The dōTERRA™ Essentials

čeština

Obsah

dōTERRA™	4
Zodpovědné získávání surovin	6
Inovativní vědecké testování	8
Revoluční lékařský výzkum	9
Přinášíme kvalitní esenciální oleje až na váš práh	10
Použití esenciálních olejů	12
Bezpečnost užívání esenciálních olejů	13
Jednodruhové esenciální oleje	15
Směsi esenciálních olejů	67
Produkty dōTERRA Air™	96
Produkty dōTERRA On Guard™	98
Produkty Deep Blue™	100
Zdravé trávení	102
dōTERRA pro děti	104
Specializované doplňky stravy	106
Zdravá hmotnost	108
Lifelong Vitality	110
dōTERRA pro ženy	112
Péče o pokožku	114
Osobní péče	120
dōTERRA SPA	122
Péče o vlasy	124
Produkty dōTERRA pro třicetidenní očistu	126

dōTERRA™

V roce 2008 se zakladatelé společnosti dōTERRA rozhodli, že budou vyrábět čisté, účinné a vysoce kvalitní esenciální oleje, které by se snadno používaly a ještě snadněji šířily po světě. Od té doby už převratnou sílu esenciálních olejů zažily tisíce lidí, rodin a komunit, které zařadily produkty dōTERRA do svých každodenních životů.

Společnost dōTERRA si klade za cíl kapku po kapce měnit k lepšímu životy rodin i celých komunit napříč světem, a pečlivě pro to plánuje každičkou fázi výroby esenciálních olejů. Celý proces, od zasetí semen až po dodání esenciálního oleje na váš práh, chrání řada opatření, díky nimž se k vám dostanou jen opravdu důkladně testované, vysoce kvalitní produkty s esenciálními oleji ze zodpovědně získaných surovin.

Zodpovědné získávání surovin

PĚSTITELÉ

Celosvětová síť botanických zdrojů společnosti dōTERRA, do níž jsou zapojeni pěstitelé z více než 40 zemí, je prvopočátkem kvalitních esenciálních olejů, neboť zajišťuje, aby se do výrobního postupu dostala jen ta nejlepší semena, aby bylo použito nejlepší vybavení a dodrženy nejvhodnější podmínky pro pěstování. Společnost dōTERRA úzce spolupracuje s pěstiteli, kteří dokonale rozumí rostlinám ve své lokalitě, místnímu klimatu, povětrnostním podmínkám, vědí, jaká semena a půdu použít, kdy je nejlepší doba pro zasetí atd. Společnost dōTERRA spoléhá na znalosti a odborné zkušenosti místních farmářů, protože kompromisy při sklizni, destilaci, nebo kterékoli jiné části výrobního procesu by vedly ke snížení kvality esenciálních olejů. Pečlivý výběr rostlinných zdrojů umožňuje společnosti dōTERRA vyrábět čisté a vzácné esenciální oleje a dává práci farmářům na venkově, kteří by jinak zřejmě pracovali za nuznou mzdu nebo za špatných podmínek. Pěstitelé, kteří uzavřou partnerství se společností dōTERRA, dostávají spravedlivou odměnu na podporu podnikání a jejich rodina se může spolehnout na stálý příjem.

DESTILÉŘI

Stejně důležitou a křehkou částí výrobního procesu, jako je setí a sklizeň, je i destilace. Destilace je zárukou zachování intenzivní vůně, chuti a léčivých vlastností každého esenciálního oleje. Destiléři společnosti dōTERRA mají dokonalý smysl pro detail i potřebné vybavení k tomu, aby byla jejich práce zárukou zachování precizního chemického profilu každičkého esenciálního oleje.

Společnost dōTERRA využívá dva destilační procesy, které se osvědčily při výrobě čistých a kvalitních esenciálních olejů, a to parní a tlakovou destilaci.

Parní destilace: Při tomto časově náročném postupu, který vyžaduje velmi přesnou práci, je třeba vytvořit z vroucí vody páru, která prochází skrz rostlinný materiál. Pára vynáší aromatické složky absorbované z rostliny do sběrné zkumavky, kde se ochladí a změní opět na vodu, ze které už lze snadno oddělit zcela, čistý esenciální olej.

Tlaková destilace: Tlaková destilace, nazývaná také lisování za studena, se používá pouze při výrobě citrusových esenciálních olejů společnosti dōTERRA. Při tomto postupu se používá lis, který ze slupek citrusového ovoce mechanicky vytlačuje esenciální olej – vzniká tak naprosto čistý a velmi účinný citrusový olej.

dōTERRA si na výrobu více než stovky různých esenciálních olejů pečlivě vybírá řemeslné odborníky z celého světa. Potřebuje profesionály, kteří vědí, jak důležitý výrobní proces je, kteří by se nikdy nesnížili ke kompromisům, a vytkli si za cíl vyrábět kvalitní esenciální oleje. Díky tomu může dōTERRA nepřetržitě dodávat zákazníkům produkty, jež jsou jedinečné, absolutně čisté a bezpečné.

Inovativní **vědecké testování**

Po pečlivé sklizni a destilaci je každá šarže esenciálních olejů odeslána do moderní laboratoře společnosti dōTERRA k testování. Pro zajištění nejvyšší úrovně kvality vyvinula společnost dōTERRA postup testování CPTG, Certified Pure Tested Grade™ (tj. certifikovaná čistá testovaná kvalita). Normy CPTG™ s přísnými kritérii jsou zárukou, že oleje dōTERRA neobsahují žádná přidaná plnidla ani škodlivé kontaminanty, – jsou čisté a pravé.

Společnost dōTERRA si dává záležet na těch nejmodernějších testováních a zkušebních metodách. Jen tak může uživatelům neustále poskytovat vysoce kvalitní produkty. Díky tomu, že dōTERRA spolupracuje s univerzitami, vědci i odborníky z oboru, může zaručit inovativní testování, které překonává normy zavedené u jiných výrobců esenciálních olejů na trhu.

Laboratoř dōTERRA a osvědčené laboratoře třetích stran zajišťují zákazníkům esenciální oleje nejvyšší kvality následujícími testy:

- **Organoleptické hodnocení:** Posouzení vzhledu, barvy a vůně každého oleje.
- **Specifická hustota:** Ověření čistoty a kvality každého esenciálního oleje.
- **Plynová chromatografie / hmotnostní spektrometrie (GC/MS):** Zajišťuje, že chemické složení každého oleje splňuje předpokládaný chemický profil.
- **Infračervená spektroskopie s Fourierovou transformací (FTIR):** Analýza materiálového složení oleje ověřuje, zda olej splňuje normy společnosti dōTERRA.
- **Optická otáčivost:** Může pomoci zjistit syntetické přídatné látky, které se neprojeví v jiných zkouškách.
- **Index lomu:** Měří, jak se olejem šíří světlo, aby bylo zajištěno splnění norem společnosti dōTERRA.
- **Zkouška na kontaminaci:** Oleje se testují na škodlivé znečišťující látky, těžké kovy a potenciálně škodlivé mikroorganismy.
- **Zkouška stability:** Pomáhá zajistit, aby si olej uchoval svou čistotu a účinnost po dobu jeho určeného použití.

Kromě přísných zkušebních norem využívá společnost dōTERRA odborné znalosti a zkušenosti vědeckého poradního výboru složeného z odborníků na chemii, mikrobiologii, botaniku, vědecký výzkum, fyziologii a vědu o výživě.

Revoluční lékařský výzkum a partnerství

Vedle vědeckého poradního výboru, který pomáhá společnosti dōTERRA setrvat v čele nejmodernějšího testování esenciálních olejů, zůstává dōTERRA věrna svému závazku zvyšovat spokojenost s esenciálními oleji a úzce spolupracuje s odborníky v moderním zdravotnictví. Prostřednictvím svých partnerů, světově uznávaných zdravotnických zařízení, klinik a univerzit, nabízí společnost dōTERRA svým uživatelům soustavně bezpečné a účinné způsoby, jak používat esenciální oleje jako alternativu moderní medicíny.

Vědeckým výzkumem podložené postupy dōTERRA jsou základem bezpečného a účinného užívání esenciálních olejů. Za účelem výzkumu, který zajistí zákazníkům společnosti dōTERRA bezpečí a dostatek informací ohledně nejlepších možných použití esenciálních olejů, spolupracujeme s nemocnicemi, výzkumnými ústavy, univerzitami a zdravotnickými zařízeními. Společnost dōTERRA disponuje i poradním výborem složeným ze zdravotnických odborníků, kteří zkoumají další využití esenciálních olejů v lékařské praxi.

Melaleuca

Přinášíme kvalitní **esenciální oleje až na váš práh**

Každý detail výroby esenciálních olejů směřuje k jednomu: dodat čisté, bezpečné a vysoce kvalitní oleje zákazníkům společnosti dōTERRA. Je nám jasné, že pouze ctíme-li zodpovědnost, účinnost a přesnost, esenciální oleje, které vyrábíme, mohou měnit mnoho životů napříč světem k lepšímu. S kvalitními esenciálními oleji můžete vy i vaše rodina snadno nalézat přírodní řešení každodenních problémů a těšit se lepšímu zdraví a dobré pohodě – naplníte tak poslání společnosti dōTERRA: čistými esenciálními oleji měnit životy k lepšímu.

Použití esenciálních olejů

Brzy zjistíte, že esenciální oleje dōTERRA je možné použít mnoha způsoby: k relaxaci, osobní hygieně, na domácí úklid, vaření... Každý olej lze použít nejméně jedním z následujících způsobů: rozptylováním v difuzéru, aplikací na pokožku nebo jako přídavek do potravin a nápojů. Dále najdete jednoduché pokyny, které vám pomohou bezpečně a efektivně používat oleje z vaší sady.

Rozptylování v difuzéru
Povzbudivý aromatický zážitek poskytuje rozptylování oleje pomocí difuzéru nebo inhalace z lahvičky. Aromatické použití olejů vylepšuje náladu a zbavuje prostředí nežádoucích pachů.

Nanášení na pokožku
Esenciální olej je pokožkou snadno vstřebáván a lze jej bezpečně nanášet na kůži, buď samostatně, v kombinaci s jinými oleji, nebo společně s nosným/základovým olejem.

Použití s potravinami nebo nápoji
Esenciální oleje mohou mít velký přínos i při vnitřním užití. Oleje, které je možné užívat vnitřně, můžeme konzumovat uvnitř rostlinných kapslí nebo v rámci různých receptů na pokrmy a nápoje.

Bezpečnost užívání esenciálních olejů

Čisté esenciální oleje dōTERRA jsou velmi silné. Ať oleje nanášíte na pokožku, užíváte je vnitřně, nebo je používáte aromaticky, pamatujte, že stačí málo a účinek je velký. Vždy dodržujte doporučení společnosti dōTERRA ohledně použití olejů. Tato doporučení naleznete v aktuálním katalogu výrobků a na stránce doterraeveryday.eu.

- Používáte-li esenciální olej na pokožku poprvé, je dobrým zvykem nejprve jej zředit s nosným olejem a zjistit, jak vaše pokožka na olej reaguje. Začněte s jednou kapkou esenciálního oleje a pěti kapkami frakcionovaného kokosového oleje. Tento poměr můžete později upravit podle svých zkušeností.

- Některé esenciální oleje jsou velmi silné a měly by se před nanesením na pokožku vždy ředit v nosném oleji, například ve frakcionovaném kokosovém oleji dōTERRA. Jedná se o tyto oleje: Kasie, Skořice, Hřebíček, Pelargonie růžová, Citronová tráva, Oregano a Tymián. Bývají označovány jako „pálivé“ oleje. Když je zkoušíte poprvé, zvažte ředění jedné kapky esenciálního oleje na 10 kapek frakcionovaného kokosového oleje.

- Některé oleje způsobují fotosenzitivitu, tedy větší citlivost pokožky, vystavíte-li ji slunci. 12 hodin po nanesení některého z těchto olejů se nevystavujte UV záření (sluneční světlo či solárium). Jedná se o tyto oleje: AromaTouch™, Bergamot, dōTERRA Air™, dōTERRA Cheer™, Citrus Bliss™, Elevation™, dōTERRA Forgive™, Grapefruit, InTune™, Citron, Limetka, dōTERRA Motivate™, dōTERRA On Guard™, Purify, Smart & Sassy™, Planý pomeranč a Zendocrine™.

- Obecně lze esenciální oleje bezpečně nanést na jakékoli místo na těle, jsou však určité oblasti, kterým byste se měli vyhnout. Nenanášejte oleje na vnitřní stranu nosu, vnitřní strany uší, oči, narušenou pokožku nebo jiná citlivá místa.

- Pokud vaše kůže začne po nanesení oleje červenat, svrbět nebo pálit, odstraňte olej z pokožky šetrným otřením měkkou tkaninou, a pak oblast dál jemně otírejte hadříkem s nosným, například frakcionovaným kokosovým, olejem.

- Jestliže užíváte esenciální oleje vnitřně, na jedno použití bohatě stačí jedna či dvě kapky. Olej můžete kápnout přímo do vody nebo jiné kapaliny nebo ho kápnout do prázdné rostlinné kapsle a polknout.

- Na esenciální oleje jsou obecně citlivější děti než dospělí. Nejlepší je před použitím esenciálního oleje na dětskou pokožku olej zředit a začít nanášením na chodidla. U malých dětí do dvou let je dobrým začátkem aromatické použití v difuzéru.

- Oleje dōTERRA jsou silné, a je potřeba, aby byly používány pouze pod dohledem dospělé osoby. Dopručujeme je uchovávat na vyšším místě, mimo dosah dětí. Oleje skladujte s dobře nasazeným kapátkem a pevně uzavřeným uzávěrem.

- V případě jakýchkoli dotazů ohledně používání esenciálních olejů pro konkrétní potřeby se poraďte se svým lékařem či kvalifikovaným zdravotním odborníkem.

Jednodruhové esenciální oleje

Nejčistší přírodní zdroje na zemi, ze kterých jsou získávány jednodruhové esenciální oleje dōTERRA™, jsou zárukou, že váš domov se naplní jednoduchou a mocnou sílou přírody. Každý jednodruhový olej společnosti dōTERRA má svou vlastní chemii a vůni a nabízí uživateli jedinečnou řadu přínosů. Ať jsou vaše potřeby či preference jakékoli, díky rozmanitosti olejů i jejich použití snadno najdete ideální esenciální olej dōTERRA jako přírodní řešení nejrůznějších každodenních potíží.

Túje

Náš esenciální olej Túje se získává z jádra dřeva stromu Thuja plicata. Tento zdroj esenciálního oleje Túje se vyznačuje jedinečným chemickým profilem, bohatým na methyl thuját. Túje obrovská, známá jako „strom života“, je majestátně velká a skýtá spoustu přínosů.

Hlavní přínosy:

– Pročišťuje
– Podporuje jasný a zdravý vzhled pleti
– Míruplná, uklidňující vůně

Použití:

- Smíchejte jednu kapku oleje Túje se 125 ml vody v lahvičce s rozprašovačem a používejte k čištění povrchů a rukou.
- Používejte během meditace k navození pocitu míru a klidu.
- Naneste před túrou či jinými venkovními aktivitami na zápěstí a kotníky, proti hmyzu.
- Smíchejte čtyři kapky oleje Túje a dvě kapky oleje Citron s frakcionovaným kokosovým olejem, získáte přírodní konzervační prostředek a leštěnku na dřevo.
- Kombinací s olejem Cedrové dřevo a olejem Kadidlo vytvoříte domácí kolínskou.

Bazalka

Bazalka je nepostradatelným pomocníkem a v kuchyních celého světa se cení k dochucování pokrmů. Bazalka patří do čeledi hluchavkovitých a skvěle se hodí k masua do těstovin a předkrmů, jimž dodá svěží a bylinnou příchuť.

Hlavní přínosy:

– Povzbuzuje bdělost
– Dodává svěží a bylinkovou chuť pokrmům
– Míruplná, uklidňující vůně

Použití:

- Po rušném aktivním dni naneste pár kapek oleje Bazalka na pokožku v místech, která potřebují úlevu.
- Smíchejte kapku oleje Bazalka, olivový olej, sůl a pepř a připravíte rychlý a jednoduchý salátový dresink.
- Vytvořte si zdravou alternativu k omáčkám z obchodu. Vlastní omáčku na těstoviny vyrobíte z čerstvých rajčat, česneku, kapky oleje Bazalka a nasekané cibule.
- Smíchejte oleje Bazalka a Libavka s nosným olejem a tuto směs vmasírujte do šíje k uvolnění napětí a ochlazení pokožky.

Bergamot

Bergamot je náročná citrusová rostlina vyžadující speciální klima a půdu. Italové používají bergamot již od pradávna ke zmírnění napětí a zklidnění a omlazení pokožky. Esenciální olej bergamot je mezi citrusovými oleji výjimečný tím, že dokáže zároveň povznášet i zklidňovat.

Hlavní přínosy:

– Zklidňuje pokožku
– Při masážích zklidňuje
– Podporuje dobrou náladu

Použití:

- Naneste na pokožku při sprchování a vychutnejte si jeho očistné účinky.
- Použijte s frakcionovaným kokosovým olejem dōTERRA při relaxační masáži.
- Naneste před spaním na chodidla na podporu pokojného spánku.
- Přidejte jednu až dvě kapky do čisticího pleťového mléka vlastní výroby.
- Vytvořte si z běžného čaje čaj Earl Grey přidáním kapičky Bergamotu.

Pepř černý

Černý pepř je nejznámější pro své využití v kuchyni a podobně i esenciální olej Pepř černý dodává jídlům pořádnou dávku chuti. Za účelem nejrůznějších zdravotních přínsů jej lze užívat vnitřně nebo inhalovat jeho vůni.

Hlavní přínosy:

– Dodává jídlu lepší chuť
– Bohatý na monoterpény a seskviterpény
– Při nanesení na pokožku se dostaví hřejivý pocit

Použití:

- Připravte si zahřívající, zklidňující masáž použitím dvou kapek smíchaných s frakcionovaným kokosovým olejem.
- Vmíchejte jednu kapku do masa, polévek, předkrmů a salátů.
- Přidejte kapku esenciálního oleje Pepř černý do marinády na steaky.
- Kombinace olejů Pepř černý a Koriandr (nať) příjemně okoření váš pokrm.
- Užívejte denně jednu kapku vnitřně, olej má antioxidační účinky.

Marocký heřmánek

Marocký heřmánek, nebo také heřmánek modrý, odvozuje svůj název ze svého viditelného modrého odstínu. Má sladkou, hřejivou vůni a zklidňující účinky prospěšné pokožce, mysli i tělu. (Olej zřeďte, aby došlo k minimálnímu zabarvení.)

Hlavní přínosy:

– Cíleně zklidňuje a tiší
– Pomáhá snížit výskyt pupínků
– Při zevním použití navozuje příjemné pocity

Použití:

- Po dlouhém dni naplněném prací nebo intenzivním cvičením vmasírujte do pokožky s frakcionovaným kokosovým olejem nebo emulzí.
- Přimíchejte kapku do svého oblíbeného hydratačního nebo čisticího přípravku na pleť.
- Naneste na drobná kožní podráždění pro zklidňující účinek.
- Nanesený na hruď společně s olejem Máta peprná uvolňuje dýchací cesty.
- Přimíchejte Marocký heřmánek do masážní emulze a usnadněte tělu přirozenou regeneraci.
- Přidejte kapku do tonika vašeho teenagera pro zklidnění problematické pleti.

Kardamom

Esenciální olej Kardamom, často používaný k dochucování jídel a nápojů, je užitečnou přísadou při vaření a může být prospěšný pro zdraví celé trávicí soustavy.

Hlavní přínosy:

– Aromatické koření na vaření i pečení
– Může zmírnit zažívací obtíže

Použití:

- Užívejte kapku oleje vnitřně jako součást každodenních zdravých návyků.
- Vmíchejte kapku do koupele k navození pocitu klidu a uvolnění.
- Přidejte kapku do pečiva, smoothies, masa a salátů pro vylepšení chuti.
- Nanášejte na pokožku k navození pocitů otevřenosti a projasnění mysli.
- Užívejte vnitřně po těžkém jídle nebo přejedení, podpoří přirozený trávicí proces.

Kasie

Kasie je blízká příbuzná skořice se silnou, kořeněnou vůní, proto lze tento olej použít byť i jen v malém množství, a výrazně provoní jakoukoli směs esenciálních olejů. Kasie byla po staletí užívána k uchování tělesného zdraví a posílení emocionální vyrovnanosti a pohody.

Hlavní přínosy:

– Má hřejivou, povznášející vůni
– Využívá se v kuchyni jako náhrada skořice
– Při zevním nanášení zklidňuje tělo

Použití:

- Používejte olej Kasie jako náhradu oleje Skořice do koláčů a pečiva nebo do celé řady předkrmů a moučníků.
- Vmíchejte kapku oleje Kasie do frakcionovaného kokosového oleje a vmasírujte do svalů pro jejich prohřátí.
- Vytvořte si hřejivou, uklidňující vůni do chladných ročních období kombinací Kasie, Hřebíčku a Zázvoru.
- Zamíchejte jednu kapku oleje Kasie a Citron ve sklenici s vodou a pijte každé ráno před snídaní.

Cedrové dřevo

Olej Cedrové dřevo má hřejivou, dřevitou vůni, která ivyvolává pocity pohody a vitality, a je často využíván při masáži k relaxaci a zklidnění.

Hlavní přínosy:

– Podporuje relaxaci
– Pomáhá udržet zdravý vzhled pleti
– Projasňuje

Použití:

- V rámci každodenní péče o pleť vmíchejte jednu až dvě kapky do pleťového tonika nebo hydratačního krému, a podpořte čistý, zdravý vzhled pleti.
- Kápněte pár kapek na vatový tampon a vložte do šatníků, skříní nebo zásuvek proti molům.
- Přidejte olej Cedrové dřevo do koupele pro relaxaci jako v lázních.
- Před cvičením vmasírujte jednu až dvě kapky do pokožky na hrudi pro větší vitalitu.
- Smíchejte s emulzí či tělovým mlékem a rozetřete na pokožku pro pocit pohody.
- Nanášejte přímo na nedokonalosti pleti a urychlete tak jejich odstranění.

Koriandr (nať)

Esenciální olej Koriandr (nať) dodává svěží, bylinnou chuť celé řadě předkrmů i hlavních jídel a nabízí mnoho přínosů.

Hlavní přínosy:

– Projasňující a očistná vůně
– Skvělý v kombinaci s citrusovými oleji
– Dodává pokrmům svěží, plnou chuť

Použití:

- Po těžkém či vydatném jídle smíchejte jednu kapku oleje Koriandr (nať) se 125 ml kapaliny a pomalu vypijte.
- Zkuste nahradit bylinku koriandr jednou kapkou oleje Koriandr (nať) v oblíbených receptech na guacamole, salsy, zálivky a dipy.
- Nanášejte na nehty na rukách i nohách pro jejich čistotu a zdraví.
- Okořeňte citrusové směsi do difuzéru olejem Koriandr (nať). Získáte svěží, sladké, bylinné aroma.

Skořice

Skořice se velmi často využívá v ústních vodách a přípravcích na dásněa dlouhoou historii má i její využití v kuchyni: je vhodná k dochucení dezertů, předkrmů nebo teplých nápojů. Vzhledem k vysokému obsahu cinnamaldehydu stačí k tomu, abyste pocítili přínosy skořicové esence, skutečně jen pouhá kapička.

Hlavní přínosy:

– Podporuje zdraví ústní dutiny
– Zlepšuje chuť nápojů, pečiva, zákusků a předkrmů
– Při zevním použití utěšuje a příjemně zahřívá

Použití:

- Pro zmírnění bolesti v krku přidejte kapičku do čaje s medem a pomalu usrkávejte.
- Vmíchejte jednu kapku do 100 ml vody a kloktejte. Účinná ústní voda mimo jiné i osvěžuje dech.
- Příště při vaření místo mleté skořice použijte kapičku esenciálního oleje Skořice a dodejte pokrmu přijemně kořeněnou chuť.
- Hřejivý masážní krém na prochladlé nebo bolavé klouby vytvoříte zředěním Skořice s frakcionovaným kokosovým olejem.
- Do velkého hrnce s vodou rozmíchejte olej Skořice, Hřebíček a čerstvý anýz. Povařte hodinu na slabém plameni a užívejte si hřejivou, vlídnou vůni.

Šalvěj muškátová

Olej Šalvěj muškátová, všeobecně známý pro své upokojující vlastnosti, uvolňuje, zklidňuje a vyrovnává – zejména jde-li o utišení a zklidnění pokožky.

Hlavní přínosy:

– Podporuje klidný spánek
– Podporuje zdravé vlasy a vlasovou pokožku
– Významně zklidňuje podrážděnou pokožku

Použití:

- Nanášejte na podbřišek během menstruace pro zklidnění a úlevu.
- Masírujte do pokožky během menopauzy na podporu dobré nálady.
- V kombinaci s Levandulí v koupeli zmírňuje napětí a stres.
- Přidejte do šamponu nebo kondicionéru na posílení zdravých vlasů a vlasové pokožky.
- V kombinaci s frakcionovaným kokosovým olejem vmasírujte do pokožky pro její omlazení a zklidnění.

Hřebíček

Esenciální olej Hřebíček má vedle významného vnitřnho použití i hřejivé a očistné schopnosti. Je to velmi posilující a stimulující esenciální olej pro každodenní použití.

Hlavní přínosy:

– Čistí zuby a dásně
– Často se využívá jako koření do pokrmů
– Má antioxidační vlastnosti

Použití:

- Esenciální olej Hřebíček je díky svému hřejivému účinku a kořeněné chuti skvělým doplňkem vašich oblíbených podzimních či vánočních pokrmů.
- Před vyčištěním zubů vmíchejte kapku oleje Hřebíček do 125 ml vody a 30 sekund ji kloktejte.
- Jednu kapku na zubní kartáček před nanesením zubní pasty pro čisté zuby a svěží dech.
- V nosném oleji nebo tělovém mléku poskytne hřejivou masáž.
- Při pečení cukroví použijte k dochucení místo sušeného hřebíčku.

Kopaiva

Esenciální olej Kopaiva se získává z pryskyřice stromu kopaiva, kterou původní obyvatelé Brazílie používali při tradičních léčebných praktikách. Olej Kopaiva je široce využíván jako přísada kosmetických přípravků a parfémů.

Hlavní přínosy:

– Má antioxidační vlastnosti
– Podporuje jasnou, hebkou pleť
– Snižuje výskyt skvrn na pokožce

Použití:

- Přidejte jej do hydratačního přípravku pro zdravější vzhled pokožky.
- Smíchejte s olejem Skořice, získáte povzbuzující vůni.
- Nanášejte olej Kopaiva s frakcionovaným kokosovým olejem na nohy a dopřejte si zklidňující masáž po namáhavé aktivitě.
- Jedna kapka do vany pro relaxační a omlazující koupel.

Koriandr (semeno)

Koriandr (semeno) dokáže svou svěží bylinnou vůní zklidnit mysl i tělo. Pro vysoký obsah linaloolu byla semínka koriandru přidávána do pokrmů po celá staletí.

Hlavní přínosy:

– Dodává bylinkovou chuť pokrmům
– Podporuje relaxaci
– Pomáhá uchovat čistou pleť

Použití:

- Po vydatném jídle užijte jednu kapku rozpuštěnou ve vodě.
- Jedna kapka denně vnitřně posílí kondici a vitalitu.
- Nanášejte na pokožku pro její čistý vzhled.
- Vmasírujte do týlu nebo chodidel pro uvolnění.
- Naneste na chodidla po krátkém cvičení a dopřejte si zklidňující masáž.

Cypřiš

Čistá a osvěžující vůně esenciálního oleje Cyřiš podporuje příjemné emoce a dodává energii a vitalitu. Je důležité vědět, že olej Cypřiš nelze užívat vnitřně, je užitečný pouze při zevním použití, kdy povznáší náladu a zlepšuje stav pokožky.

Hlavní přínosy:

– Podporuje příliv energie a vitality
– Zlepšuje vzhled pleti
– Pomáhá lépe zvládat každodenní změny nálad.

Použití:

- Posiluje a poskytuje vzpruhu před delším během.
- Než se vydáte pracovat na zahradě, natřete si dvě kapky oleje Cypřiš na hrudník pro větší vitalitu.
- Přidejte společně s epsomskou solí do teplé lázně a relaxujte po dlouhém a náročném dni.
- Nanášejte na pokožku pro menší výskyt skvrn a lepší vzhled mastné pleti.

Eukalyptus

Olej dōTERRA Eukalyptus se získává ze stálezelených stromů rostoucích až do výšky 150 metrů. Chemické složení oleje Eukalyptus je ideální pro uvolnění dýchacích cest nebo na relaxační masáže.

Hlavní přínosy:

– Podporuje pocity uvolnění
– Podporuje zdraví ústní dutiny a osvěžuje dech
– Uvolňuje dýchací cesty a usnadňuje dýchání

Použití:

- Vmíchejte jednu kapku do oblíbeného krému a krouživými pohyby vmasírujte do pokožky.
- Dejte tři kapky oleje Eukalyptus na podlahu sprchového koutu pro povzbuzení smyslů.
- Při menstruaci olej denně masírujte do pokožky podbřišku pro zmírnění obtíží.
- Kápněte na vatový tampon kapku oleje a vložte do bot, do zásuvek s oblečením nebo na jiná místa, kde se hromadí nepříjemné pachy.
- Smíchejte s oleji Citron a Máta peprná pro regenerující vůni.

Fenykl

Fenykl měl širké využití již ve starověku, kdy se římským válečníkům doporučovalo jíst fenyklpro větší sílu a připravenost k boji. Fenykl je nejvíce známý svou charakteristickou lékořicovou chutí a vůní.

Hlavní přínosy:

– Chutný v polévkách, dipech a salátech
– Při zevním použití zklidňuje pokožku
– Posiluje sebejistotu a dodává energii

Použití:

- Jedna až dvě kapky nanesené na pokožku poskytnou uklidnění.
- Snažíte-li se omezit cukr a sladidla, užívejte kapičku Fenyklu ve vodě nebo čaji.
- Zřeďte v nosném oleji a touto směsí potírejte podbřišek při dlouhých jízdách autem. Zabráníte cestovní nevolnosti.
- Užívejte olej Fenykl denně na podporu trávení.

Kadidlo Touch
Využijte přínosů oleje Kadidlo naředěného frakcionovaným kokosovým olejem. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

Kadidlo

Olej Kadidlo má jedinečné chemické složení s regeneračními účinky, a poskytuje proto celou řadu využití. Po staletí se užívá ke zkrášlení a zklidnění vzhledu pleti i nálady.

Hlavní přínosy:

– Zklidňuje pokožku
– Upravuje nedokonalosti pleti
– Podporuje pocity míru, uvolnění, spokojenosti a celkovou dobrou pohodu

Použití:

- Vmíchejte dvě kapky do svého hydratačního krému pro zmírnění nedokonalostí pleti a její omlazení.
- Po namáhavé činnosti vetřete olej Kadidlo do dlaní a chodidel pro zahřátí a zklidnění.
- Pro udržení zdravého vzhledu nehtů na rukou i na nohou nanášejte olej Kadidlo na nehtové kůžičky a lůžka.
- Rozmíchejte olej Kadidlo s nosným olejem v lahvičce s rozprašovačem a používejte jako denní parfém.
- Nanášejte na pulsni body proí oddech a odpočinek.

Pelargonie růžová

Esenciální olej Pelargonie růžová, známý pro své zkrášlující účinky, pomáhá zlepšit vzhled pleti i vlasů. Účinně působí i proti stresu a napětí.

Hlavní přínosy:

– Napomáhá k zářivým a zdravým vlasům
– Projasňuje a ozdravuje pleť
– Vhodný na suché i mastné vlasy

Použití:

- Nanášejte olej Pelargonie růžová na pokožku po sprchování, má vyhlazující účinek.
- Nanášejte před tím, než vyrazíte na výlet do přírody, odpuzuje hmyz.
- Nanášejte přímo na pokožku, nebo si dopřejte aromaterapeutický zážitek zkrášlujícím napařováním obličeje s Pelargonií růžovou.
- Pár kapek přimíchejte do svého šamponu nebo kondicionéru, nebo si s Pelargonií vytvořte vlastní.
- Obohaťte vaše pleťové nebo tělové mléko opovznášející květinovou vůni.

Zázvor

Esenciální olej Zázvor společnosti dōTERRA se získává z čerstvých oddenků rostliny zázvoru. Při použití v kuchyni jako koření dodává pokrmům zemitou chuť.

Hlavní přínosy:

– Aromatická a konejšivá vůně
– Celosvětově oblíbené koření přidávané do různých pokrmů
– Zahřívá pokožku

Použití:

- Použijte olej Zázvor do oblíbených sladkých i pikantních jídel.
- Přidávejte do různých receptů, včetně salátových dresinků nebo marinád na steaky či kuře.
- Při dlouhém cestování autem nakapejte olej Zázvor na vatový tampon a položte jej do držáku na nápoje.
- Naneste na podbřišek a dopřejte si zklidňující masáž.

Grapefruit

Grapefruit, běžně známý svou kyselou a natrpklou chutí, je kulatý, žlutooranžový plod stálezeleného citrusovníku. Esenciální olej Grapefruit se získává z kůry tohoto ovoce a je veleben pro svou širokou škálu využití a přínosů.

Hlavní přínosy:

– Zlepšuje náladu
– Štiplavě nakyslé aroma pro dochucení pokrmů
– Podporuje soustředěnost

Použití:

- Přidejte jednu kapku do 125 ml vody a vypijte ihned po probuzení jako přírodní životabudič.
- Přidejte jej do šamponu pro větší čistotu a lesk.
- Potřebujete-li zahladit nerovnosti pleti, přidávejte do vašeho večerního přípravku na pleť.
- Zřeďte s frakcionovaným kokosovým olejem a vmasírujte do pokožky pro zklidnění a úlevu.

Smil italský

Smil italský činí pokožku mladistvou a zářivou a pomáhá redukovat skvrny. Velmi ceněný olej v bylinkářství již od dávných dob pro své četné zdravotní přínosy.

Hlavní přínosy:

– Pro čistou, mladistvou pleť
– Snižuje výskyt skvrn na pokožce
– Zmírňuje pocity duševní únavy

Použití:

- Ve směsi s frakcionovaným kokosovým olejem použijte po opalování k ochlazení pokožky.
- Vmíchejte jednu až dvě kapky do vašeho hydratačního krému proti vráskám a na podporu zářivé, mladistvé pleti.
- Vmasírujte do spánků a šíje pro pocit klidu.
- Naneste na pulsní body, máte-li nedostatek motivace nebo se potřebujete dokonale soustředit.

Jasmín Touch

Jasmín, označovaný jako, „král květin“, je ceněn pro výraznou vůni, vyhlazuje nedokonalosti pleti a podporuje její zdravý jas a vzhled.

Hlavní přínosy:

– Povznáší náladu
– Upravuje nedokonalosti pleti
– Podporuje zdravý a zářivý vzhled pokožky

Použití:

- Nanášejte zevně na nedokonalosti pokožky.
- Používejte po ranní sprše pro hladký start nového dne.
- Při masáži zklidňuje a uvolňuje.
- Nanášejte na krk a zápěstí jako svůj jedinečný parfém.
- Zařaďte jej do běžné kosmetické péče pro zdravý vzhled pleti.

Jalovcové bobule

Esenciální olej Jalovcové bobulese získává z plodů jalovce, podporuje na rovině fyzické i emoční, a pomáhá čistit vzduch.

Hlavní přínosy:

– Dodává kořeněnou chuť omáčkám a dezertům
– Působí jako přírodní pleťové tonikum
– Zklidňuje a uzemňuje

Použití:

- Jedna kapka do vody nebo citrusové šťávy podpoří chuť nápoje.
- Jedna kapka denně vnitřně působí jako přírodní antioxidant.
- Kombinujte s citrusovými oleji, získáte osvěžující, čisté aroma.
- Použijte do ústní vody pro zdravé dásně, zuby a ústní dutinu.
- Jedna kapka do oblíbeného krému podpoří zdravou pleť.

Levandule

Květinová, vzdušná vůně esenciálního oleje Levandule může přinášet zklidnění, útěchu a uvolnění. Levandule velmi prospívá tělu i mysli a její užití je proto v podstatě neomezené.

Hlavní přínosy:

– Zmírňuje podráždění pokožky
– Upravuje nedokonalosti pleti
– Uklidňuje a navozuje klidný spánek

Použití:

- Vmíchejte do šamponu pro husté a zdravé vlasy.
- Ke zklidnění příležitostného podráždění pokožky naneste jednu kapku přímo na problematické místo.
- Smíchejte několik kapek s vodou v lahvičce s rozprašovačem a postříkejte si před spaním polštář.
- Masírujte olejem Levandule chodidla dětem na podporu klidného spánku.
- Přidávejte olej Levandule do kosmetických přípravků, chcete-li přebít jejich vůni.

Levandule Touch

Využijte přínosů oleje Levandule zředěného s frakcionovaným kokosovým olejem. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

Citron

Citron, vyhlášený svými čisticími a povzbuzujícími účinky, je díky svému všestrannému použití jedním z nejprodávanějších favoritů od dōTERRA. Ať už ho používáte jako přírodní očistný prostředek těla či domova, esenciální olej Citron má pro každého něco.

Hlavní přínosy:

– Povznáší, dodává energii, zlepšuje náladu
– Dodává lehce natrpklé aroma
– Účinná přísada do mýdel a čisticích prostředků

Použití:

- Přidávejte olej Citron do vody, pro svěží chuť nebo jako alternativu slazených nápojů.
- Přidávejte jej do svých oblíbených pochoutek a zákusků pro jemné, citronové aroma.
- Přidejte jednu až dvě kapky oleje Citron do rozprašovače čisticího roztoku. Ozvláštníte čištění povrchů, nábytku a dalších ploch osvěžující, přírodní vůní.
- V kombinaci s mýdlem účinně odstraňuje i zažranou špínu.

Citronová tráva

Citronová tráva má bylinnou vůni, která podporuje bdělost a je ideální pro masážní terapie. Citronová tráva se již od pradávna užívá v asijské kuchyni do polévek, čajů a kari, a k dochucení ryb, drůbeže, hovězího masa a mořských plodů.

Hlavní přínosy:

– Výrazné, bylinné aroma pro dochucení pokrmů
– Čistí a tonizuje
– Podporuje bdělost a pozitivní myšlení

Použití:

- Vyrobte si vlastní svíčky s olejem Citronová tráva a umístěte je venku při pikniku nebo pobytu pod širým nebem, pomáhá odpuzovat hmyz.
- Použijte jej k dochucení předkrmů a masových jídel.
- Zředěný olej nastříkejte nebo natřete na pokožku před venkovními aktivitami, pomáhá proti hmyzu.
- V kombinaci s olejem Čajovník nanášejte na nehty na nohách, aby byly zdravé.
- Naředěný frakcionovaným kokosovým olejem nanášejte na pokožku po cvičení pro příjemné osvěžení.
- Pár kapek ve frakcionovaném kokosovém oleji se hodí na zklidňující masáž svalů a kloubů.

Limetka

Esenciální olej Limetka od dōTERRA, se lisuje za studena ze slupky čerstvých limetek a má osvěžující a posilující chuť i vůni.

Hlavní přínosy:

– Trpce sladké aroma k dochucení pokrmů
– Příznivě ovlivňuje náladu, povzbuzuje a osvěžuje
– Pročišťuje vzduch

Použití:

- Přidávejte kapku oleje Limetka do ledových tříští, ovocných koktejlů a nápojů, získají tak pořádnou dávku chuti.
- Přidejte kapku do domácí nebo zakoupené salsy.
- Zvyšuje účinnost pleťových čistících prostředků nebo šamponu.
- Několik kapek oleje Limetka nakapaných na vatový tampón usnadní odstranění mastných skvrn a lepidla po samolepkách.
- Vypijte jednu kapku oleje Limetka ve vodě denně, má antioxidační účinky.

Majoránka

Esenciální olej je všeobecně
známý hojným užitím v kuchyni.
Bylinnou chuť oleje oceníte v polévkách,
dušených pokrmech, zálivkách a omáčkách.

Hlavní přínosy:

– Hřejivé bylinné koření do pokrmů
– Zklidňující vůně
– Podporuje celkovou fyzickou kondici

Použití:

- Příště při vaření místo sušené majoránky použijte kapku esenciálního oleje Majoránka.
- Nanášejte na šíji pro zmírnění pocitů napětí.
- Neposedným dětem nanášejte na chodidla před spaním, aby snadněji usínaly.
- Vmasírujte do svalů před cvičením i po něm.

Čajovník Touch
Využijte přínosů oleje Čajovník naředěného frakcionovaným kokosovým olejem. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

Čajovník

Esenciální olej Čajovník, známý také jako „tea-tree“, obsahuje 92 různých sloučenin a má nesčetná použití. Vůně Čajovníku je svěží, zelená a povznášející. Tento olej lze používat denně pro jeho čisticí a omlazující účinek na pokožku.

Hlavní přínosy:

– Posiluje a omlazuje vlasy, pokožku a nehty
– Čisticí účinky
– Udržuje pleť zdravou

Použití:

- Po cvičení nanášejte na unavené svaly.
- Přidejte několik kapek oleje Čajovník do lahvičky s rozprašovačem a použijte na čištění povrchů v domácnosti.
- Nanášejte olej Čajovník a Cedrové dřevo po holení, příjemně povzbudí.
- Při podráždění kůže můžete nanášet přímo na pokožku jednu až dvě kapky oleje Čajovník.
- Trpíte-li na akné, nanášejte místo nešetrných, vysušujících přípravků na pleť naředěný olej Čajovník.

Meduňka

Meduňka je vzácný olej, který se obtížně získává a složitě vyrábí, za to ale nabízí mnoho zdravotních přínosů, pozitivně ovlivňuje náladu, uklidňuje a zmírňuje napětí.

Hlavní přínosy:

– Podporuje relaxaci a dotváří ideální podmínky pro spánek
– Zmírňuje napětí a nervozitu
– Omlazuje pokožku a vlasy

Použití:

- Přidejte do hydratačního krému nebo do rozprašovače s vodou a nanášejte na pleť pro její omlazení a osvěžení mysli.
- Nanášejte na hrudník, čelo a ramena pro větší klid a emoční rovnováhu.
- Máte-li přednášet nebo čeká-li vás těžká konverzace, kápněte si jednu až dvě kapky oleje Meduňka do dlaní a pomalu a dlouze si přivoňte.
- Vytvořte si vlastní potpourr is olejem Meduňka, a dejte si ji na noční stolek.

Myrha

Esenciální olej Myrha se získává z lepkavé pryskyřice malého trnitého keře a pro mnohé blahodárné zdravotní účinky je ceněn již celá staletí. Z dávných spisů se dozvídáme, že v některých dobách byla myrha natolik ceněna, že se vyvažovala zlatem.

Hlavní přínosy:

– Posiluje emoční vyrovnanost a pohodu
– Má očistné účinky, zejména pro krk a ústní dutinu
– Zklidňuje pokožku , projasňuje ji a dodává mladistvý vzhled

Použití:

- Na bolest a škrábání v krku si dejte dvě kapky oleje Myrha do 125 ml teplé vody s medem a pomalu vypijte.
- Přidejte jednu kapku do zubní pasty pro zvýšení čisticího účinku.
- Před učením nebo prací naneste na pulsní body pro větší bdělost a lepší náladu.
- Přidaný do hydratačního přípravku pomáhá vyhlazovat vrásky.

Neroli Touch

Esenciální olej Neroli se získává z květů pomerančovníku hořkého. Je známo, že vůně esenciálního oleje Neroli podporuje relaxaci, povznáší náladu, zmírňuje pocity úzkosti a navozuje celkovou pohodu.

Hlavní přínosy:

– Podporuje pozitivní náladu
– Vybízí k odpočinku
– Zklidňuje pleť a dodává jí mladistvý vzhled

Použití:

- Kombinaci oleje Neroli s olejem Levandule lze využít k relaxační aromatické masáži.
- Nanášejte na šíji pro zmírnění napětí.
- Pro dosažení mladistvého jasu zařaďte olej Neroli do vaší každodenní kosmetické péče.
- Máte-li před pracovním pohovorem, naneste na pulsní body. Zklidníte nervy a zvednete si sebevědomí.

Oregano

Oregano je jeden z nejsilnějších esenciálních olejů a po staletí je hojně užíván. Získává se z vonných listů rostliny dobromysl obecná (oregano vulgare), a našel si cestu do kuchařských knih a spižíren po celém světě.

Hlavní přínosy:

– Kořeněné, bylinné aroma pro dochucení pokrmů
– Má antioxidační účinky
– Prohřívá pokožku

Použití:

- Přidejte kapku namísto sušeného oregana do omáčky na špagety, pizzu, nebo pečená masa.
- Nakapejte deset kapek do vody v rozprašovači, získáte čisticí sprej na kuchyňskou linku.
- Hojně naředěte s frakcionovaným kokosovým olejem dōTERRA a nanášejte přímo na nedokonalosti pleti.
- Použijte olej Oregano s jiným italským kořením, například s bazalkou, rozmarýnem nebo tymiánem.

Oregano Touch

Využijte přínosů oleje Oregano naředěného s frakcionovaným kokosovým olejem. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

Pačuli

Esenciální olej, charakteristický plnou, pižmově sladkou vůní, má značný přínos pro pokožku a současně vyrovnává a uzemňuje emoce.

Hlavní přínosy:

– Vyrovnává emoce
– Přispívá k hladké a zářivé pleti
– Pomáhá redukovat nedokonalosti pleti, skvrny a vrásky

Použití:

- Nanášejte společně s denním hydratačním krémem proti nedokonalostem pleti.
- Smíchejte s jinými esenciálními oleji a vytvořte si parfém či kolínskou vodu se sladkou vůní a nádechem pižma.
- Po dlouhém pracovním dni smíchejte olej se stejným dílem oleje Máta peprná a vzniklou směs naneste na čelo, spánky a šíji.
- Smíchejte 1 g jedlé sody, 25 ml vody, kapku oleje Máta peprná a kapku oleje Pačuli a získáte ústní vodu pro každodenní použití.

Máta peprná

Dlouhodobý bestseller dōTERRA, esenciální olej Máta peprná, je vhodný k utišení podrážděné pokožky, do dezertů, předkrmů, nebo jako osvěžení dechu. Mít po ruce Mátu peprnou se vždycky vyplatí.

Hlavní přínosy:

– Povzbuzuje a oživuje smysly
– Zmírňuje žaludeční nevolnost
– Podporuje zdraví ústní dutiny

Použití:

- Smíchejte s frakcionovaným kokosovým olejem a výslednou směsí uvolněte napětí v šíji a ramenou.
- Při přehřátí kápněte na studený vlhký obklad nebo do chladné lázně na nohy.
- Když cítíte únavu a jste bez energie, nařeďte v nosném oleji a naneste na pulsní body.
- Smícháním kapky oleje Máta peprná s trochou oleje Citron ve vodě získáte osvěžující ústní vodu.
- Při žaludeční nevolnosti přidejte kapku do šálku teplého čaje a pomalu usrkávejte.

Máta peprná Touch

Využijte přínosů oleje Máta peprná v základu z frakcionovaného kokosového oleje. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

Mátové gelové kuličky

Rostlinné kuličky obsahují olej Máta peprná a všechny jeho přínosy a osvěžují dech.

Pomerančovník hořký

Esenciální olej Pomerančovník hořký se získává ze stromu pomerančovník hořký, který má dlouhou historii využití v tradičním léčitelství. Pomerančovník hořký nabízí zklidňující a relaxační účinky a uvolňuje tak pocity napětí a stresu.

Hlavní přínosy:

– Zklidňující a relaxační vůně
– Podporuje klidný spánek
– Má antioxidační účinky

Použití:

- Před spaním kápněte na polštáře a lůžkoviny několik kapek oleje Pomerančovník hořký společně s oleji Levandule nebo Bergamot.
- Pomerančovník hořký, oblíbený u žen stejně jako u mužů, lze používat v tělových sprejích, emulzích a kolínských, kterým propůjčí originální květinovou vůni.
- Kápněte pár kapek na peelingovou žínku nebo mycí houbu lufa a vychutnejte si během sprchování relaxační vůni.

Heřmánek římský

Většinou ho známe především z heřmánkového čaje, ale esenciální olej Heřmánek římský působí velmi relaxačně na tělo, mysl i pokožku.

Hlavní přínosy:

– Podporuje mladistvý vzhled pokožky
– Podporuje zdraví vlasů a vlasové pokožky
– Má sladkou, květinovou vůni, která zklidňuje mysl

Použití:

- Nanášejte na hrudník pro vnitřní klid a pohodu.
- Naneste před spaním na chodidla.
- Vmíchejte jednu kapku oleje Heřmánek římský do hydratačního krému, aby byla vaše pleť krásně hladká.
- Vyrobte si svou vlastní šumivou kuličku do koupele z oleje Heřmánek římský a epsomské soli.

Růže Touch

Výsledkem namáhavého a precizního sběru a destilace růžových okvětních lístků je sladká květinová vůně proslulá v odvětví výroby parfémů a esenciálních olejů. S olejem Růže Touch můžete docílit zdravého a stejnoměrného odstínu pleti a lze jej používat i jako romantický osobní parfém.

Hlavní přínosy:

– Podporuje dobrou náladu
– Pomáhá vyrovnávat hydrataci pleti
– Upravuje nedokonalosti pleti

Použití:

- Nanášejte na zápěstí a šíji, jako osobní parfém.
- Použijte při masáži pro výjimečný, povznášející zážitek.
- Nanášejte na šíji a chodidla pro emoční vzpruhu.
- Zařaďte Růži do večerní péče o pleť, zajistí rovnoměrnou hydrataci.
- Nanášejte dvakrát denně pro zmírnění nedokonalostí pleti.

Rozmarýn

Rozmarýn má kromě použití v kuchyni mnoho dalších přínosů. Rozmarýn je odborníky již dlouho uznávaná bylina. Ve starověkém Řecku, Římě, Egyptě a v židovské kultuře byl rozmarýn považován za posvátný. Bylinná a posilující vůně rozmarýnu se často využívá v aromaterapii a při masážích.

Hlavní přínosy:

– Dodává výraznou, bylinnou chuť masu a různým specialitám
– Pomůže zmírnit občasnou únavu
– Povznáší smysly

Použití:

- Přidejte jednu kapku oleje Rozmarýn do masa a předkrmů ke zvýraznění chutě.
- Smíchejte s frakcionovaným kokosovým olejem a nanášejte při masáži.
- Naneste na pulsní body při učenípro delší pozornost a soustředěnost.
- Při masáži vlasové pokožky podporuje hustotu a zdraví vlasů.
- Smíchejte oleje Rozmarýn, Kadidlo a epsomskou sůl a připravte si omlazující lázeň.

Havajské santalové dřevo / Santalové dřevo

Esenciální olej Santalové dřevo je ceněn při péči o pleť, ale dokáže i podpořit pocit pohody a zmírňovat napětí a stres.

Hlavní přínosy:

– Podporuje zdravou a hladkou pleť
– Upravuje nedokonalosti pleti
– Často se používá při meditaci, neboť uzemňuje a povznáší zároveň

Použití:

- Vetřete dvě kapky do vlhkých vlasů pro lepší hydrataci a zářivý lesk.
- Přidejte dvě kapky do horké lázně k navození relaxace a zmírnění napětí.
- Použijte dvě kapky do vody určené k napařování obličeje, pleť bude vyživená a mladistvá.
- Kápněte dvě kapky na ventilační otvor v autě, udržíte si snáze klidnou bdělost a pozornost při řízení.

Jedle sibiřská

Jedle sibiřská vůní připomíná vánoční stromky a klid lesa. Odedávna se cení pro pocit harmonie, který navozuje, a pro schopnost příjemně jitřit smysly.

Hlavní přínosy:

– Konejší a zklidňuje
– Posiluje sebevědomí, dodává energii a vyrovnanost
– Pomáhá tělu odpočívat a současně povzbuzuje smysly

Použití:

- Nanášejte na podrážděnou pokožku pro její zklidnění.
- Smíchejte s frakcionovaným kokosovým olejem pro povzbuzující masáž.
- Po náročné fyzické aktivitě vmasírujte do pokožky pro příjemnou úlevu.
- Kápněte jednu až dvě kapky na podlahu ve sprše. Dodá vám sebejisto tu.

Máta klasnatá

Olej Máta klasnatá, proslul svou sladce mátovou chutí, často se využívá v kuchyni, ale lze jej použít i na pokožku. Máta klasnatá je jemnější alternativou ostatních mátových esenciálních olejů.

Hlavní přínosy:

– Čistí ústní dutinu a osvěžuje dech
– Podporuje soustředěnost
– Chuťově bohatá součást bonbonů, žvýkaček a dezertů

Použití:

- Vyrobte si vlastní mátové bonbony z oleje Máty klasnaté, cukru, vody a agávového sirupu.
- Vmasírujte olej do týla k uvolnění napjatých svalů.
- Přidávejte kapku do moučníků, nápojů, salátů nebo předkrmů.
- Po nanesení balzámu na rty naneste navrch ještě jednu kapičku esenciálního oleje Máty klasnaté.

Nard

Esenciální olej Nard, odedávna používaný k uvolnění napětí a povznesení nálady, podporuje pocity klidu a míru a pročišťuje pleť.

Hlavní přínosy:

– Zklidňuje, uzemňuje a uvolňuje
– Pročišťuje pokožku a dodává jí čistý jas
– Jeho povznášející vůně blahodárně působí na vnitřní rozpoložení

Použití:

- Nanášejte na nehty u nohou, budou zdravé a čisté.
- Přidejte olej Nard do relaxační, teplé lázně chodidel.
- Smíchejte kapku oleje Nard s hydratačním krémem pro hladkou a vláčnou pokožku.
- Použijte s frakcionovaným kokosovým olejem na břicho, k posílení vitality.
- Jedna kapka přidaná do šamponu a vmasírovaná do pokožky hlavy podpoří mladistvý vzhled vlasů.

Mandarinka

Mandarinka je po staletí užívána v lidovém léčitelství. Sladká, natrpklá vůně oleje Mandarinka ulevuje od úzkostí a pomáhá lépe zvládat stres.

Hlavní přínosy:

– Čistí a pročišťuje
– Přidaná do pečení dodává pokrmům citrusovou trpkost
– Dodává energii a probouzí smysly

Použití:

- Přidejte do univerzálního čisticího spreje, pomůže odstranit mastnotu a zanechá osvěžující vůni.
- Vypijte jednu kapku ve vodě nebo džusu, působí antioxidačně.
- Z jedlé sody, kastilského mýdla a oleje Mandarinka vyrobíte čistící prostředek nejen na drtiče kuchyňského odpadu.
- Smíchejte s jogurtem a tvarohem, získáte jedinečný, aromatický ovocný dip.

Tymián

Tymián využívaly po staletí nejrůznější národy a kultury jako vykuřovadlo v posvátných chrámech, používal se při balzamování nebo k odhánění zlých snů. Jeho bohaté využití se přeneslo i do současnosti.

Hlavní přínosy:

– Povzbuzující aroma
– Výrazné, kořeněné aroma k dochucení pokrmů
– Čistí a dezinfikuje

Použití:

- V chřipkovém období nebo v zimních měsících si denně přidávejte kapku do vody, čaje nebo jídla pro celkové posílení kondice.
- Vyrobte si nenákladný, stoprocentně přírodní deodorant s použitím oleje Tymián, jedlé sody, kukuřičné mouky a kokosového oleje.
- Přidejte kapku oleje Tymián a olivový olej do zeleninové směsi, zapečte v troubě a máte lahodnou přílohu k jakémukoli jídlu.
- Používejte namísto sušené bylinky tymiánu.

Vetiver

Esenciální olej Vetiver, získávaný ze silné trávy, je ideální k vykouzlení poklidné atmosféry, neboť uzemňuje, a zklidňuje rozbouřené emoce.

Hlavní přínosy:

– Vyznačuje se bohatou, dřevitou vůní
– Bohatý obsah seskviterpenů uzemňuje a harmonizuje
– Podporuje klidný spánek

Použití:

- Přidejte dvě kapky do teplé lázně pro hlubokou relaxaci.
- Usnadněte dětem odpočinek po těžkém dni ve škole, naneste jim na plosky nohou a šíji olej Vetiver.
- Pokud jste byli celý den na nohou, dopřejte si s Vetiverem relaxační masáž chodidel.
- Pro snadnější vybrán í požadovaného množství oleje Vetiver z lahvičky použijte párátko – teče pomalu.

Planý pomeranč

Olej Planý pomeranč , lisovaný za studena z pomerančové slupky, je díky své posilující vůni a četným přínosům jedním z nejprodávanějších esenciálních olejů společnosti dōTERRA. Pomerančová slupka je plná antioxidantů na celkovou podporu dobrého zdraví.

Hlavní přínosy:

– Povznáší mysl a tělo
– Osvěžuje pokožku
– Má bohatý obsah monoterpenů, známých pro své antioxidační vlastnosti

Použití:

- Vmíchejte pár kapek oleje Planý pomeranč do neparfemovaného tělového mléka a aplikujte na celé tělo.
- Přidejte několik kapek oleje Planý pomeranč do sprchového gelu a dopřejte si osvěžující sprchu.
- Potřebujete-li posilující vzpruhu, kápněte si do dlaní jednu až dvě kapky tohoto oleje společně se stejnými podíly olejů Máta peprná a Kadidlo. Promněte si důkladně ruce, pak se z dlaní hluboce nadechněte a co zbyde, vetřete do zátylku.
- V kombinaci s olejem Citron skvěle odstraňuje nežádoucí zápachy v domácnosti nebo autě.

Libavka

Větrový esenciální olej Libavka se získává
z listů popínavého keře a obsahuje
jedinečnou sloučeninu methylsalicylát. Tato chemická látka má účinné zklidňující vlastnosti
a přirozeně se vyskytuje pouze ve dvou rostlinách na světě – v bříze a libavce.

Hlavní přínosy:

– Povznášející a stimulující
– Zahřívá
– Často se používá do žvýkaček, cukrovinek a zubní pasty

Použití:

- Kápněte si jednu kapku na zubní kartáček s malým množstvím zubní pasty a jednu minutu čistěte zuby i dásně, poté ústa vypláchněte vodou.
- Přidejte do pleťového čisticího přípravku, pokud potřebujete odstranit nedokonalosti pleti.
- Přidejte jednu kapku oleje Libavka do teplé lázně, odpočívejte a nechejte odejít napětí.
- Kápněte olej na vatový tampon a používejte v tašce na sportovní výbavu, v blízkosti odpadkového koše nebo na jiných místech, kde je třeba potlačit zápach.
- Olej Libavka ve směsi s frakcionovaným kokosovým olejem poskytne hřejivou, zklidňující masáž.

Ylang-ylang

Sladký květinový esenciální olej Ylang-ylang poskytuje výživu pokožce i vlasům, zlepšuje náladu, zmírňuje pocity napětí a podporuje pozitivní přístup.

Hlavní přínosy:

– Podporuje zdraví pokožky a vlasů
– Povznáší náladu a zklidňuje zároveň
– Snižuje napětí a působení stresu a podporuje pozitivní myšlení

Použití:

- Naneste olej Ylang-ylang dozadu na šíji, pro zklidnění a lepší náladu.
- Vmasírujte olej Ylang-ylang do vlasové pokožky pro silné, zdravé a zářivě lesklé vlasy.
- Přidejte dvě kapky do teplé lázně s epsomskou solí k uvolnění napětí a relaxaci.
- Kápněte jednu kapku na sušicí vložku nebo míček do sušičky pro mimořádně svěží prádlo.

Směsi esenciálních olejů

Pro plné využití potenciálu esenciálních olejů a jejich konkrétní, žádané působení, vytvořila společnost dōTERRA řadu patentovaných směsí, které obsahují několik jednodruhových esenciálních olejů a další přírodní ingredience. Jsou to směsi toho nejlepšího z několika různých olejů a zaslouží si proto být součástí každé esenciální sbírky.

dōTERRA Air™ Touch
Využijte přínosů dōTERRA Air™ v základu z frakcionovaného kokosového oleje. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

dōTERRA Air™
Směs esenciálních olejů

dōTERRA Air se svou svěží mátovou vůní byla vyvinuta speciálně za účelem ochlazení a osvěžení, a je o ní známo, že pomáhá zmírnit vliv nepříznivého počasí na naše zdraví a zklidňuje.

Hlavní přínosy:
– Rozptýlený v difuzéru osvěžuje a dodává sílu
– Pokožku zklidňuje a ochlazuje
– Uvolňuje a čistí dýchací cesty

Použití:
- V období zvýšeného výskytu viróz a nachlazení.
- Smíchejte s epsomskou solí, přidejte do teplé lázně a dopřejte si zklidňující koupel. Nanášejte přímo na hrudník.
- Kápněte tři kapky na podlahu ve sprše a těšte se z vůně povzbuzující vitalitu.
- Nanášejte na pokožku před pobytem venku při sezónních změnách počasí, posílíte odolnost organizmu.

AromaTouch™
Masážní směs

Esenciální oleje se odedávna používaly při masážích, proto společnost dōTERRA vyvinula patentovanou masážní směs, která zvyšuje účinnost různých masážních technik pomocí uvolňujícího a blahodárného účinku esenciálních olejů.

Hlavní přínosy:
- Zmírňuje stres a napětí
- Zklidňuje a utěšuje
- Zpříjemňuje masáže uklidňující vůní

Použití:
- Společně s epsomskou solí směs přidejte do horké, relaxační lázně.
- Použijte před cvičením jógy k vytvoření pokojného prostředí pro meditaci a relaxaci.
- Nanášejte na zatuhlou šíji a ramena.
- Použijte v rámci metody AromaTouch Technique™ nebo AromaTouch Hand Technique™.

dōTERRA Balance™
Uzemňující směs

Směs dōTERRA Balance obsahuje citlivou kombinaci esenciálních olejů, která uzemňuje, harmonizuje, uvolňuje a navozuje pohodu. Tato směs pomáhá svou lákavou, mírumilovnou vůní vyrovnat emoce a navozuje pocit zdraví.

Hlavní přínosy:

– Ulevuje od úzkosti a napětí
– Navozuje pocity pohody a vyrovnanosti
– Posiluje odpočinek a harmonii

Použití:

- Nanášejte na šíji a zápěstí pro zmírnění úzkostných pocitů.
- Smíchejte s epsomskou solí a přidejte do horké, relaxační koupele.
- Kápněte na jógovou podložku před praxí, navodíte klidnou a uvolněnou atmosféru.
- Vtírejte do chodidel pro zmírnění pocitů napětí v průběhu celého dne.
- Naneste na pokožku před spaním k zajištění nerušeného spánku a pro příjemné sny.

dōTERRA Cheer™ Touch
Využijte přínosů dōTERRA Cheer™ v základu frakcionovaného kokosového oleje. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

dōTERRA Cheer™
Povznášející směs

Povznášející směs dōTERRA Cheer byla sestavena z citrusů a příjemných kořeněných aromat. Naplní každý váš den radostí, štěstím a pozitivním postojem.

Hlavní přínosy:
- Dodává optimismus
- Zlepšuje a udržuje dobrou náladu po celý den
- Obohacuje masáž o příjemnou vůni

Použití:
- Nanášejte na šíji a zápěstí pro lepší náladu, nebo při smutku a depresi.
- Použijte při masáži k navození šťastné nálady.
- Kápněte na vatový tampon, na ventilační otvor v autě a dopřejte si jízdu s povzbudivým aromatem.
- Vtírejte ráno do chodidel, aby váš den začal optimisticky a s radostí.

Citrus Bliss™
Posilující směs

Směs Citrus Bliss spojuje všechny hlavní přínosy citrusových esenciálních olejů: posiluje, osvěžuje, zlepšuje náladu a zmírňuje stres.

Hlavní přínosy:

- Pročišťuje vzduch
- Zlepšuje náladu a zmírňuje stres
- Obohacuje masáž o příjemnou vůni

Použití:

- Vtírejte ráno do chodidel k povzbuzení a dodání energie.
- Kápněte dvě až tři kapky na vonné vložky do sušičky, dodáte prádlu osvěžující vůni.
- Smíchejte s oleji Levandule a Máta peprná a aplikujte na spánky pro lepší soustředěnost.
- Vmíchejte do frakcionovaného kokosového oleje pro povzbudivou masáž, která zmírní napětí.
- Přidejte do rozprašovače s vodou a vyrobte si tak vlastní osvěžovač vzduchu nejen pro koupelnu a kuchyň.

ClaryCalm™
Směs esenciálních olejů

ClaryCalm, směs určená konkrétně ženám,
zmírňuje průběh menstruačního cyklu a pomáhá vyrovnat náladu a emoce.

Hlavní přínosy:

– Pomáhá vyrovnat náladu v průběhu měsíce
– Pomáhá zklidnit rozjitřené emoce
– Tiší nepříjemné projevy menstruace

Použití:

- Použijte při návalech horka pro ochlazení a zklidnění.
- Naneste na břicho a dopřejte si při menstruaci zklidňující masáž.
- Nanášejte na chodidla pro vyrovnanější emoce v průběhu celého měsíce.
- Naneste na šíji a zápěstí a hluboce vdechujte při rozbouřených emocích.

dōTERRA Console™

Utěšující směs

Utěšující směs dōTERRA Console obsahuje esenciální oleje ze sladkých květů a stromů. Utěšuje a poskytuje naději v obdobích citového zranění.

Hlavní přínosy:

– Utěšuje
– Dodává naději a podporuje pozitivní postoj
– Má zklidňující vůni

Použití:

- Vmíchejte do frakcionovaného kokosového oleje a použijte při zklidňující masáži.
- Při smutku a depresi nanášejte na šíji a zápěstí.
- Kápněte na vatový tampon na ventilační otvor klimatizace, a dopřejte si uklidňující vůni i při řízení.
- Nanášejte ráno na chodidla a vykročte do nového dne plni naděje a klidu.

dōTERRA Console™ Touch

Využijte přínosů dōTERRA Console™ v základu frakcionovaného kokosového oleje. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

dōTERRA Deep Blue™ v kuličkovém aplikátoru
Užijte si přínosy Deep Blue v 10ml kuličkovém aplikátoru.

dōTERRA Deep Blue™ Touch
Využijte přínosů oleje Deep Blue v základu frakcionovaného kokosového oleje. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

Deep Blue™
Směs pro úlevu

dōTERRA Deep Blue je výjimečná směs olejů, která dokáže zklidnit a zchladit po dlouhém aktivním dni nebo intenzivním tréninku.

Hlavní přínosy:
– Pomáhá zmírnit napětí
– Má relaxační účinky
– Tiší místa, která potřebují péči a pozornost

Použití:
- Rozptylujte v difuzéru během cvičení pro extra povzbuzení.
- Nanášejte na záda a bedra po těžké fyzické práci.
- Po dlouhém pracovním dni naneste směs na prsty, zápěstí, ramena a šíji.
- Zřeďte směs Deep Blue s frakcionovaným kokosovým olejem a masírujte dětem nohy, trpí-li bolestmi růstu.
- Před i po cvičení nanášejte na chodidla a kolena pro povzbuzení a chladivý účinek.

Elevation
Směs radosti

Tato směs povznášejících esenciálních olejů dokáže skvěle oživit náladu, vůni a atmosféru. Potřebujete-li přírodní životabudič, je Elevation ideálním řešením.

Hlavní přínosy:

– Osvěžující vůně dodávající energii
– Dotváří vhodnou atmosféru pro větší životní elán
– Zlepšuje náladu a zvyšuje vitalitu

Použití:

- Vmíchejte do frakcionovaného kokosového oleje a použijte při posilující masáži.
- Naneste Elevation na pulsní body pro větší sebejistotu a sebeúctu.
- Přidejte pár kapek do teplé lázně pro utěšení a radost.
- Kápněte do dlaní a inhalujte pro zmírnění napětí.
- Kápněte pár kapek na vlhkou papírovou utěrku a provoňte kuchyňské povrchy a kuchyň příjemnou, povzbuzující a posilující vůní.

dōTERRA Forgive™
Obnovující směs

Svěží, dřevitá vůně směsi dōTERRA Forgive nám pomáhá dovolit si osvobozující spokojenost, úlevu a trpělivost.

Hlavní přínosy:
- Svou vůní utěšuje
- Povznáší a inspiruje k pozitivnímu myšlení
- Podporuje spokojenost, úlevu a trpělivost

Použití:
- Nanášejte na šíji a zápěstí pro trpělivost a úlevu.
- Kápněte na vatový tampon na ventilační otvor v autě a užijte si zklidňující vůni..
- Naneste ráno na chodidla a začněte den s větší trpělivostí.
- Použijte během masáže k odstranění negativních emocí a pro větší vnitřní klid.

dōTERRA Forgive™ Touch
Využijte přínosů dōTERRA Forgive™ v základu frakcionovaného kokosového oleje. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

HD Clear™
kosmetická směs

Směs HD Clear, absolutně dokonalá směs pro problémovou pokožku, byla sestavena z esenciálních olejů, které vynikají v péči o pleť, takže činí pokožku zdravou, hladkou a zbavenou nedokonalostí.

Hlavní přínosy:

– Pomáhá s nedokonalostmi pleti
– Projasňuje pleť
– Pomáhá uchovat pleť čistou, zářící a hydratovanou

Použití:

- Používejte denně v boji s pupínky a nedokonalostmi pleti.
- Zařaďte do každodenní péče o pleť, pomůže udržet vaši pokožku čistou a jasnou.
- Nanášejte na tvář jako čistý a zářivý základ před nanesením hydratačního přípravku.
- Nanášejte směs HD Clear přímo na problematická místa.
- Vhodné pro teenagery s problematickou pletí pro ranní i večerní péči.

dōTERRA™ Hope Touch

Vůně této výrazné směsi esenciálních olejů je jen jeden důvod, proč je dōTERRA Hope Touch tolik výjimečná. Každým použitím této směsi zároveň podporujete program nadace dōTERRA Healing Hands, který financuje záchranné operace na osvobození dětí z dětského otroctví, sexuálního zneužívání a týrání.

Hlavní přínosy:

– Osvěžující vůně, která dodá energii
– Při zevním použití zlepšuje náladu
– Má velmi osobitou vůni a lze tak použít jako osobní parfém

Použití:

- Nanášejte na šíji pro osvěžení.
- Nanášejte na zápěstí jako osobní parfém.
- Použijte při masáži k dodání energie a povzbuzení mysli.
- Mějte vždy po ruce a v průběhu dne používejte pro lepší náladu.
- Natřete směsí sáček, který vkládáte do šatníku a propůjčte šatům příjemné aroma.

InTune™
Směs na soustředění

InTune, skvělá směs pro studium a soustředění, byla sestavena z esenciálních olejů, které podporují klid a jas mysli.

Hlavní přínosy:
- Posiluje jas mysli
- Zvyšuje a udržuje soustředěnost
- Podporuje pozornost a vytrvalost

Použití:
- Naneste na zápěstí pro lepší soustředěnosti během pracovního dne.
- Nanášejte na chodidla dětem, pokud chcete, aby se lépe soustředily a nerozptylovaly.
- Nanášejte, když se dostaví krize a potřebujete povzbudit a pobídnout k činnosti.
- Naneste na spánky a do týlu při studiu, pro vytrvalou a pečlivou pozornost.

dōTERRA Motivate™ Touch
Využijte přínosů dōTERRA Motivate™ v základu frakcionovaného kokosového oleje. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

dōTERRA Motivate™
Povzbuzující směs

Vyměňte negativní emoce za sebedůvěru a odvahu díky jedinečné směsi mátových a citrusových esenciálních olejů dōTERRA Motivate.

Hlavní přínosy:
- Zmírňuje napětí
- Zlepšuje náladu
- Uzemňuje a vyvažuje emoce

Použití:
- Použijte při masáži k uvolnění napětí.
- Nanášejte na pulsní body pro vytrvalou motivaci.
- Nanášejte jako motivaci před sportem nebo soutěžemi.
- Nanášejte ráno na chodidla pro kuráž.
- Naneste na šíji nebo límeček košile pro sebedůvěru při přednášení a veřejných projevech.

dōTERRA On Guard™ Touch
Využijte přínosů dōTERRA On Guard v základu frakcionovaného kokosového oleje. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

dōTERRA On Guard™

Směs esenciálních olejů

Směs dōTERRA On Guard bezpečně a přirozeně posiluje obranyschopnost organizmu. Směs dōTERRA On Guard má kořeněné, povzbudivé aroma a vyplatí se ji mít po ruce po celý rok.

Hlavní přínosy:
– Podporuje přirozenou obranyschopnost organizmu
– Má antioxidační účinky
– Dobíjí energii a povznáší mysl

Použití:
- Dvě kapky vnitřně poskytnou rychlé posílení imunity.
- Na navlhčenoý hadřík kápněte jednu až dvě kapky On Guard a otřete povrchy v kuchyni a koupelně.
- Vyrobte si univerzální čistič z této směsi a vody v lahvičce s rozprašovačem.
- Přidejte kapku do praní pro účinnější čistění a svěží vůni.
- Zřeďte jej s frakcionovaným kokosovým olejem a použijte jako přírodní dezinfekci na ruce.

dōTERRA On Guard™ gelové kuličky
Společnost dōTERRA vyvinula On Guard gelové kuličky, které představují jednoduchý a pohodlný způsob, jak se těšit z přínosů této směsi esenciálních olejůna podporu imunity.

dōTERRA Passion™
Inspirující směs

Směs dōTERRA Passion oživuje vášeň, nadšení a radost.

Hlavní přínosy:
- Radostná vůně
- Zažehá vzrušení a nadšení
- Podporuje sebedůvěru a duševní sílu

Použití:
- Použijte před prací, oslníte kreativitou a bystrou myslí.
- Použijte při masáži pro povzbuzení a inspiraci.
- Smíchejte dōTERRA Passion s neparfemovanou emulzí a naneste na pokožku celého těla, vykročíte do nového dne s nadšením a plni energie.
- Nanášejte v průběhu dne na zápěstí a oblast srdce, pro inspiraci a neutuchající nadšení.

dōTERRA Passion™ Touch
Využijte přínosů dōTERRA Passion™ v základu frakcionovaného kokosového oleje. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

PastTense™
Relaxační směs

PastTense, chladivá, zklidňující směs esenciálních olejů k upokojení mysli a těla, kdykoli je zapotřebí, díky praktické lahvičce s kuličkovým aplikátorem.

Hlavní přínosy:

– Ulevuje napětí
– Uvolňuje a uklidňuje
– Uzemňuje a vyrovnává emoce

Použití:

- Nanášejte na šíji před cestováním, pro větší klid.
- Nanášejte v práci nebo doma k uvolnění napětí.
- Naneste ráno na chodidla pro jasný start a soustředění.
- Vmasírujte do pokožky ramenou, šíje a zad pro příjemné zchlazení a klid.
- Nanášejte na šíji, když potřebujete zklidnění a uvolnění.

dōTERRA Peace™
Uklidňující směs

dōTERRA Peace, směs květinových a mátových esenciálních olejů, je příjemnou připomínkou toho, že k tomu, abychom nalezli klid, nemusíme být dokonalí. Zastavte se, zhluboka se nadechněte a znovu se spojte se svým vyrovnaným vnitřním já.

Hlavní přínosy:
- Zmírňuje pocity úzkosti
- Přijemně voní
- Uklidňuje a dodává jistotu

Použití:
- Použijte společně s dōTERRA Console™ pro ještě větší útěchu a spokojenost.
- Nanášejte na šíji a zápěstí, pro uklidnění a mír.
- Vmíchejte do frakcionovaného kokosového oleje a použijte při zklidňující masáži.
- Kápněte na vatový tampon, který umístíte na ventilační otvor klimatizace a dopřejte si klid při cestě autem.
- Ráno naneste na chodidla a začněte den s klidem v duši.

dōTERRA Peace™ Touch
Využijte přínosů dōTERRA Peace™ v základu frakcionovaného kokosového oleje. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

Purify

Osvěžující směs

Purify, je kombinace osvěžujících a očistných esenciálních olejů; přírodní cestou odstraňuje nežádoucí zápachy.

Hlavní přínosy:

– Osvěžující vůně
– Má čisticí schopnosti
– Odstraňuje nežádoucí pachy a pročišťuje vzduch.

Použití:

- Použijte na pokožku při bodnutí hmyzem.
- Menší místnosti osvěžíte umístěním vatového tamponu s několika kapkami Purify na ventilační otvor.
- Přidejte kapku do praní pro zvýšení čisticího účinku a svěží vůni.
- Smíchejte deset kapek v rozprašovači s vodou a použijte k setření kuchyňské desky a dalších povrchů.

Salubelle™
Zkrášlující směs

Salubelle, patentovaná směs nesmírně regenerativních, vzácných esenciálních olejů, které se používají ke zkrášlování už po celá staletí. Salubelle byla vyvinuta k ochraně a výživě pokožky a zároveň působí proti faktorům, které přispívají k stárnutí pleti.

Hlavní přínosy:

– Pomáhá uchovat pleť čistou, jasnou a hydratovanou
– Pomáhá omezit vznik jemných vrásek
– Udržuje pokožku zářivou, mladistvou a hladkou

Použití:

- Vetřete do podpaží před cvičením nebo aktivitami v přírodě.
- Použijte ke zklidnění a zchlazení pokožky po pobytu na pláži či na koupališti.
- Použijte na pokožku jako hladký základ pro hydratační přípravek.
- Naneste na týl a ušní lalůčky proti napětí a stresu.
- Skvělá součást každodenní péče o pleť, zpomaluje její stárnutí a dodává zářivý jas.

dōTERRA Serenity™
Směs pro odpočinek

Směs dōTERRA Serenity je určena k navození okamžité relaxace . Obsahuje esenciální oleje, které vyrovnávají emoce, snižují napětí a navozují klidný spánek.

Hlavní přínosy:
- Uklidňuje smysly
- Zmírňuje napětí
- Pomáhá vytvořit příjemnou atmosféru pro spánek

Použití:
- Použijte večer k uklidnění neposedného dítěte.
- Naneste na týl k navození klidu a míru.
- Použijte k relaxační a antistresové masáži.
- Před spaním naneste na chodidla pro rychlejší zklidnění.
- Smíchejte s epsomskou solí a přidejte do teplé relaxační lázně.

Smart & Sassy™
Aktivní směs

Doplníte-li směs Smart & Sassy o cvičení a zdravou stravu, může vám významně pomoci se zdravou úpravou hmotnosti.

Hlavní přínosy:
- Vysoký obsah limonenu
- Pomáhá zvládat chutě
- Neobsahuje diuretika, stimulanty ani kalorie

Použití:
- Vhodná jako součást programu na snížení hmotnosti.
- Užívejte s vodou před jídly, pomůže zvládnout chutě a omezit přejídání.
- Přidejte pár kapek do oblíbeného smoothie, budete se déle cítit sytě.
- Použijte k masáži břicha, boků a stehen pro vyhlazení a prohřátí pokožky.
- Přidejte do vody nebo čaje a pijte před cvičením pro posílení a vzpruhu.

Sprej TerraShield™
Sprej TerraShield je směs v praktické lahvičce s rozprašovačem o objemu 30 ml.

TerraShield™
Směs do přírody

TerraShield je směs, která obsahuje oleje, které se osvědčili jako účinná ochrana proti hmyzu při venkovních aktivitách.

Hlavní přínosy:
– Účinná ochrana proti hmyzu
– Přírodní repelent
– Ochraňuje před poštípáním a obtížnou přítomností hmyzu

Použití:
- Rozptylujte doma v difuzéru během letních měsíců.
- Rozptylujte na terase během posezení s přáteli.
- Při výletech do přírody nanášejte na obnaženou pokožku.
- Po nanesení na pokožku působí jako účinná ochrana proti hmyzu.
- Rozprašujte kolem dveří a okenních parapetů.

Whisper™
Směs pro ženy

Speciálně vyvinutá směs pro ženy s jemně pižmovým aromatem, vhodná jako jedinečný osobní parfém.

Hlavní přínosy:
- Vábí a okouzluje smysly
- Má hřejivou, pižmovou vůni
- Promísí se s vaším osobitým pachem a vytvoří tak originální vůni

Použití:
- Rozprašujte v difuzéru navečer pro hřejivou atmosféru.
- Naneste na zápěstí, jako osobní parfém, který vydrží celý den.
- Nakapejte na šperky z terakoty, budou dlouho a příjemně vonět.
- Smíchejte s neparfemovanou emulzí a dosáhnete hydratace i povzbuzení smyslů zároveň.
- Kápněte na šátky a oblečení. Budou příjemně vonět a zklidňovat emoce.

Zendocrine™

Detoxikační směs

Detoxikační směs Zendocrine podporuje přirozenou schopnost těla zbavit se nežádoucích látek.

Hlavní přínosy:

– Podporuje zdravou funkci jater
– Pročišťuje a detoxikuje
– Podporuje schopnost těla vyloučit nežádoucí látky

Použití:

- Naneste do oblasti žaludku a dopřejte si zklidňující masáž.
- Použijte tři až čtyři kapky do difuzéru k osvěžení místnosti.
- Přidejte si jednu kapku do vody nebo čaje.
- Užívejte jednu kapku denně po celý týden , chete-li nastartovat změnu životního stylu k lepšímu.
- Naneste na břicho nebo chodidla na podporu přirozené detoxikace.

ZenGest™
Podpůrná směs

ZenGest, je směs určená k podpoře zdravého trávení. Zklidňující působení obsažených esenciálních olejů může odstranit jakékoli trávicí nepohodlí.

Hlavní přínosy:

– Podporuje zdravé trávení
– Zklidňuje v případě dietního pochybení
– Nanášíte-li směs na břicho, může ulevit od bolestí a nepohodlí, které s trávicími potížemi souvisí.

Použití:

- Užívejte vnitřně ke zmírnění nevolnosti.
- Přidejte do vody pro přirozeně zdravé trávení.
- Mějte po ruce po konzumaci těžkých nebo vydatných jídel.
- Užívejte vnitřně pro zklidňující účinek před dlouhým letem nebo cestováním autem.
- Zřeďte s frakcionovaným kokosovým olejem a použijte na zklidňující masáž břicha.

dōTERRA ZenGest™ Touch

Využijte přínosů směsi ZenGest v základu frakcionovaného kokosového oleje. Ideální pro děti a osoby s citlivou pokožkou.

Produkty dōTERRA Wellness

dōTERRA nabízí celou řadu wellness produktů, jimž důvěřují rodiny i zdravotní odborníci. Společnost dōTERRA se snaží předvídat potřeby zákazníků a vytváří podle nich produkty na bázi esenciálních olejů, které usnadňují život a umožňují zdravé a naplněné žití v čistém, netoxickém prostředí.

dōTERRA
Air
Essential Oil Blend
10 ml
TOUCH
dōTERRA
Air
Essential Oil Blend
15 ml
dōTERRA
air
DROPS
Drops / Aromatisierte Bonbons / Smakstilsatte
Gearomatiseerde pastilles / Pastilles aromatisées /
aromatizzate / Caramelos con sabor / Drageias
sabor / Cukríky s príchutou / Aromatizirani bonboni /
Ízesített cseppek / Dropsuri aromate
120 g
dōTERRA
air
VAPOUR STICK
Soothes & Cools
All Natural - 12.5 g/0.4 oz

Produkty dōTERRA Air™

Produkty řady dōTERRA Air mají chladivou a osvěžující vůni a usnadňují průchodnost dýchacích cest. Každý produkt řady dōTERRA Air obsahuje směs dōTERRA Air a rozmanitost zpracování této kolekce uživateli usnadňuje využití přínosů směsi naplno.

Produkty dōTERRA On Guard™

Kolekce dōTERRA On Guard je určená k ochraně imunity a na podporu zdravého domova. Obsahuje účinné esenciální oleje s čistícími vlastnostmi, a produkty této kolekce může bezpečně používat celá vaše rodina v kuchyni, koupelně, při praní prádla i v rámci osobní hygieny.

dōTERRA
onGUARD
Natural Whitening Toothpaste
125 g
dōTERRA
onGUARD
Foaming Hand Wash
473 ml
On Guard
Essential Oil Blend
dōTERRA
On Guard Beadlet

150991A
dōTERRA™
deep
BLUE
RUB
dōTERRA™
deep
BLUE
POLYPHENOL
COMPLEX™
dietary supplement
60 VEGGIE CAPS. 30-DAY SUPPLY
120 ml
dōTERRA™
Deep Blue™
Soothing Blend
5 ml
dōTERRA™
Deep Blue™
Soothing Blend
10ml

Produkty Deep Blue™

Produkty z kolekce Deep Blue jsou jedny z nejoblíbenějších a nejprodávanějších produktů dōTERRA: chladí, tiší a umožňují uvolnění. Každý produkt řady obsahuje jako základ zklidňující směs pro úlevu Deep Blue. Kromě výše zmíněných blahodárných účinků jsou produkty Deep Blue oblíbené pro svou osvěžující větrovou vůni.

Zdravé trávení

Často je obtížné zabránit žaludečním nevolnostem a potížím, naštěstí esenciální oleje poskytují bezpečnou a přirozenou cestu, jak od trávicích nepohodlí ulevit, nebo jim předejít. Každý produkt v produktové řadě ZenGest™ obsahuje patentované směsi esenciálních olejů určených pro různé druhy zažívacích obtíží a mimo to tělu nabízí i další blahodárné účinky.

GX Assist
ZenGest
GI Cleansing Formula
Essential oil digestive maintenance program*
60 enteric coated softgels
Dietary Supplement
dōTERRA
ZenGest
DigestTab™
Chewable tablets for soothing digestive relief*
100 Chewable Tablets
Dietary Supplement
dōTERRA
dōTERRA
ZenGest
Supportive Blend
15 ml
ZenGest
rraZyme™
stive Enzyme Complex
orts healthy digestion
etabolic processes*
getable Capsules
y Supplement
dōTERRA
ZenGest
PB Assist+
Probiotic Defense Formula
Supports healthy digestive functions and immunities*
30 Vegetable Capsules
Dietary Supplement
dōTERRA
ZenGest
Zendocrine
Detoxification Complex
Supports healthy organ cleansing functions*
60 Vegetable Capsules
Dietary Supplement
dōTERRA

dōTERRA
PB assist™ Jr
PROBIOTIC POWDER
30 SACHETS
Natural Strawberry Melon Flav
Dietary Supplement
e 60 g
dōTERRA™
a2z
CHEWABLE™
60 TABLETS
Natural Watermelon Flavor
dōTERRA™
IQ mega
OMEGA 3
supplement
with CPTG™ Wild Orange Essential Oil
150 ml

Doplňky stravy dōTERRA pro děti

Doplňky stravy pro děti od společnost i dōTERRA zábavnou a praktickou formou podporují zdravý růst dodáním omega-3 mastných kyselin, živinami z nezpracovaných potravin, vitamíny a minerály.

Specializované doplňky stravy dōTERRA

Zdraví každého člověka ovlivňují biologické, environmentální a fyziologické faktory. Každý potřebuje pomoc v alespoň některé z výše zmíněných oblastí. Díky špičkovému vědeckému vývoji může společnost dōTERRA nabídnout pomoc prostřednictvím specificky zaměřených doplňků stravy.

dōTERRA™
TriEase™
Food Supplement with Lemon, Lavender, and Peppermint Essential Oils
Nahrungsergänzungsmittel mit Zitrone, Lavendel, Pfefferminz ätherischen Ölen
28,8 g
dōTERRA™
MITO2MAX™
ENERGY & STAM
COMPLEX*
dietary supplement
dōTERRA™
DDR PRIME
ESSENTIAL OIL BLEND
dietary supplement
dōTERRA™
DDR PRIME™
Supplement with Frankincense,
and Litsea Essential Oils.
cubeba ätherischen Ölen
dōTERRA™
Serenity™
Food Supplement with Lavender, L-Theanine and botanical extracts
Nahrungsergänzungsmittel mit Lavendel, L-Theanin und pflanzlichen Extrakten
24,6 g

dōTERRA™
Smart & Sassy™
Active Blend
15 ml
dōTERRA™
SMART & SASSY™
SOFTGELS
Food Supplement with Grapefruit, Lemon and Cinnamon Essential Oils
Nahrungsergänzungsmittel mit ätherischen Ölen aus Grapefruitschalen, Zitronenschalen und Zimtrinde
44,6 g - 90 Softgels / Weichkapseln / Softgel-kapsler / Softgels (Gélules) / Capsule softgel / Cápsulas Blandas / Cápsulas / Kapsuly Softgels / Softgels (lágyzselatin-kapszulák) / Capsule gelatinoase

Zdravá hmotnost s produkty dōTERRA

Esenciální oleje a jejich blahodárné působení v kombinaci se zdravou stravou a cvičením mohou značně usnadnit udržování zdravé tělesné hmotnosti. Společnost dōTERRA vyvinula celou řadu produktů , které jemným, ale velmi účinným způsobem usnadňují zdravé hubnutí.

dōTERRA Lifelong Vitality Pack™

Tato vysoce účinná řada každodenních doplňků stravy se rychle stala jednou z nejoblíbenějších. Ústřední produkty sady dōTERRA Lifelong Vitality Pack, xEO Mega™, Microplex VMz™ a Alpha CRS™+ pomáhají dosáhnout maximální vitality a dobré kondice. Díky zásadním živinám, složkám, které napomáhají zdravému metabolismu a účinným antioxidantům vám pomáhají udržovat rovnoměrnou hladinu energie po celý den, posilují vaše zdraví a celkový životní elán.

Jako každý úspěšný systém doplňků stravy, je i dōTERRA Lifelong Vitality Pack nejúčinnejší, užívá-li se současně se zdravými návyky, jako je pravidelné cvičení, zdravý odpočinek, dobré zvládání stresu, v netoxickém prostředí apod. Nemůžeme ovlivnit faktory, jako je genetická výbava nebo vrozená náchylnost k nemocem. Zůstává ale stále velké množství faktorů, které urychlují stárnutí a zdraví, které ovlivnit můžeme. dōTERRA Lifelong Vitality Pack nabízí podporu, kterou potřebujete pro zdravý život a minimální projevy stárnutí.

Prožijte na vlastní kůži osvobozující, blahodárný přínos pravidelného používání produktů řady dōTERRA Lifelong Vitality.

Hlavní přínosy:

–Celková dobrá kondice a vitalita
–Antioxidant
–Energie
–Zdravé kosti
–Funkční imunita
–Zvládání stresu
–Kardiovaskulární zdraví
–Zdravé vlasy, pokožka a nehty
–Podpora očí, mozku a nervové soustavy
–Zdravé trávení a funkce jater
–Zdravé plíce a dýchací cesty
–Šetrné na žaludek
–Neobsahují geneticky modifikované produkty, lepek ani mléko

xEO Mega– obsahuje směs esenciálních olejů dōTERRA, oleje s obsahem omega-3 mastných kyselin z přírodních zdrojů – mořských a rostlinných – a karotenoidy, nabízí důležité živiny, pro zdravé fungování mnoha důležitých orgánů našeho těla.

Microplex VMz– nadstandardní obsah vitamínů a minerálů , které chybějí v moderní stravě většiny lidí, v jejich biologicky dostupné formě.

Alpha CRS+– komplex buněčné vitality z přírodních bylinných extraktů, pro zdravé fungování buněk.

dōTERRA
women
bone nutrient
ESSENTIAL COMPLEX
Supports healthy bone density levels in women*
dōTERRA
women
phytoestrogen
ESSENTIAL COMPLEX
Supports healthy estrogen balance in women*
DIETARY SUPPLEMENT
60 VEGETABLE CAPSULES

Doplňky stravy dōTERRA pro ženy

Produkty dōTERRA Women jsou vyvinuty s ohledem na proměnlivé potřeby žen a jejich zdraví. Tato řada poskytuje přírodní podporu ve všech různých fázích života ženy.

Esenciální péče o pokožku dōTERRA™

Každý má jinou pleť. Společnost dōTERRA vyvinula řadu produktů péče o pleť, která si poradí s běžnými problémy a zároveň obohatí vzhled pleti působením esenciálních olejů.

dōTERRA ESSENTIAL SKIN CARE
PORE REDUCING TONER
DIMINISHES THE APPEARANCE OF PORES
LAVENDER, YLANG YLANG, & GERMAN CHAMOMILE
118ml
dōTERRA ESSENTIAL SKIN CARE
BRIGHTENING GEL
BRIGHTENS AND EVENS SKIN TONE
BERGAMOT, JUNIPER BERRY, & MELISSA
30ml
dōTERRA ESSENTIAL SKIN CARE
ANTI-AGING MOISTURIZER
REDUCES THE SIGNS OF AGING
LAVENDER, JASMINE, GERANIUM, & FRANKINCENSE
50ml
dōTERRA ESSENTIAL SKIN CARE
INVIGORATING SCRUB
EXFOLIATES AND POLISHES SKIN
GRAPEFRUIT & PEPPERMINT
70g

verâge
cleanser
dōTERRA
60 g
verâge
immortelle
hydrating
serum
dōTERRA
15 ml
verâge
toner
verâge
moisturizer

Kolekce péče o pokožku Veráge™

Veráge je exkluzivní řada přírodních produktů péče o pokožku, která dodává výživu, hydratuje a redukuje viditelné známky stárnutí. Vyspělá technologie zpracování rostlin v řadě Veráge zajišťuje optimální zastoupení lipidů – stejné, jako ve zdravé, mladě vyhlížející pokožce. Každý produkt byl sestaven z těch největších darů matky Země: z výživných rostlinných výtažků, čistých a účinných esenciálních olejů CPTG™ a vybraných přírodních přísad. S řadou péče o pokožku dōTERRA Veráge dosáhnete přirozených viditelných i hmatatelných výsledků.

HD Clear™

HD Clear je synergický, třístupňový systém, který vzájemnou součinností dokonale čistí problematickou pokožku a dodává jí potřebnou hydrataci a vyváženou vláčnost. Přísady HD Clear jsou čistě rostlinné, šetrné a zklidňující výtažky s velmi vysokou účinností. Každodenní používání HD Clear pomáhá snížit výskyt skvrn, podporuje čistou, zdravou pleť a zklidňuje pokožku. HD Clear představuje přírodní řešení problematické pokožky v každém věku.

dōTERRA
hdclear
facial lotion
50 ml
dōTERRA
hdclear
foaming face wash
dōTERRA
hdclear

dōTERRA
natural
deodorant
dōTERRA™
Fractionated
Coconut Oil
Cocos
nucifera Oil
CPTG™
CORRECT-X
ESSENTIAL OINTMENT
15ml

Osobní péče dōTERRA

Společnost dōTERRA, nepoužívá škodlivé přísady obvykle přítomné v mnoha běžných výrobcích. Místo toho pomáhá uživatelům řešit časté potíže v oblasti hygieny a kosmetiky použitím esenciálních olejů. Účelem každého produktu dōTERRA je vyživovat pokožku snadno a účinně.

dōTERRA SPA

dōTERRA SPA je řada produktů obohacených esenciálními oleji, díky nimž se i doma můžete cítit jako v lázních. Každý produkt byl pečlivě sestaven z přírodních přísad, pro hebkou, hladkou a svěží pleť po celý den.

spa
dōTERRA
Detoxifying
MUD MASK
A natural mud mask infused with essential oils, earth clays, purifying minerals and nourishing botanicals
113.4 g
spa
dōTERRA
ROSE
Hand Lotion
A light, alluring lotion infused with essential oil
100 ml
spa
dōTERRA
Moisturizing
BATH BAR
113 g
spa
dōTERRA
CITRUS BLISS
Hand Lotion
A light, uplifting lotion infused with essential oils
75 ml
spa
dōTERRA
LIP BALM
4.5 g
Herbal
spa
dōTERRA
LIP BALM
4.5 g
Original
spa
dōTERRA
LIP BALM
4.5 g

dōTERRA SALON ESSENTIALS
protecting
shampoo
COLOR SAFE
Protects color treated hair against UV oxidation
250 ml
WITH CPTG® ESSENTIAL OILS OF
WILD ORANGE & LIME
smoothing
onditioner
dōTERRA SALON ESSENTIALS™
smoothing
conditioner
Seals against water damage for stronger, shinier hair
WITH
CPTG® ESSENTIAL OILS
10ml
protecting
shampoo
Protects color
treated hair
UV oxidation
WITH
5ml
root to tip
serum
WITH A PROPRIETARY
ESSENTIAL OIL BLEND
30 ml

dōTERRA Salon Essentials™

Zklidňující a čisticí vlastnosti, díky nimž jsou esenciální oleje tolik užitečné, je činí velmi vhodnými i v péči o vlasy. Používáním vlasových přípravků obohacených o mocné esenciální oleje, můžete snadno získat hebké a zářivé kadeře, aniž byste se vystavovali škodlivým přísadám běžně se vyskytujícím v obvyklé vlasové kosmetice.

Třicetidenní očista dōTERRA™

Třicetidenní očista dōTERRA byla vyvinuta k tomu, aby z vašeho těla pomohla odstranit zátěž toxinů a podpořila tak celkové fungování tělesných systémů a orgánů. Má tři desetidenní fáze: **aktivaci**, **restart** a **obnovu**.

xEO Mega™
Tento doplněk stravy je směs esenciálních olejů, olejů obsahujících omega-3 z přírodních zdrojů – mořských a rostlinných – a karotenoidů, které posilují zdravé fungování většiny důležitých orgánů našeho těla.

- Užívejte 2 gelové kapsle se snídaní a 2 další při večeři, celkem 4 denně.

Microplex VMz™
Tento produkt splňuje nadstandardní suplementaci vitaminů a minerálů, neboť poskytuje biologicky dostupné formy vitaminů a minerálů, které chybějí v moderní stravě většiny lidí.

- Užívejte 2 tobolky se snídaní a 2 další při večeři, celkem 4 denně.

Alpha CRS™+
Komplex buněčné vitality je složen z přírodních bylinných extraktů, aby podpořil zejména zdravé fungování buněk.

- Užívejte 2 tobolky se snídaní a 2 další při večeři, celkem 4 denně.

ZenGest TerraZyme™
Patentovaná směs aktivních enzymů z neupravovaných potravin, podporuje zdravé zažívání a metabolismus průmyslově zpracovaných potravin, kterým takové enzymy chybí.

- Užívejte 1 tobolku s každým jídlem, celkem 3 denně.

Gelové kapsle se směsí Zendocrine™
Tento detoxikační komplex je patentovaná směs extraktů z neupravovaných potravin, které podporují zdravé čisticí a filtrační funkce jater, ledvin, střev, plic a pokožky.

- Užívejte 1 gelovou kapsli se snídaní a 1 další při večeři, celkem 2 denně.

GX Assist™
Přípravek pro čištění trávicí soustavy kombinuje esenciální oleje a kyselinu kaprylovou a pomáhá podpořit zdravý zažívací trakt tak, že vytváří prostředí nepříznivé pro všechny potenciální hrozby.

- Užívejte 1 gelovou kapsli při večeři.

PB Assist™+
Probiotikum ze směsi prebiotické vlákniny a šesti kmenů probiotických mikroorganismů, které podporují příznivou rovnováhu a rozmnožování prospěšných bakterií.

- Užívejte 3 tobolky při večeři.

Gelové kapsle DDR Prime™
Směs esenciálních olejů a buněčný komplex pro zdraví, funkčnost a zdravou obnovu buněk.

- Užívejte 1 gelovou kapsli se snídaní a 1 další při večeři, celkem 2 denně.

Esenciální olej Citron
Tento esenciální olej přirozeně čistí tělo a pomáhá při trávení.

- Kápněte 2 kapky do 240 ml vody, takto připravenou vodu pijte 5x denně, tj. celkem 10 kapek denně.

(1) Aktivace 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10	(2) Restart 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20	(3) Obnova 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30
Den 1-30 ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐
Den 1-30 ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐
Den 1-30 ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐
Den 1-30 ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐
Den 1-10 ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐		
	Den 11-20 ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	
		Den 21-30 ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐
		Den 21-30 ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐
Den 1-30 ☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐	☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐

dōTERRA™

2019 dōTERRA™ Altius House, 1 North Fourth Street, Milton Keynes, MK9 1DG, Spojené království,
Všechna slova označená symbolem ochranné známky nebo zapsané ochranné známky jsou ochrannými známkami nebo zapsanými ochrannými známkami společnosti dōTERRA Holdings, LLC.

v2 EU CZ 60208765

FSC www.fsc.org MIX Paper from responsible sources FSC® C007225