

ō

LEV

dōTERRA-livsstilen



Transformér dit velvære

Tillykke! Dit valg om at tage del i holistisk, autonom sundhedspleje giver nye muligheder for måder at leve styrket på i dit daglige liv. Brug denne guide til at udforske de kraftfulde fordele ved dōTERRA æteriske olier og skabe en personlig velværeplan.



En livsstil med Wellness

dōTERRAs wellness- og livsstilsdiagram illustrerer, hvordan velvære er en kombination af livsstil og sundhedspleje. Når livsstilen er i fokus, opnås og bevares sundheden naturligt. Dine daglige vaner gør hele forskellen. Efterhånden som du lever med principperne i Wellness-diagrammet og bruger dōTERRAs kraftfulde produkter, vil du opleve nye niveauer af helhed.

Forestil dig et liv, hvor det er nemt at finde løsninger. Med en referenceguide og en æske med dōTERRAs CPTG™ æteriske olier lige ved hånden, er du klar til at tackle 80 procent af dine wellness prioriteter. For de gange hvor du behøver support fra en specialist, kan du indgå partnerskab med en behandler, som støtter dig i at finde de bedste videnskabelige og naturlige løsninger.

Skab gode daglige vaner

Vurdér dig selv indenfor hvert område (1-10)



Beskyt og genskab

Gør dōTERRA On Guard™ og Frankincense til en del af dine daglige rutiner.



Rens og frisk op

Tilsæt en dråbe Lemon eller Tangerine til dit vand for en forfriskende drik.



Calm and Ground

Brug lavendel til at skabe et roligt miljø og dōTERRA Adaptiv™ til at hjælpe dig med at bevare jordforbindelsen.



Lindrende

Deep Blue™ rub benyttes før og efter din træning. Påføres lokalt hvor der er behov for lindring.

Integrér MetaPWR™ Systemet i 3 trin i dine daglige vaner for at hjælpe med at støtte din stofskiftesundhed.



Brændstof, støtte og forstærkning

Maksimer dit daglige næringsindtag med dōTERRA Lifelong Vitality Pack™ (Lifelong Vitalitetspakke), en trio af kosttilskud fyldt med energi til at støtte din krop.

ZenGest TerraZyme™ er en proprietær kombination af enzymer, der højst sandsynligt mangler i den moderne kost.

Tilføj præbiotiske fibre og probiotiske mikroorganismer med PB Assist+.

Ernæring og fordøjelse

Giv din krop, det den har brug for til at trives. Dette starter med god ernæring. dōTERRAs kosttilskud er den ideelle ledsager til dine æteriske olier.



DAGLIGE LIVSSTILSVANER MED VELVÆRE

- Spis grove og naturlige fødevarer.
- Sænk indtag af sukker, koffein, mejeriprodukter og forarbejdede fødevarer.



dōTERRA Lifelong Vitality Pack™

Vigtige fødevarer, mikronæringsstoffer og omega fedt syre.



CP+ Gelkapsler

Indeholder beta-caryophyllen, der er kendt for at hjælpe med at lindre fordøjelsessystemet.



ZenGest TerraZyme™

Terrazyme vil hjælpe dig med at få fordelene fra en sund kost ved at være med til at sikre, at din krop får de næringsstoffer, den har brug for.



PB Assist+™ og PB Assist™ Jr.

Tilfører en unik blanding af seks forskellige probiotiske kulturer til din krop.



dōTERRA a2z Chewable™ og IQ Mega™

Start dit barns dag med gode vitaminer og næringsstoffer mens de vokser og udvikler sig.

TILSÆT TIL VAND

Tilsæt disse æteriske olier til mineralvand uden eller med brus for en lækker smag:

- Lemon
- Lime
- Grapefruit & Cassia
- Lime & Grapefruit

Tilsæt 1 dråbe Peppermint, Ginger eller On Guard™ til varmt vand og lav en beroligende te.

GRØN SMOOTHIE

- ½ frossen banan
- 200 g frosne blåbær eller jordbær
- 2 håndfulde baby spinat eller grønkål
- 375 til 400 ml usødet mandelmælk
- 1 måleske måltidserstatning shake pulver efter eget valg
- 1 dråbe æterisk **mandarinolie (tangerine)**
- 1 dråbe æterisk **korianderolie**

Blend ingredienserne til du har en lækker blød smoothie.

HAVREGRØD

Tilsæt **kanel**, **On Guard™** eller **mandarin (tangerine)** til din havregrød.

Bevægelse

Din krop er bestemt til at bevæge sig. Regelmæssig træning styrker blandt andet musklerne og understøtter hjerte, kredsløbs- og lymfesystemerne. Æteriske olier kan understøtte fokus og velvære og hjælpe dig med at holde dig aktiv og stærk.



DAGLIGE LIVSSTILSVANER MED VELVÆRE

- 30+ minutters motion hver dag.
- Stræk ud eller dyrk yoga for øget fleksibilitet.



dōTERRA Air™

Skaber en følelse af let vejrtrækning.

Gnid 1-2 dråber på brystet. Fortynd om nødvendigt.



Deep Blue Rub™

Deep Blue Rub kombinerer æteriske olier, som er kendt for at berolige og køle led og muskler.

Påfør før og efter træning eller aktivitet for at gøre det lettere at bevæge og komme sig.



Deep Blue™ Stick + Copaiba

Denne stift er let at bruge, giver midlertidig, målrettet lindring til problemområder og omfatter fugtgivende blødgørende midler, der får din hud til at føles blød og ikke fedtet.

Påfør på problemområder efter behov.



Deep Blue Polyphenol Complex™

Indeholder ekstrakter af ingefær, curcumin, resveratrol og andre polyphenoler.

Indtag 2 kapsler sammen med mad hver dag; 1 kapsel om morgenen og en om aftenen



Mito2Max™

Støtter en travl livsstil med en stærk formel af standardiserede planteekstrakter og metaboliske støttefunktioner.

Indtag 1 kapsel dagligt. Brug som en langsigtet erstatning for koffeinholdige drikkevarer



Gurkemejekapsler med dobbelt kammer

Indeholder ekstrakt af gurkemeje (rhizom) inklusive curcuminoider, der hjælper med at opretholde led og knoglers sundhed.

Tag 1 kapsel sammen med morgenmaden og endnu en sammen med aftensmaden for at støtte en aktiv livsstil.

CHOKO- PEBERMYNTE SHAKE

235 ml kokosvand eller mandelmælk
2 måleskeer chokolade-shake af eget valg
1 dråbe **Peppermint**
Isterninger (efter ønske)

Blend alle ingredienserne.

PRØV OGSÅ

Kombiner din foretrukne måltidserstatter-shake med frosne bær, bananer og 3 dråber **mandarin (tangerine)**.

Stofskifte

Din stofskiftesundhed og din biologiske alder er forbundet.

Efterhånden som du ældes, gør din stofskiftfunktion også. Dit stofskifte påvirker din energi, vægt, kropssammensætning, søvnkvalitet og kognition. Jo stærkere og sundere din stofskiftfunktion er, jo bedre har du det indefra og ud. Brug det komplette MetaPWR™ System i 3 trin til at optimere din stofskiftesundhed og leve dit mest kraftfulde liv.

DAGLIG RUTINE

Kombinér MetaPWR™-produkterne med en afbalanceret, sund kost for at optimere resultaterne.

MORGENMAD

- 1 pose MetaPWR™ Advantage i en shaker
- 1 MetaPWR™-gelkapsel eller 2-4 dråber af blandingen i vand

FROKOST

- 1-2 ZenGest TerraZyme™-kapsler med et næringsrigt, sundt måltid
- 1 MetaPWR™-gelkapsel eller 2-4 dråber af blandingen i vand

AFTEN

- 1 MetaPWR™ Assist-kapsel 15-30 min. før det største sunde måltid
- 1-2 ZenGest TerraZyme™-kapsler
- 1 MetaPWR™-gelkapsel eller 2-4 dråber af blandingen i vand

SENETID

- 1 MetaPWR™-gelkapsel (valgfri)

DAGLIGE LIVSSTILSVANER MED VELVÆRE

- Spis en sund kost, bevæg dig hyppigere, og fokusér på din søvnkvalitet.
- Brug intelligente kosttilskud til at supplere målrettede indsatser for stofskiftesundheden.



dōTERRA™ MetaPWR™



TRIN 1: METAPWR ÆTERISK OLIEBLANDING

MetaPWR™ Æterisk olieblanding – 15 ml, perler og gelkapsler

MetaPWR Æterisk olieblanding indeholder proprietære afbalancerede forhold af CPTG™ æteriske olier fra grapefrugt, citron, pebermynte, ingefær og kanel. MetaPWR Æterisk olieblanding er tilgængelig i flere forskellige leveringsformer, så den er så praktisk og tilgængelig som muligt.



Gelkapsler:

Tag 1-3 gelkapsler i løbet af dagen.



Perler:

Tag op til 4 perler om dagen.



Olieblanding:

Tilsæt 2-4 dråber til vand én eller flere gange om dagen.

TRIN 2: METAPWR ASSIST



MetaPWR™ Assist

MetaPWR Assist indeholder flere naturlige forbindelser, hvor der er klinisk bevis på, at de fremmer et sundt stofskifte. Morbærbladekstrakt kan bidrage til at vedligeholde balancen for kroppens kulhydratforbrænding.*

Indtag 1 kapsel dagligt 15-30 minutter før dit største måltid.

TRIN 3: METAPWR ADVANTAGE



MetaPWR™ Advantage

MetaPWR Advantage indeholder ni typer kollagentripeptider fra havkilder samt NMN (nikotinamidmononukleotid), som kan bidrage til produktionen af NADH og NAD+.

Tag 1 pose dagligt med en kold drik efter eget valg, og bland godt.

Se de individuelle etiketter for ingredienser, advarsler og anvendelsesvejledninger.

*Disse sundhedspåstande er stadig ved at blive afgjort af EU og EFSA.

Alle oplysninger er korrekte på produktionstidspunktet.

Søvn og stresshåndtering

Magien ved søvnkvalitet er noget, vi alle har brug for, men ofte forsømmer. At få nok søvn kan booste dit humør og give din krop mulighed for at reparere og forny sig selv. Ved at bruge æteriske olier kan du fremme følelser af sindsro og afslapning i din krop.



DAGLIGE LIVSSTILSVANER MED VELVÆRE

- 7-9 timers kvalitetssøvn.
- Daglig mindfulness meditation.

AFSLAPPENDE BADESALTE

350 g badesalt
10 dråber dōTERRA Balance™,
dōTERRA Serenity™, eller Lavender
Bland alle ingredienser g tilsæt
badevandet.

Følelsesmæssig balance

Føl dig godt tilpas og afbalanceret. Identificer dine følelser og find den dōTERRA™ -olie der kan understøtte din følelsesmæssige balance.



MOTIVATE™

Opmuntrende Blanding
Stryker dit selvværd. Bliv mere modig, selvsikker og frigør kreativitet til at skabe kraftfulde resultater med din bedste indsats.



PEACE™

Beroligende Blanding
Støtter følelser af beroligelse og indre ro, hjælper med at skabe en følelse af fred og tilstedeværelse.



CONSOLE™

Trøstende Blanding
Føl dig mere håbeful, trøstet og følelsesmæssigt afbalanceret.



FORGIVE™

Fornyende Blanding
Gå fremad, føl dig lettet og fornyet.



CHEER™

Opmuntrende Blanding
Stryker dit selvværd. Bliv mere modig, selvsikker og frigør kreativitet til at skabe kraftfulde resultater med din bedste indsats.



PASSION™

Inspirerende Blanding
Genopliv din begejstring og genvind inspirationen til at tage sunde risici og opdage verdenen på ny.



SØVNFREMKALDENDE FAVORITTER

dōTERRA Serenity™ og Lavendel
Påfør et par dråber lavendel eller dōTERRA Serenity™ på fodsålerne ved sengetid.



dōTERRA Serenity™
Gelkapsler
Tag 1-2 dōTERRA Serenity™-gelkapsler før sengetid.



dōTERRA Calmer™
Rul den på nakken og brystet hver aften som en del af et afslappende ritual.



Vild appelsin og Vetiver
Bland 1-3 dråber af hver, og massér det på fødderne og rygsojlen for at slappe af på et sekund.



On Guard™ og dōTERRA Air™
Gurgl 1-2 dråber af On Guard™, og påfør dōTERRA Air™ på huden.



dōTERRA Laluz™
Laluz har op til otte timers driftstid og tre lysindstillinger, der kan matche dit humør.



Mindsk toksicitet

Naturen gennemgår perioder med frigivelse og fornyelse (4 årstider).

Vores kroppe gennemgår også en lignende form for regenerering. dōTERRAs CPTG™ æteriske olier understøtter kroppens naturlige fornyelsesprocesser og fremmer velvære.

DAGLIGE LIVSSTILSVANER MED VELVÆRE

- 8-10+ Glas vand dagligt.
- Udskift kommercielle rengørings- og selvplejeprodukter.



PRØV dōTERRAS PRODUKTER I 30 DAGE OG OPLEV/GENOPLEV GENEREL WELLNESS

DAG 1-30



Lifelong Vitality Pack™

2 Kapsler i forbindelse med dine morgen- og aftenmåltider.



ZenGest TerraZyme™

1-3 kapsler dagligt i forbindelse med måltid.



Zendocrine™ Softgels

1 gelkapsel dagligt.

DAG 11-20



GX Assist™

1 gelkapsel dagligt med morgen- eller aftenmåltidet.

DAG 21-30



DDR Prime™ Softgels

1 gelkapsel dagligt med morgen- eller aftenmåltidet.



PB Assist+™

1 kapsel med morgen, middag og aftenmåltid.



TIP

Brug citrusolier dagligt i dit vand i stedet for kunstige sødemidler og aromaer.

HVORFOR VÆRE HYDRERET?

- Styrker humøret
- Støtter kroppens naturlige funktioner
- Forbedrer generel velbefindende



Lemon

Tilsæt 1 dråbe til et glas vand én gang om dagen.



Støt rundt omkring i hjemmet

Et rent hjem behøver ikke at være på bekostning af **din sundhed**. Erstat kommercielle produkter med sikre, plantebaserede, ikke-giftige og naturlige rengøringsprodukter, der indeholder rene CPTG™ æteriske olier.

DAGLIGE WELLNESS VANER

- Udeluk kommercielle rengøringsprodukter.
- Brug plantebaserede, ikke-giftige rengøringsprodukter og vaskemidler.



dōTERRA abōde™

Den er formuleret med CPTG™ æteriske olier, der er kendt for deres rensende bestanddele, herunder limonen, geranial og neral.



On Guard™ Rengøringskoncentrat

De alsidige muligheder ved On Guard™ Rengøringskoncentrat gør det perfekt til at rengøre hårde overflader i køkkenet, badeværelset eller alle andre rum i dit hjem, samtidig med at det efterlader en ren, forfriskende duft.



On Guard™ Vaskemiddel

On Guard™ Vaskemiddel er et ultrakonzentreret 6X-vaskemiddel, der udnytter kraften fra On Guard-blandingen samt enzymer af biologisk oprindelse til at fjerne pletter og opnå utroligt rent tøj.



On Guard™ Skummende håndsæbe

On Guard Skummende håndsæbe er styrket med kraften fra æteriske olier af CPTG™ – Certificeret Testet Renhedsgrad – og giver fordelene fra en af de mest populære proprietære æteriske olieblandinger fra dōTERRA.



Ravfarvet Skummende Håndsæbe Dispenser

Den skummende dispenser er den mest praktiske måde at dosere On Guard Skummende Håndsæbe på. Det slanke design er en smuk og diskret tilføjelse til områder til håndvaskning i hele dit hjem og kontormiljø.

Naturlig egenomsorg

Du behøver ikke nøjes med tvivlsomme ingredienser i din egenomsorgsrutine. Vælg sikre og naturlige produkter, der giver en renere livsstil. Erstat kommercielle personlige plejeprodukter med naturligt formulerede løsninger baseret på æteriske olier fra dōTERRA.



DAGLIGE WELLNESS VANER

- Udeluk kommercielle rengøringsprodukter.
- Brug sikre og naturlige produkter i din egenomsorgsrutine.



Æterisk hudpleje

Gå målrettet efter de synlige alderstegn, og modvirk fremtidige tegn på aldring med dōTERRA Æterisk Hudpleje.



Yarrow | Pom-kollektion

Vores Yarrow | Pom-produkter er utroligt effektive og leverer en kraftfuld botanisk tilgang til generelt velvære. Denne videnskabeligt udviklede produktserie er revolutionerende – en frisk tilgang til skønhed.



dōTERRA™ Hårpleje

Serien er infunderet med nøje udvalgte æteriske olier, formuleret med planteingredienser og fri for skrappe kemikalier.



Sundhed for munden

Brug Guard™ Whitening-tandpasta og Mundskyl morgen og aften for naturligt at lysne dit smil.



dōTERRA™ sun

Alle produkterne tilbyder bredspektret beskyttelse med SPF 30 og er fri for syntetiske dufte, oxbenzon og ftalater.

Velinformeret selv-behandling

Gør det til en vane at bruge dōTERRA naturlige løsninger som din første forsvarslinje. Brug en pålidelig æterisk oliereferencebog og øg din forståelse for, og anvendelse af, de mange muligheder du har lige ved hånden.

DAGLIGE WELLNESS VANER

- Benyt dig af naturlige løsninger som din første forsvarslinje.
- Se efter i en opslagsbog om æteriske olier for at se mulighederne.



8-FLASKERS NØGLERING

Pak dine 8 oftest brugte olier, så er du klar til hvad som helst!

NØGLERINGSFAVORITTER

Lavender
ZenGest™
Peppermint
Frankincense

dōTERRA Air™
On Guard™
Deep Blue™
Tea Tree



On Guard™ Rengørende håndspray og Vådservietter

Perfekt til rejser, i skolen, på arbejdet og til familier på farten.



On Guard™ Gelkapsler og Tabletter

Tag 1 gelkapsel eller tablet efter behov for øget støtte.



dōTERRA Air™

Påfør blandingen på huden, eller nyd en tablet for målrettet støtte.



Correct-X™

Brug salven til lindring af hudproblemer



Lavender

Påfør på huden for at lindre lejlighedsvis hudirritationer.



Pebermynte

Påfør den for at få kølende fornemmelse. Fortynd efter behov.



Tea Tree

Ved lejlighedsvis hudirritationer så påfør 1-2 dråber på det påvirkede område.



ClaryCalm™

Giver en kølende effekt på huden samt hjælper med at lindre og balancere stærke følelser.

Lav din egen wellnessplan

1 ERNÆRING OG FORDØJELSE

Energi, støtte og styrke



☐ dōTERRA Lifelong Vitality Pack™



☐ PB Assist™ Jr. ☐ dōTERRA azz Chewable™
☐ IQ Mega™



☐ ZenGest TerraZyme™ ☐ PB Assist+™
☐ CP+ Gelkapsler



☐ Daily Habits Kit

2 BEVÆGELSE OG STOFSKIFTE

Energi og lindring



☐ Deep Blue™ ☐ Mito2Max™ Gulkeme-
jekapsler med dobbelt
kammer
☐ Deep Blue™ Stick

Forfriskning og opløftning



☐ dōTERRA Air™ ☐ Peppermint

Stofskiftestøtte



☐ MetaPWR™



☐ MetaPWR™ System Kit

3 HVILE- OG STRESSHÅNDTERING

Søvnstøtte



☐ Lavender ☐ Laluz™ Diffuser
(olieforstøver)
☐ dōTERRA Serenity™
☐ dōTERRA Serenity™ Softgels
☐ Vetiver
☐ dōTERRA Calmer™

Følelsesmæssig support



☐ dōTERRA Essential Aromatics™ Systemet



☐ Adaptiv™ ☐ Citrus Bliss™ ☐ dōTERRA
Balance™



☐ Calm and Harmony Kit



Sørg for, at du lever et styrket liv ved at fokusere på hvert niveau. Tag et kig på dine vurderinger for hvert område på side 3 igen. Vælg den ønskede støtte fra hver af de følgende niveauer af dōTERRAs wellness- og livsstilsdiagram.

4 MINDSK TOKSICITET

Støtte til udrensning



- ☐ Lemon ☐ Zendocrine Softgels

On Guard™ Cleaning



- ☐ On Guard™ Rengøring ☐ On Guard™ Rengøringskoncentrat ☐ On Guard™ Vaskemiddel

Personlig pleje



- ☐ On Guard™ Tandpasta ☐ On Guard™ Mundskyl ☐ Hårpleje



- ☐ Cleanse and Restore Kit

5 VELINFORMERET SELV-BEHANDLING

Beskyt og forny



- ☐ On Guard™ ☐ Frankincense



- ☐ ClaryCalm™ ☐ TeaTree



- ☐ PastTense™ ☐ InTune™ ☐ Correct-X™



- ☐ TerraShield™ ☐ dōTERRA Air™ ☐ doTERRA Air™ Tabletter



- ☐ dōTERRA Wellness Support Kit

1 Skriv dine wellness prioriteter ned, og find løsninger.

De mest populære wellness prioriteter for dig eller din familie

Naturlige løsninger, du har

Naturlige løsninger, du har brug for

Skab din daglige velværeplan.

Begynd med de grundlæggende daglige vaner angivet nedenfor. Tilføj derefter daglige løsninger, du har identificeret ovenfor, og find en plads til dem i din daglige plan.

	MORGEN	EFTERMIDDAG	AFTEN
KOSTTILSKUD	□ dōTERRA Lifelong Vitality Pack™* (2 Alpha CRS+™, 2 Microplex VMz™, 2 xEO Mega™) M □ 1-2 ZenGest TerraZyme™ M □ 1 sachet MetaPWR™ Advantage	□ dōTERRA Lifelong Vitality Pack™* (2 Alpha CRS+™, 2 Microplex VMz™, 2 xEO Mega™) M □ 1-2 ZenGest TerraZyme™ M	□ 1 MetaPWR™ Assist før aftensmad M □ 1-2 ZenGest TerraZyme™ sammen med aftensmaden M □ 1-2 PB Assist+™ ved sengetid
ÆTERISKE OLIER	□ 1-3 dråber citron i vand □ 2 dråber frankincense på fodsålerne □ 2 dråber dōTERRA Balance™ på fodsålerne	□ 1-3 dråber citron i vand □ Brug 4-5 dråber On Guard™ □ Påfør Deep Blue™ efter træning	□ 2 dråber frankincense på fodsålerne □ 2 dråber dōTERRA Balance™ på fodsålerne □ Påfør Deep Blue™, hvor du har brug for det □ Brug 3-5 dråber lavendel ved sengetid

*Når du starter med dōTERRA Lifelong Vitality Pack™, så start med halve doser i to uger.  Med mad

3 Hvilke andre wellness-valg kan understøtte dine mål?

(F.eks. øge vandindtag, mængde af søvn, motion, kostændringer mm.)

4 Lev styrket med wellness-løsninger.

Skab en 90 dages wellnessplan ved at føje det produkt, du har brug for, til dine LRP-ordrer (anbefales at køre mellem den 5.-15. i måneden).

1. MÅNEDS LRP	Dato:	/ /
2. MÅNEDS LRP	Dato:	/ /
3. MÅNEDS LRP	Dato:	/ /
PV ALT		
PV ALT		
PV ALT		

Loyalitetsbelønninger

Den smarteste måde at købe på

Du kan altid bestille en standard-engrosordre, som er 25 pct. billigere end detailprisen, men for at få den bedste værdi for pengene, skal du bestille en LRP-ordre (loyalitetsbelønningsprogram) – den giver yderligere besparelser og mulighed for at få et gratis produkt.



Køb 1 dōTERRA Lifelong Vitality Pack™, og **vælg** op til 3 af de følgende produkter til en nedsat pris.



Når du lægger din LRP-ordre, så bedes du tjekke og se de seneste muligheder for kosttilskud, du kan vælge imellem.

OPTJEN GRATIS PRODUKTPONT UDOVER DINE 25% I RABAT

LRP-FORDELE: PROCENTSATS TILBAGE I PRODUKTPONT TIL GRATIS PRODUKTER



Hvordan får jeg 30 procent tilbage i GRATIS loyalitetspoint?

- Din LRP-procentsats vokser over tid fra den første måned, du bestiller efter tilmelding. Din procentsats vokser med 5 % hver tredje måned, når dine loyalitetsordrer er på mindst 50 PV*, indtil du når maksimummet på 30 %.

Hvordan maksimerer jeg dōTERRA's kampagner?

- Afgiv en loyalitetsordre på mindst 125 PV (Personlig volumen) mellem den 1. og 15. i måneden. Dette berettiger dig til at modtage Månedens Produkt gratis og benytte dig af eventuelle kampagner. Vær opmærksom på PV sammenlignet med pris, da mange kampagner er PV-relaterede og starter den 1. i måneden.

PERSONLIG VOLUMEN (PV) SKAL VÆRE HØJERE END	1	50	100	125
Oprethold loyalitetspoint	●	●	●	●
Optjen LRP-produktpoint (som kan bruges til gratis produkter), og forøg procentsatsen fra 10 % til 30 %.		●	●	●
Kvalificér dig til at optjene provision			●	●
Modtag månedens produkt gratis (ordre skal placeres mellem d. 1. og 15. i måneden)				●

*PV (personlig volumen): Dette er en numerisk værdi, der er tildelt hvert produkt. Den bruges som kvalificering til provision, rang og kampagner. Produkter købt med point har ingen PV.

Hvornår kan jeg bruge mine loyalitetspoint?

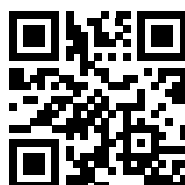
- I din indkøbskurv så vælg »Brug dine loyalitetspoint!« på de produkter, du gerne vil indløse med dine loyalitetspoint. Nye point tilføjes omkring den 15. måned efter hver ordre er afgivet.

Hvordan opretter eller ændrer jeg min loyalitetsordre?

- For at oprette en loyalitetsordre så hold musen over konto-rullemenuen, og klik på »Mine loyalitetsordrer« for at komme i gang.
- For at ændre en loyalitetsordre kan du vælge at redigere den fra startsiden eller holde musen over »Min konto« og vælge »Min loyalitetsordre«. Hvis du har mere end én loyalitetsordre, så vælg den loyalitetsordre, du gerne vil redigere, ved at klikke på »Administrér ordre«. Opret så mange ordrer, som du vil. Husk at annullere ordrer, du ikke ønsker at modtage den efterfølgende måned.

Hvordan annullerer jeg min loyalitetsordre?

- Hvis du har flere loyalitetsordrer, kan du annullere dem når som helst på din konto online.
- Hvis du kun har én loyalitetsordre, kan du annullere den når som helst via telefon eller e-mail til europaorders@doterra.com. dōTERRA Medlemsservice kan hjælpe dig med at indløse eventuelle gratis loyalitetspoint, som du har samlet, før du annullerede, så du ikke mister nogen point. Hvis du annullerer din loyalitetsordre, vender du tilbage til den indledende LRP-procentsats på 10 %, når du igen konsekvent køber via loyalitetsordrer.



Scan QR-koden
for at få flere oplysninger om
loyalitetsbelønningsprogrammet**

** For at få adgang til det ønskede sprog skal du ændre sproget for webstedet. Scroll til nederste højre hjørne på webstedet for at finde sprogvælgeren.

VÆSENTLIGE TIPS

Effektivitet

-  Anvend din referenceguide til at finde de bedste løsninger, for bekymringer der måtte opstå.
-  Forskellige olier virker forskelligt på mennesker. Når du ikke oplever den forventede virkning, så forsøg med en anden olie eller en anden applikationsmåde.
-  Massér for at opnå en stærkere virkning, hvilket også promoverer en hurtigere absorbering.
-  Prøv forskellige og/eller flere anvendelsesmetoder.

Bemærk

-  Undgå kontakt med øjne, samt indersiden af næse og ører.
-  Fortynd med fraktioneret kokosolie for sensitiv hud og en ligelig fordelt absorbering. Referér til dōTERRAs retningslinjer om sensitivitet. For nemheds skyld er dōTERRA Touch olierne på forhånd fortyndet.
-  Undgå sollys i flere timer efter påføring af citron, vild appelsin, bergamotte, lime, grapefrugt eller andre citrus olier, på huden.
-  Læs mærkater og følg instruktionerne.

Bedste praksis

-  Hold dine olier væk fra direkte sollys og ekstreme temperaturer, for bedst holdbarhed.
-  Opbevar dine olier i glasbeholdere, da de over tid kan nedbryde visse typer af plast.
-  dōTERRA™ olier er meget potente. Anvend mindre mængder, oftere, for de bedste resultater.

Din primære support _____

Telefonnummer _____

E-mail _____

Anden support _____

Telefonnummer _____

E-mail _____

Kommende lokale eller online klasser og begivenheder

For en komplet liste over kontaktoplysningerne til medlemservice i Europa så gå til doterra.eu og vælg »Kontakt os« nederst på startsiden.

Team Call/websted/Facebook-gruppe(r)

HVER FLASKE GØR EN FORSKEL

Regelmæssig brug af dōTERRAs produkter kan ændre dit liv samt dyrkernes og deres familiers liv i hele verden.

Hver dråbe olie repræsenterer hænder, der har plejet jorden til gavn for os alle.

DEL MED DEM, DU ELSKER



FORANDR ANDRES LIV
Afhold en dōTERRA-klasse med dine venner og familie!

OPBYG EN INDTJENING, OG HAV EN INDVIRKNING



ÆNDR DIN FREMTID
Lancer din dōTERRA-forretning ved at dele og styrke den med naturlige løsninger og undervise andre i at gøre det samme.