就有嚴重的過敏問題，必須回溯媽媽在懷孕時的心理狀態，孕期心情不好的準媽媽，出生的孩子有高比例會出現過敏性皮膚問題。對於孩子皮膚搔癢、尿布疹、皮膚過敏等狀況，羅馬洋甘菊就是一支非常適合兒童使用的皮膚用油。

## 如何使用精油？

媽媽們可以在面紙上滴一滴精油，然後塞入胸罩內，讓寶寶與您接觸時就能聞到這個味道。然後在寶寶的枕頭邊，也放上一張滴有相同精油的衛生紙，讓味道圍繞著寶寶，就像是被母愛環繞。首選精油為薰衣草精油，純正的薰衣草精油裡面的酯類結構至少50%以上，酯類的化學特性為鎮定、安撫，這也是薰衣草精油被認為是助眠精油的原因。而薰衣草精油是芳療師眼中的母性精油，大地之母的能量非常適合以芳香噴霧器來擴香，使用在不足月孩子的房間，增加孩子的安全感。

想使用精油在嬰幼童身上按摩，請記得從低劑量開始。如果是一歲以下的寶寶，可以在115ml的椰子油內滴入10滴以內的精油為他進行全身按摩。因為新生兒的嗅覺和肌膚都非常敏感，不適合用高濃度精油塗擦。在調製按摩油時，學齡兒童使用的劑量約1%以下。換句話說，115ml按摩油或無香乳液最多加20滴精油就非常足夠了。

## 給孩子天然的防護

當孩子有濕疹或者牛皮癬狀況，家長除了應該選擇含有天然成分的沐浴霸替孩子洗澡之外，也可以在一般市售蜂蜜內滴入1~2滴精油，再溶解於水中給寶寶泡澡。兩歲以上的兒童，可以在115ml椰子油內，滴入總和16滴的精油來進行身體按摩，首選茶樹、羅馬洋甘菊精油等。茶樹是皮膚的良方，也是芳療界研究最久、文獻最多的一支精油，溫和抗菌是茶樹精油的長處。不論東西方，把香料類植物入菜就是取其有益消化的特點。當孩子遭遇到小小的消化問題，媽媽們可以在手上滴些香料類精油按摩油，以順時針方向輕柔按摩孩子的肚子或者按摩寶貝的腳底，觀察孩子的排便狀況。

上幼稚園的學齡兒童最怕腸病毒與流行感冒傳染，可以在孩子回到家之後，用天然精油來泡澡，給孩子天然的防護，保持健康。

## 嬰兒用精油 .....

### 尤加利精油

單獨或配合分餾椰子油使用於胸腔上。

### 羅勒精油

溫柔地用棉球塗在耳朵上，避開耳道區域，有助舒緩耳朵疼痛。

### 香料類植物精油

在感到不適的肚子上順時鐘按摩或在腳底按摩。

### 茶樹精油

舒緩受刺激的肌膚。

### 薰衣草精油

鎮靜、舒緩、放鬆受刺激的肌膚。

### 羅馬洋甘菊精油

舒緩受刺激的肌膚。

## 不含滑石粉的嬰兒爽身粉

### 材料

- 1~2滴薰衣草精油
- 1滴羅馬洋甘菊精油
- 1/2杯玉米粉
- 1/2杯竹芋粉
- 1/4杯磨細的燕麥

### 使用方法

- 完全融合，放到搖搖瓶裡

#### 訣竅

使用瓶口有洞洞的空香料罐，貼上標籤。

# 精油媽媽袋

## 用天然的素材製出您充滿喜悅的提袋

## 尿布乳液

用於紅疹、燙傷、刀傷或乾燥肌膚

### 材料

- 1/2 oz. 蜂蠟
- 茶樹和薰衣草精油各2滴
- 3又1/2 oz. 分餾椰子油
- 4 oz. 裝的玻璃罐

#### 訣竅

- 用空的嬰兒食品罐
- 攪拌用湯匙或小棒子

### 使用方法

- 把蜂蠟置入玻璃罐中，放在雙層鍋爐的上層。用隔水加熱慢慢融化，攪拌直到變軟。
- 慢慢加入分餾椰子油。
- 從火上移開並加入精油，攪拌後冷卻，貼上標籤。

#### 訣竅

如果仍太硬，重新融化再加入更多椰子油或橄欖油。

### 尿布乳液

我們的配方不含石化與刺激肌膚的人造成分。

### 精油

溫和、多用途的精油如茶樹、薰衣草都是必備的。





## 自製擦拭巾

### 材料

- 1捲高級紙巾
- 2杯溫水
- 2湯匙分餾椰子油
- 3滴茶樹精油
- 3滴薰衣草精油
- 可密封的容器

### 使用方法

- 用鋸齒刀把紙巾捲切半。先用半捲，另一捲之後再用。
- 把紙巾放到容器裡。加入精油與水，旋轉瓶子直到液體被吸收。移開紙巾的紙板，把紙巾從中間拉出來。

### 紙巾

市面上的紙巾所含成分會刺激嬰兒細緻的肌膚。這個簡單的配方在外出時很方便，只要把紙巾放入濕袋子裡即可。

### 保濕

記得隨時幫自己和  
寶寶補充水分

### 分餾椰子油

保濕並保護肌膚而不會殘留任何油脂。



# 保衛全家健康的 芳香植物精油

又到了初春季節，流感伺機而動，但是您不需要擔心，您可以應用芳香植物精油來保護全家。野橘、丁香、肉桂、迷迭香和尤加利等芳香植物精油具有極佳的抗菌能力，能捍衛您全家人的健康。

## 芳香精油 的使用方法

- ★家裡或辦公室用2~4滴精油擴香。
- ★噴霧瓶中裝入24oz.的清水，再滴入6滴精油，用來消毒檯面。
- ★用基底油稀釋後，按摩腳、背部、頸部和肩部，維持健康。
- ★5滴精油與2杯水放入玻璃瓶中混合均勻，將牙刷浸在瓶中一個晚上，可以消毒淨化牙刷。



「洗手」是長期以來被認為抑制傳染疾病傳播的重要關鍵。一般感冒每年在美國超過52萬例，而10%~20%的人口會感染流感，保持雙手無菌是非常重要的事。您也可以使用含有芳香植物精油的潔手凝露，既不會對敏感肌膚造成乾燥及刺激，也可溫和抗菌。

奧克拉荷馬大學所做的一項研究中，針對「芳香精油對抗流感病毒感染的功效」進行研究，結果證實，儘管抗生素能夠治療流感病毒，芳香精油可減少高達90%的病毒。研究人員認為，植物精油在保持良好的居家環境中，扮演相當重要的角色，而且沒有副作用。

## 勤 洗 手

預防感冒傳播

## 如何養成孩子 良好的洗手習慣

一個合格的洗手程序必須持續15~20秒。為了幫助孩子有足夠的洗手時間，可以鼓勵他們邊洗手邊唱「生日快樂」、「一閃一閃小星星」或「ABC」兒歌，唱完一首，手也洗乾淨了。

在孩子的手上用水洗筆畫上圖案，然後告訴他們，要把圖案洗到消失為止。

掛一條白色擦手巾讓孩子擦乾小手，如果擦手巾髒了，表示他們洗手的方法不正確。

畫一張清潔小手的表格，每一次孩子認真的洗手之後，就勾一格，還可以得到一張鼓勵的漂亮小貼紙。

提醒孩子經常洗手。當他們正確的洗手之後，要讚美並鼓勵他們。

您經常洗手嗎？請確保您自己也要經常洗手，為孩子樹立了一個良好的典範，孩子們最喜歡模仿父母。



## 清潔家居 保衛全家健康

根據美國能源部的健康和人類服務調查，居家清潔用品佔了所有毒物曝露風險的8.6%，而對5歲以下兒童，更是高達51%。您最應該擔心的事，是全家人曝露在有毒化學物質的環境。

運用天然芳香精油製成的濃縮清潔劑是最理想的天然成分清潔劑，可以用來防禦您居家的污染物和微生物。

材料：16 oz.裝的噴瓶

1又1/2 杯白醋

1/2杯蒸餾水

8滴任何一種柑橘類精油

檸檬、萊姆、野橘、葡萄柚或混合皆可

做法：噴瓶中加入醋、水、精油並充分搖動均勻！可以開始清潔囉！



# 鑽石總裁 Eric Larsen

## Why dōTERRA?

多特瑞改變了我們的生活，但我們要如何透過多特瑞去改變別人的生活呢？有幾個小動作，只要每天持續去做，就能讓自己成為改變人的力量。



記得剛離開上一份工作賦閒在家時，葛瑞利副總裁的太太茱莉帶著一整盒精油來訪，當時我擺出一副抗拒的姿態。但是那天茱莉做了一個非常奇妙的動作：她掀開蓋子、拿出精油，並讓我們每一個人使用。從此我就開始愛上精油，至今，每次舉行家庭聚會時，我都會特別挑選現場最不熱衷、最不想參與的人，讓他們使用所有的精油。

我們都相信多特瑞改變了許多人的生活，因為多特瑞先改變了我們；多特瑞是一個媒介，帶領我們去幫助人、改變人，所以我們更要與每一位接觸到的人分享精油，好把這個美好的信息傳遞出去。

### 每天要做的三件事：愛、學習與分享

從事多特瑞至今，不論我到世界的哪個角落，一定隨身攜帶「現代精油」這本書，因為您一定會聽到一些從沒想過的問題，當然，我不可能知道所有的答案，但我們可以查閱這本書，一定可以找到答案，這是我最好的工具書。

所以我挑戰您，首先，每天至少花30分鐘不斷學習，盡力把自己訓練得更精進專業，當有人來接近您、提出疑問時，您就可以隨時回答他們。第二，每天認識兩個新朋友。認識新朋友時，我通常會問：您從哪裡來、從事什麼工作、您的工作如何？而當我停止發問，對方就會開始反問，這時我就可以開始介紹這份事業。每一次交談中，我一定會談到多特瑞並且隨身攜帶產品以便於分享。

第三件每天要做的事，就是參與下線夥伴的生活與活動。第一次來台灣參加表揚大會時，我看到上線領導人們和每位下線擁抱並且與他們一同流淚，他們愛下線，更立下相當好的榜樣，也帶給我很多啟發。

多特瑞真的改變了人的生活，但你必須承諾自己：每天學習、每天試著認識兩個新朋友並且多瞭解、參與他們的生活，再以複製的成功模式，將多特瑞帶到世界各地，我相信我們如同一滴水小水滴，但終能改變這個世界。

# 鑽石總裁 Patrick Sedivy

## 複製的力量

複製，就是傳承，就是把你所做的事情，如實的傳承給下線。既是傳承，就必須簡單，才能重複不斷的持續下去，使複製成為力量。



當我與妻子開始經營多特瑞事業時，我們非常辛苦，每天工作16~18個小時，雖然終於達到鑽石位階，但那時我們覺得全世界的重量都壓在我們的肩膀上。後來我們聽說有一位成功的直銷商，每月收入高達50萬美金，因為想和這位先驅者學習，所以與他聯絡見面。

我們問他：「讓你在直銷中成功的原因是什麼？」他回答：「有四個最重要的原則」，就是必須：一、有一群跟隨者，二、態度上必須積極樂觀，三、絕對不搶線；而第四個原則，也就是我要談的一複製。

我們周遭的人事物其實都依循著複製的模式，如果沒有複製的觀念，我們根本不會存在。複製，就是把您所做的事情傳承給下線。

### 複製就是傳承

一開始從事多特瑞事業時，因為我曾經是搜尋引擎最佳化(Search Engine Optimization)方面的專業人士，但後來我發現，我或許是這方面的佼佼者，但其他夥伴並不是。因為這個方法並不能被複製，所以是行不通的。

複製的關鍵在於簡單。若您在台上教導的內容過於複雜，台下夥伴會覺得自己難以做到而無法複製；但如果您的課程很簡易，學習的人就會覺得「我也做得到」，一旦下線都覺得「我也可以做得到」，那麼組織中就會產生許多新領袖了。

如果您每星期舉辦兩個訓練課程或家庭聚會，每場5人參加，其中有3人加入，若是組織中有另外3個人也在做同樣的事情，那麼一個星期就有24人加入了；想一想，如果組織中有10個人或有100個人在做同樣的事，這個數字是不是更可觀了呢？同樣的，如果您不做任何訓練會議，下線當然也不可能去做，而那又會有多少人加入呢？因為這也是複製啊！

所以我們要瞭解複製的重要性。當我把複製的原則教導下線，也要下線教導這個重要的原則後，現在我的組織中已有數以千計的下線在複製我所教導的事情，使我有充分的時間可以開發新人，不再需要擔心下線了，而這就是複製的力量！



# 2013年 新領袖特別基金

dōTERRA®美商多特瑞與您分享台灣市場的成功果實

2012年dōTERRA®美商多特瑞在台灣交出了亮麗的成績單，不僅業績創下新高，各項經營關鍵數字更顯現出dōTERRA®在台灣經營的穩健實力，與無限潛力！我們懷抱十足信心，在不久的將來躍升台灣直銷業的前五大公司！

公司為了協助有心推廣dōTERRA®精油健康事業的夥伴，能在最快的時間建立事業的基礎，讓您藉此得到更好的額外收入，鞏固通往成為領袖之路，公司特別於2013年，慷慨地推出「2013年新領袖特別基金」與辛勤工作的夥伴，分享台灣分公司經營的利潤。

「2013年新領袖特別基金」的發放方式：（實施期間自2013年1月1日至2013年12月31日止）

- 此基金發放將根據台灣當地可發放獎金的營業額提撥3%，發放給有符合資格的產品顧問，並按月給付。
- 領取獎金資格與可獲得之份數如下：

資格	尊爵	銀級	黃金
份數	1份	2份	3份
- 每份價值將取決於指定月份中，台灣符合資格的尊爵、銀級、黃金產品顧問人數。
- 原「多特瑞獎勵計劃」維持不變，此基金的發放計劃不會影響原獎金制度，因為此基金將會全數由台灣分公司的可發放獎金的營業額去做提撥。
- 此獎金將以每月佣金之形式於每月20號發放給符合資格之產品顧問們。

注意事項：

- 日後組織若有不當退貨或終止直銷權之情事，dōTERRA®美商多特瑞公司保有最終審核權及有權追回獎勵基金金額。
- 所有分紅獎勵均須列為個人所得，獨立產品顧問須依中華民國稅法申報之。
- 以上活動規則說明，dōTERRA®美商多特瑞公司保有最終解釋之權利。

# 台灣創辦人俱樂部 邀您入座

dōTERRA®美商多特瑞總公司為展現對dōTERRA®台灣市場的高度重視！為了讓更多夥伴能有機會挑戰台灣創辦人俱樂部。現在挑戰，是您的最佳時機！

dōTERRA®美商多特瑞公司邀請您一同分享台灣分公司經營的成果，只要成為台灣創辦人俱樂部的成員，即可分享台灣分公司當年度可分配業績1%的1/25。



創辦人俱樂部讓您贏得終身榮耀，千萬不要錯過！



熊觀平 周恩如 伉儷



林玉晴 熊觀明 伉儷



蔡佳秀 阮瑞昌 伉儷



曹芳菁



郭開熹 蘇沛泠 伉儷



伊佩綺 劉承暉 伉儷



呂富倫 宋懿含 伉儷



陳秋香



吳晶淳



陳惟芳



張霜霜



Wendy Wang



黃和年



李家玲 唐真健 伉儷



羅文成



李宥滢



吳東翰



# dōTERRA®

## 榮譽榜 一步一腳印 走出自己的路

再次考核完成的獨立產品顧問

### 鑽石總裁



林玉晴 / 熊觀明 伉儷  
一生的夢想，始於每一天的保健。

### 藍鑽



蘇沛冷 / 郭開熏 伉儷  
這一生註定要和精油相遇。



伊娜綺 / 劉承暉 伉儷  
要改變未來，先要有夢想。

### 鑽石



李家羚 / 唐真健 伉儷  
用關懷的心，找志同道合的夥伴。



蔡佳秀 / 阮瑞昌 伉儷  
精油有生命、我們有使命。



Wendy Wang  
多走一哩路，把精油和愛傳出去。



徐敏鳳 / 許文元 伉儷  
用產品吸引消費者，用利潤吸引經營者。



陳惟芳  
在充滿精油的生活中持續發光發熱。



李宥瑩  
從美麗達人變身為精油達人。



黃和年  
健康就是財富。



## 白金

表揚  
2013年1月到2013年5月  
新晉升獨立產品顧問



張昭婷  
動能補拙、小刀  
也能鋸大樹。



洪素如  
成功不僅需要個  
人的努力，更要  
感恩團隊的力量。



林文煌

## 黃金



陳濬坤  
選擇比努力重  
要，人一生一定  
要擁有一個讓錢  
自己流進來的系  
統團隊。  
(2012年11月)



張祖望  
設立目標，朝著  
目標直跑，堅持  
到底，不放棄！



蘇玉收  
有許多失敗的  
人，並不知道他  
們放棄的時候，  
距離成功有多  
近。



蔡慧鎔  
沒有熱情，能打  
動誰！



王竣毅  
「簡單」就會感  
動！！



劉麗珍  
平凡的人可以創  
造非凡的財富。

## 銀級



程秀玉



陳麗玉



江品誼



張昭友

楊芯樺  
黃佳美  
張至豪  
楊國英  
(2012年11月)

婷 婷  
曾詩楷  
魏禾軒  
許金條  
呂秀齡  
陳威廷  
施龍偉  
辛淑芳  
蘇玲那  
許惠玲

吳昱奇  
戈麗安  
賴孟璋  
黃清文  
黃麗霞  
董碧波  
撒忠鼎  
朱映蓉  
張權忠



邱嘉琳



陳健荃



梁雅婷



蔡昊衡

## 尊爵

邱 璿  
林姿綾  
林秀吉  
許金條  
畢馨芸  
楊國珍  
陳秀鳳  
王秀琴  
鍾怡宸  
許淑琴

魏慧敏  
黃小娟  
羅郁棋  
廖秋蘭  
李宛蕓  
盧月桂  
李宜珊  
周家宇  
張鳳霞  
李人豪

謝汶玲  
溫孟英  
謝佳玲  
蔡裕崙  
徐偉傑  
林家源  
蔡月萍  
林麗琴  
周冠宏  
胡俊忻

蔡尉瑾  
賴新旺  
賴秀菊  
郭怡君  
呂寶玉  
賴孟璋  
林慧君  
江紫緹  
魏佑臻  
王新華

戚秀麗  
朱映蓉  
陳翊嫻  
林萬得  
羅壽鳳  
潘月香  
蘇信貞  
賴新旺  
趙重恩  
陳榮珊

郭佳恩  
簡明珠  
蕭小咪  
彭瑞春  
陸慧娥  
徐隆祥  
陳璽涵  
邱建禎  
張亞紅  
陳進源

李璋倫  
陳喬玲  
王呂瑤雲  
官劉秀香  
陳顏來好  
彤濛有限公司  
悠然健康休閒股  
份有限公司



# 每一支玫瑰護手乳 都洋溢著愛的芬芳

您每購買一支玫瑰護手乳，公司即相對捐贈一份禮物(價值NT\$500)  
至「2013療癒之手圓夢計畫專案」

只要您2013年12月31日前：

1. 一次或累計購買10支玫瑰護手乳，即可成為療癒之手基金會的「圓夢使者」
2. 在公司的會議上接受表揚並獲頒感謝狀。
3. 您也可以：依您的心意訂購任何數量的玫瑰護手乳，我們同樣感謝您！



產品名稱：療癒之手玫瑰護手乳

產品編號：3617

會員價：NT\$700 PV：0



## 愛就是在別人的需要上，看見自己的責任

「療癒之手基金會」自2010年9月成立以來，一直以實際行動落實我們「對社會和世界上的不幸慷慨解囊」的價值觀。我們的使命是要為全世界帶來療癒和希望，讓人們免於疾病和貧窮，並進而協助人們能夠自立更生。

「療癒之手基金會」的捐款除了產品顧問、公司及員工一次性的捐款外，最主要是來自於玫瑰護手乳源源不絕的義賣。在台灣，我們自2010年便開始熱情的參與「一萬個圓夢計畫」，截至2013年1月31日，累計捐贈了NT\$2,199,500，也就是4,399份圓夢禮物，圓了4,399位小朋友的夢想每一份禮物都是來自多特瑞夥伴的愛心。

## 您的愛，溫暖了他們

各縣市家扶中心 (台北縣、台中市、彰化縣、雲林縣、台東縣、屏東縣、苗栗縣)、鹿港鎮公所低收入戶、罕見疾病基金會、中華小腦萎縮症病友協會、台中關懷地中海型貧血協會、中華民國多發性硬化症協會、中華民國運動神經元疾病病友協會、小小人兒聯誼會、威廉氏病友聯誼會、羅慧夫顱顏基金會、自閉症教育協會、中華民國唐氏症關愛者協會、中華肌肉萎縮病友協會、社團法人新竹腦性麻痺協會、中華玻璃娃娃社關懷協會、國立台中啟聰學校、國立台中特殊教育學校、國立苗栗特殊教育學校、國立桃園啟智學校、愛心家園、惠明盲校、花蓮縣新社國小、彰化慈生育幼院、向陽兒童少年關懷中心、中區兒童之家、瑪麗亞霧峰教養學園、台中市政府保護安置兒童青少年、玉清宮良願堂社福基金會、信望愛智能發展中心、台灣慈幼會、南投微龍教育基金會、台灣冒險學習發展協會



# 越用越便宜 天天都是周年慶

加入LRP忠誠顧客獎勵計畫

最高享受**終身30%**點數回饋

薄荷、檸檬、薰衣草……

肉桂、乳香、永久花……

野橘、冬青、葡萄柚……

天哪！這個也喜歡，那個也想要，該怎麼辦才好？！

現在起，您不用再左右為難了！

多特瑞為了喜愛精油的朋友們設計了專屬的「LRP忠誠顧客獎勵計畫」，  
讓您越用越便宜，越用越省錢，最高可享終身30%的產品點數回饋，  
喜歡什麼，用點數換就對了！！

打造專屬您的  
請現在就



「LRP忠誠顧客獎勵計畫」，  
洽詢您的產品顧問！！

